



Пяткивская Елена Станиславовна

педагог-психолог

Режим работы педагога – психолога

Понедельник, вторник 10.00 – 16.00

Среда, четверг 10.00 – 17.00

Пятница

методический день

Суббота 10.00 – 14.00 (консультирование по вопросам семейного воспитания, детско – родительских отношений; проблемам поведения, обучения, межличностных отношений)

Право на жизнь. Как помочь ребенку в трудной ситуации ([Открыть](#))

Рекомендации психолога для родителей выпускников ([Открыть](#))

Советы психолога при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ ([Открыть](#))

«Культура общения – залог успеха»

Если тебя рассердили действия одноклассника, и тебе захотелось его ударить, то мы предлагаем сделать следующее:

- Снять напряжение с помощью: счета до 10; умывания прохладной водой, посещения спортзала, психолога.

Осознать последствия и постараться не допустить, чтобы они стали реальными!

Если тебя втягивают в драку, мы хотим порекомендовать:

-

Сказать обидчику о том, что ты чувствуешь в данный момент.

- Отойти от этого человека в сторону, зайти в класс.
- Я зол, но отказываюсь драться с тобой.
- Я возмущен твоим поведением.
- Отойди от меня, я не хочу с тобой разговаривать.
- Я вижу, ты хочешь втянуть меня в драку, я прав?
- Не нападать первым.
- Перевести конфликт в шутку.

Соблюдай перечисленные правила, и общение станет приятным как для тебя самого, так и для твоих товарищей.

Рекомендации родителям по развитию положительных эмоций ребенка: □

«Счастлив тот, кто счастлив у себя дома».

Л. Н. Толстой

- От повторяющихся знаков приветствия, одобрения, любви и принятия у ребенка складывается ощущение: «со мной все в порядке», «я — хороший». От сигналов осуждения, недовольства, критики появляется ощущение: «со мной что-то не так», «я — плохой».
- Душевная копилка ребенка работает день и ночь. Ее ценность зависит от того, что мы туда бросаем.
- Даже требования, которые вы предъявляете, должны быть наполнены любовью и надеждой.
- Научитесь слушать своего ребенка в радости и в горести.
- Наказывая своего ребенка, оставайтесь рядом с ним, не избегайте общения с ним.
- Станьте для своего ребенка примером для подражания в проявлении положительных эмоций по отношению к членам своей семьи и к другим людям.

- Обнимайте и целуйте своего ребенка в любом возрасте.
- Не разговаривайте со своим ребенком с равнодушным и безразличным лицом.
- Заводите свои красивые, добрые и светлые ритуалы общения, которые сделают вашу жизнь и жизнь вашего ребенка теплее и радостнее. Учитесь быть хорошими родителями, размышляйте над своими ошибками.

«Главная ошибка родителей в том, что они пытаются воспитывать детей, не воспитывая себя!»

Л.Н.Толстой ☐☐☐