

**Государственное учреждение
«Забайкальский краевой Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи**

«Семья»



**Памятка для детей
«О конструктивном разрешении конфликтов»**

Памятка для детей **«О конструктивном разрешении конфликтов»**

Отношения с родителями

1. Проявляйте внимание к своим родителям. Они устают на работе и дома их ждут дела. Порадуйте их чем-нибудь. Это поможет наладить контакт.

2. Постарайтесь объясняться с родителями человеческим языком – это даст лучший результат, нежели крики и хлопанье дверьми.

3. Попросите родителей рассказать о своей юности, о конфликтах с родителями. Это приведет к более глубокому пониманию между вами.

4. Помните, что иногда у родителей бывает просто плохое настроение. Постарайтесь не устраивать в это время дома шумных вечеринок.

5. Если родители ведут себя с вами как с маленьким ребенком, напомните вежливо им, что вы уже повзрослели и хотели бы вместе с ними решать проблемы, связанные с вашей жизнью.

6. Дайте понять родителям, что вы нуждаетесь в их совете и помощи. Это поможет установить дома благоприятную обстановку.

7. Разговаривайте со своими родителями, сообщайте им новости вашей жизни.

8. Старайтесь не обманывать родителей. Тайное все равно становится явным.

9. Помните, что родители тоже могут совершать ошибки. Будьте снисходительны.

10. Родительский запрет чаще всего оказывается правильным решением. Задумайтесь, что бы произошло, если бы вам было позволено все.

11. Если произошла ссора и вы чувствуете себя виноватым, найдите в себе силы подойти первым. Уважение вы не потеряете, поверьте.

12. Установите с родителями границы личной территории, но не раздражаясь, не требуя. Просто попросите их об этом.

13. Работа по дому служит отличной подготовкой к самостоятельной жизни. Отнеситесь к ней с пониманием.

14. Возвращение домой к определенному времени – это способ оградить себя от неприятностей, то есть мера безопасности. Если задерживаетесь, обязательно позвоните, они же волнуются. Поберегите их для себя.

15. О наказаниях. Родители могут прекратить поощрения, отлучить вас от друзей. И все это может произойти, как вы считаете, из – за пустяка. Родителей же этот «пустяк» может вывести из себя. Подумайте, может быть,

родители видят опасность, которую вы либо не осознаете, либо приуменьшаете.

16. Требуйте, чтобы родители объясняли мотивы своего поведения по отношению к вам и вашим друзьям. Может быть, вам станет понятно, почему они поступают так или иначе.

17. Если вы рассержены на кого – либо из друзей, учителей, раздражены на грязь, слякоть, а также на «двойку», поставленную «ни за что», не срывайте зло на родителях. Это не благоразумно и приводит к печальным последствиям.

Как поладить с учителем?

Учителя - это люди, каждый день дающие тебе новые знания. Если ты учишься в первом, втором или третьем классе, у тебя только одна учительница, потом, в более старших классах их будет несколько - каждый из предметов будут вести разные преподаватели. За школьную жизнь ты встретишь немало учителей, и все они будут очень разными. Одних ты будешь уважать и любить за их знания, справедливость и доброжелательность, другие будут казаться тебе занудами и злоками. Именно от учителей во многом зависит, будешь ли ты идти на уроки с радостью или же через силу, словно на каторгу. Поэтому отношения с преподавателями лучше не портить. Тебе не нужно становиться «зубрилкой» и занудой, чтобы понравиться учителю. Обычно таких ребят преподаватели не очень жалуют, потому что «зубрилки» дальше учебника ничего не видят, и с ними просто скучно. Какое впечатление ты производишь на свою учительницу? Если хорошее, то она будет относиться к тебе соответственно.

