

Уважаемые родители десятиклассников!

В жизни вас и ваших детей было несколько этапов, когда ученикам нужно было приспособиться к новым условиям обучения. Десятиклассники тоже приспосабливаются к новым условиям обучения в старшей школе. Для кого-то из них это новый класс, новые учителя, новый классный руководитель. Поэтому вначале обучения у десятиклассников могут наблюдаться случаи дезадаптации. Причины этого – новые требования к обучающимся в старшей школе, профильное обучение и финишная прямая к выпускным экзаменам в формате ЕГЭ.

Ребята сами находят отличия обучения в 10 классе. «Программа труднее», «учителя требуют больше самостоятельности», «чувствую повышенную ответственность», «не хватает времени на учёбу» и т. д.

Психологи отмечают основные проблемы подростков в этот период:

1. Сложности в дружеских отношениях и любви.
2. Отношения с родителями и другими взрослыми («не разрешают, не отпускают, не понимают. Не дают, заставляют»)
3. Проблемы самооценки и развития характера (недовольство собой, своим внешним видом и поведением).
4. Ощущение перегрузки, усталость (неумение контролировать желания и организовывать своё время, неумение учиться, физические недомогания, связанные с перестройкой организма).
5. Проблемы с учёбой (снижение успеваемости, нежелание учиться)
6. Выбор жизненного пути (где продолжать учёбу, выбор профессии)
7. Проведение досуга.

Как родители могут оказать помощь взрослому ребёнку в этот период?

Вот несколько советов:

- ✓ Понимание и позитивное отношение к ребёнку. Подросток должен быть уверен, что его любят независимо от успехов и неудач, и не сравнивают с другими.
- ✓ Отношения должны быть естественными, чувства неподдельными и реакции на чувства своего ребёнка искренними.
- ✓ При обращении к подростку следует использовать вежливые просьбы, избегая приказов и прямых инструкций.
- ✓ Советуйтесь, прислушивайтесь к его мнению, особенно если речь идёт о его будущем или о его потребностях.
- ✓ Если случаются неприятности, необходимо разбираться совместно, внимательно выслушав ребёнка, предложить варианты выхода из трудной ситуации.
- ✓ Если вы считаете, что ребёнка следует наказать, то не забывайте, что наказание должно соответствовать тяжести поступка и не причинять физический вред. Подростку нужно объяснить, за что его наказывают, а случае ошибки, родители должны иметь мужество извиниться перед ребёнком.

Уважаемые родители! Если у вас возникают вопросы и проблемы в общении с детьми обращайтесь к специалистам Социально-психологической службы школы по телефону 720-869