Рекомендации педагогам и родителям 10-классников.

***Основные потребности старших подростков:***

1. Самоутверждение среди сверстников.

2. Самореализация в общении.

3. Развитие независимости и самостоятельности.

4. Стремление к смене впечатлений и поиск острых ощущений.

5. Самопознание, саморазвитие и самосовершенствование.

6. Достижение личного благополучия и обретение материальных благ.

***Основные проблемы старших подростков:***

1. Сложности в дружеских отношениях и любви.

2. Отношения с родителями и другими взрослыми («не разрешают, не отпускают, не понимают, не дают, заставляют» и т. п.).

3. Проблемы самооценки и развития характера (недовольство собой, своим внешним видом и поведением).

4. Ощущение перегрузки, усталость (неумение контролировать желания и организовывать свое время, неумение учиться; физические недомогания, связанные с перестройкой организма).

5. Проблемы с учебой (снижение успеваемости, нежелание учиться).

6. Выбор жизненного пути (где продолжать учебу, выбор профессии).

7. Проведение досуга.

***Оказание помощи подростку:***

1. Безусловное принятие подростка, которое проявляется в понимании и позитивном отношении. Подросток должен быть уверен, что его любят независимо от успехов и неудач, и не сравнивают с другими.

2. Отношения должны быть естественными, чувства неподдельными и реакции на чувства ребенка искренними.

3. Обращаясь к подростку, следует использовать вежливые просьбы, избегая приказов и прямых инструкций.

4. Относиться к подростку нужно как к взрослому, советоваться с ним, прислушиваться к мнению, особенно если речь идет о его потребностях или о его будущем.

5. Если случается неприятность, необходимо разбираться совместно, внимательно выслушав подростка.

6. Наказание должно соответствовать тяжести проступка и не причинять физический вред. Подростку нужно объяснить, за что его наказывают, а в случае несправедливого порицания родители должны иметь мужество извиниться перед ребенком.