Чтобы наилучшим образом зарекомендовать себя в глазах учителя, придерживайся следующих правил:

1. Не отвлекайся на уроке. Недопустимо болтать с соседом по парте или читать журнал в то время, когда учительница объясняет новую тему. Она может расценить такое поведение как неуважение. Если ты потом будешь жаловаться, что ничего не понял(а) из нового материала, то учитель всегда может ответить: "А не нужно было заниматься посторонними делами на уроке!" После этого подходить к ней с просьбой о помощи, мягко говоря, неловко. И сложная тема рискует остаться для тебя непостижимой. А не вникнешь в нее, не поймешь и все остальное. Помни, что ты ходишь в школу не развлекаться, а получать знания. Твое серьезное отношение к учебе убедит учительницу, что ты не легкомысленный ребенок, а ответственный ученик, который стремится к знаниям.

2. Не нужно бояться лишний раз обратиться за помощью к учителю, если ты что-либо не понял(а) из ее объяснений. Но сначала попробуй разобраться сам(а), ведь запомнить собственное открытие намного проще, чем слова учителя. Если ты не понял(а) тему в целом, возможно, разобраться в ней тебе помогут практические упражнения. Почитай еще раз правило и попробуй сам(а) выполнить задание. Можешь именно на этом этапе прибегнуть к помощи учительницы. На конкретном примере новый материал станет понятнее. Не стоит требовать, чтобы она занималась исключительно с тобой на уроке, ведь ты не один (одна) в классе, лучше подойти к учительнице после урока и попроси объяснить то, что тебе непонятно. Учитель - не милиционер, который только и думает, как бы подловить тебя на какой-нибудь оплошности и строго наказать, и незачем бояться лишний раз обратиться к нему за помощью. Твой интерес к учебе и твои хорошие оценки являются для преподавателя лучшей наградой - это значит, что его усилия вложить в учеников знания не пропали даром.

3. Не обманывай доверие. Например, представь такую ситуацию: ты обратился(лась) к учительнице с просьбой объяснить трудное правило или сложную задачу. Она согласилась помочь тебе, но только не на перемене, а после уроков. Но после того как прозвенел звонок с последнего урока, ты понял(а), что задерживаться в школе тебе ужасно не хочется, к тому же скоро по телевизору начнутся мультики, и, слившись с толпой ребят, незаметно выскользываешь из класса. Не жди, что после этого случая учительница будет хорошо к тебе относиться, ведь она согласилась пожертвовать своим личным временем, чтобы помочь тебе, а ты даже не предупредив ее, сбежал(а) домой. Когда ты в следующий раз обратишься к ней за помощью, она скорее всего скажет, что у нее нет времени заниматься с тобой индивидуально. Раз обманув учительницу, ты рискуешь надолго испортить с ней отношения. Еще бывает, что некоторые ребята, не выучив урок, выдумывают в оправдание своей лени различные уважительные причины: то у них болела голова, то пожар в квартире был, то потоп, то инопланетяне приземлились на балконе. Не стоит злоупотреблять добротой любимой учительницы: обман рано или поздно раскроется, и доверие будет потеряно. И даже если потом ты будешь говорить правду, тебе не поверят.

4. Веди себя так, как полагается в школе. Не срывай занятий и не сбегай с уроков. Учительница может расценить это как объявление войны, и тогда держись! Некоторые плохие поступки учеников преподавательница может принять на свой счет. Она не догадается, что ты не осталась подежурить из-за любимых мультиков по телевизору, а подумает, что ее слова не имеют значения для тебя. Это усложнит твою школьную жизнь.

5. Пойми, что учитель - тоже человек. Иногда тебе следует вспомнить, что учительница - тоже чья-нибудь мама или бабушка, и в её жизни тоже может быть много трудностей и проблем. И хотя она - терпеливая и сильная, не стоит доставлять ей лишние неприятности. Не веди себя на уроках так, как будто специально испытываешь её терпение. Отнесись с пониманием к её трудной работе. Представь, что у учительницы тоже может болеть голова: как, например, у твоей мамы. Но она не может отменить из-за этого урок, а тут еще ты шумишь и нарушаешь дисциплину. Своим неподобающим поведением ты рискуешь вызвать гнев и недовольство учительницы, которая в данный момент и без твоего вмешательства чувствует себя не очень хорошо. В некоторых случаях очень важно не нарываться на грубость и понимать учительницу как близкого человека.