

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Рекомендации родителям для повышения учебной мотивации их детей.

Отношение ребёнка к учению, т.е. учебная мотивация, играет важнейшую роль в формировании личности школьника. Как могут помочь родители детям в этой ситуации?

1. Каждый день спрашивайте ребёнка: «Как дела? Что было в школе?». Сделайте такие разговоры привычкой, пусть ребёнок чувствует вашу заинтересованность в его делах.
2. Предложите помощь в выполнении какого-либо задания. Например, обсудите план сочинения, вместе подберите литературу, но писать за ребёнка сочинение не надо.
3. Учитесь вместе с детьми. Посещайте интересные места, читайте, покупайте книги, запишитесь вместе в библиотеку. Обсуждайте вместе с ребёнком прочитанное: что больше всего запомнилось? Что понравилось, а что нет?
4. Читайте вместе с детьми книги по ролям.
5. Старайтесь правильно оценивать знания и достижения ребёнка. Никогда не сравнивайте его с другими детьми из класса или детьми родственников и знакомых (из-за этого самооценка значительно снижается и ребёнок перестаёт верить в свои силы).
6. Повторяйте ребёнку, что вы ждёте от него хороших оценок, а не того, что он будет вундеркиндом. Многие дети в какой-то момент времени учатся хуже, чем обычно. Если это произошло, не паникуйте, предложите свою помощь и поощряйте его за малейший успех.
7. Допускайте мысль о том, что на ошибках люди учатся.
8. Старайтесь быть для ребёнка примером человека, который постоянно учится.
9. Рассказывайте о своей школьной жизни своему ребёнку, делая акцент на том, что в вашей жизни были тоже такие же жизненные ситуации. И как вы вышли из них?
10. У ребёнка должно быть своё место для занятий. Предоставьте ему быть полноправным хозяином своего уголка

"Рекомендации родителям по профилактике вредных привычек у подростков"

Разговаривайте с ребёнком о наркотиках и алкоголе.

Эксперты утверждают. Что разговор о наркотиках - первая ступень **помощи детям**. Помните, что нет возраста, когда ребёнок не нуждался бы в объективной информации о наркотиках и объективных последствиях злоупотребления ими. Задача таких бесед не только в доведении до ребёнка информации о наркотической опасности, но и в установлении доверия, открытости по вопросам о наркотиках.

Учитесь слушать.

Ребёнок должен знать, что вам интересен его внутренний мир, его переживания и тревоги. Постарайтесь понять, что его беспокоит, какие проблемы он решает в настоящее время. Попробуйте вместе с ним найти выход из проблемы. Никогда не используйте информацию, полученную от ребёнка, во вред ему.

Давайте советы, но не давите советами.

Подумайте о своём примере.

Трудно поверить, что кто-то поверит советам родителя или учителя, который сам злоупотребляет курением, алкогольными напитками и так далее. Не забудьте, что даже такие невинные пороки требуют объяснения ребёнку.

Поддерживайте в ребёнке самоуважение и думайте о его самореализации.

Пожалуй, это самое важное и трудное.

Все эти советы в большей степени относятся к предупреждению развития наркомании. Проблема преодоления множественных кризисов взросления во многом обусловлена насущной потребностью - быть, состояться как личность, самореализоваться. Наверное, если бы не было в человеке этой жажды, то не был бы возможен никакой прогресс. Наркотик чаще всего находит свои жертвы среди тех, кто не сумел добиться уважения и самоуважения, в чьей жизни оказался **вакуум**: дел, любви, интересов, доверия, заботы, ответственности. Чем больше сформировано у ребёнка чувство самоуважения, тем больше ощущения, стать взрослее и быть как все.

Как выявить употребление наркотиков.

Это не просто, особенно если ребёнок употребил наркотик впервые или использует его нерегулярно. Часто признаки употребления наркотиков совпадают с обычными поведенческими проявлениями переходного возраста. Так, если ваш ребёнок выглядит унылым или безучастным, не делайте сразу поспешных выводов. Типичные признаки:

Частая, резкая смена настроения; Необычная **агрессивность**; Потеря аппетита; Падение интереса к школе, спорту, друзьям, хобби; Нехарактерная для вашего ребёнка сонливость; Постоянная ложь и скрытность; Пропажа денег или различных вещей из дома; Наличие на теле непонятных пятен, отметин, специфический сладковатый запах или запах бензина от одежды; Неряшливость в одежде.

Внешние признаки употребления наркотиков:

Чрезмерная весёлость, покраснение лица, повышенный аппетит (признаки употребления анаши или гашиша). Узкие зрачки, вялость, отрешённость (признаки употребления наркотиков опийной группы). Расширенные зрачки, снижение аппетита, ухудшение сна (признаки употребления кокаина или крека). Снижение памяти, неспособность сосредоточиться (признаки употребления кокаина, крека, марихуаны). Налитые кровью глаза (результат употребления марихуаны).