

Как родителям помочь подростку позитивно воспринимать мир?

Клинг Екатерина Александровна,
педагог-психолог Куйбышевского
филиала
ГБУ НСО ОЦДК

2017 г.

Вопросы

- Что такое **ПОЗИТИВНОЕ** восприятие мира?
- Нужно ли** нашим подросткам воспринимать мир **ПОЗИТИВНО**?
- Как это сделать?**

С чем сталкиваются подростки

- нежелание учиться, ходить в школу
- очень быстрые изменения во внешности
- постоянно меняющиеся эмоции
- трудности в общении
- проблемы в любви
- поиск смысла жизни
- различного рода зависимость
- подготовка и сдача экзаменов



Как подростки воспринимают мир?



Как родители воспринимают подростков

Трудный, но очень важный этап становления личности ребёнка



Проблемный возраст!



Позитивное восприятие мира



- **Положительные** эмоции, радость и счастье без применения опасных для жизни наркотических веществ или развлечений.
- Сохранение и укрепление **здоровья**, ценность своего здоровья и здоровья других людей.
- **Противостояние** неприятностям и проблемам.
- Достижение желаемой цели, используя **свои способности и знания**.

Риски мира иллюзий

✓Родители всё оплатят:

- статус в коллективе;
- испорченные вещи;
- развлечения;
- оценки.



✓Ролтон –стратегии:

всё можно получить быстро и без труда

Позитивное восприятие мира подростками

- **принятие подростком самого себя и окружающих;**
- **объективное понимание подростком добра и зла;**
- **умение ставить перед собой ту цель, которую могут достичь.**



Для чего нужно подросткам позитивно воспринимать мир

чтобы преобладали положительные эмоции, было больше радости и счастья без применения опасных для жизни наркотических веществ или развлечений

научить подростка достигать желаемые цели, ориентируясь на свои способности и знания

защитить от неприятностей и серьёзных проблем

сохранить и укрепить здоровье, сформировать у них отношение к своему здоровью и здоровью других людей, как к ценности

Родители могут помочь подростку

- познать самого себя;
- понять кто он;
- определить, что и кто для него является ценным.



Первая цель: помочь подростку позитивно воспринимать самого себя.

- Развитие способности любить и быть любимым.
- Развитие у подростка понимания что хорошо и что плохо в его поступках и в поступках других, и каковы могут быть последствия.
- Развитие интереса к общению с другими.
- Развитие умений налаживать эмоциональные контакты с окружающими, контролировать в процессе общения свои эмоции, чувства, слова.
- **Принятие** подростком своей индивидуальности и индивидуальности других людей.

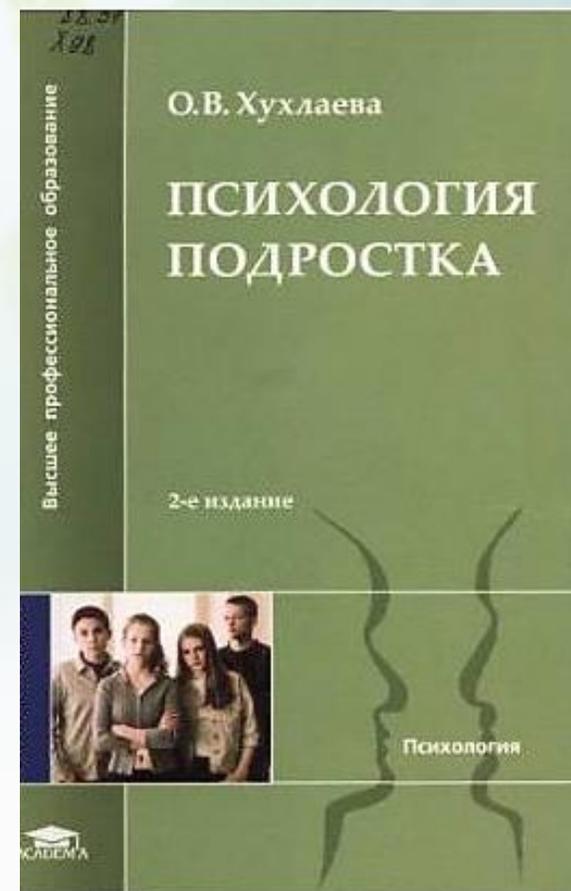
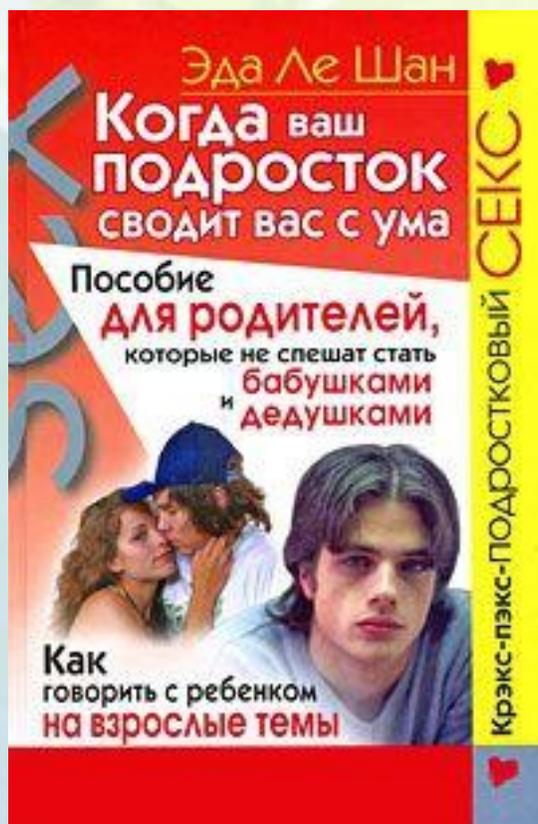
Вторая цель: помочь подростку понять, какую позицию он занимает в отношениях с другими людьми, а главное на данный момент – в среде сверстников.



Третья цель: формирование ценностей и целей.

- Формирование у подростка **разумных ценностей**.
- Помощь в осознании подростком своих способностей, своих **внутренних ресурсов**, необходимых для достижения поставленных целей.
- Развитие у подростка умения ставить перед собой **цель**.
- Развитие навыков **планировать свои действия** для достижения целей, действовать и нести ответственность за результат.
- Обучение подростка **быть лидером в своей жизни** – уметь управлять своими желаниями, ставить самому себе цели и предпринимать для их реализации действия.

Что можно почитать родителям



Что можно посоветовать почитать подростку

Томас Армстронг

Э. Мэтьюз

