**Рекомендации от медиаторов ОУ**

**педагогам для организации эффективного, бесконфликтного, конструктивного взаимодействия с подростками**

 Как погасить возбуждённого подростка? Как успокоить и сбалансировать его психику? Как снять нарождающийся конфликт во взаимодействиях с ним?

 Предлагаю эффективный приём: известно, что кроме потребности в самоутверждении, у подростков усиливается потребность в общении. Они много говорят друг с другом, причём, предметом разговора часто выступает их собственное "Я": как я отношусь к тому или иному человеку, какой я – сильный или слабый? Разговаривайте чаще с подростками. Предметом разговора могут стать темы интересные для подростка, его переживания, характер, привычки, желания, потребности. Говорите спокойно, мягко, ровным, умиротворяющим голосом. Не читайте морали, не учите жизни! Звук вашего голоса, ваше доброжелательное и открытое лицо станут эффективным психотерапевтическим средством для воспитанника. Уже через месяц – два вы сможете заметить положительные изменения в поведении подростка: он станет спокойнее, сдержаннее. И, как следствие, будет реже нарушать дисциплину, начнёт учиться лучше.

 Остановите монолог, организуйте диалог.

Как организовать диалог? Чтобы между педагогом и подростком возникло диалоговое взаимодействие, выполняйте следующие условия:

- Если вы задаёте вопрос, подождите, пока ваш подросток не ответит на него.

- Высказав своё мнение, поинтересуйтесь мнением ребят.

- Если вы не согласны, аргументируйте. Поощряйте поиск аргументов подростка.

- Делайте паузы во время беседы. Не разрешайте себе захватывать всё "коммуникативное пространство".

- Чаще повторяйте фразы: "Как ты сам думаешь?", "Мне интересно твоё мнение. Почему ты молчишь?", "Ты согласен со мной? Почему? Докажи, что я не права".

**проявляйте терпимость**: не прерывайте ребёнка, не мешайте; прежде чем что-то сказать, хорошо подумайте, убедитесь, что вы хотите сказать именно это; помните, что ваша задача как слушающего – помочь ребёнку в выражении, высказывании своих проблем;

**не давайте советов**: помните, что лучшие решения в конфликте – это те, к которым участники приходят сами, а не те, которые им кто-то подсказал.

**не обвиняйте** – не говорите, что всё произошло из-за недостатков ребёнка, и не обвиняйте кого-то ещё в том, что случилось;

**не придумывайте** – не говорите ребёнку, что вы думаете о том, каковы его мотивы и желания, раньше, чем он сам о них что-то скажет;

**не защищайтесь** – сначала расскажите о своих действиях, мыслях и чувствах; сделайте это открыто и достаточно полно, и только после этого можете ждать, что то же самое сделает и ребёнок;

**не характеризуйте** – не описывайте личность ребёнка, тем более говоря "ты невнимателен, эгоистичен, неопытен, молод и т.п., старайтесь говорить о том, что вас беспокоит по существу;

**не обобщайте** – избегайте использования слов "всегда", "никогда" в описании поведения ребёнка, приводите в пример конкретные факты и ситуации, которые вы оба с ребёнком хорошо помните.

Покажите ребёнку, что вы его поняли. Перескажите своими словами его мысли, начиная со слов "Как я тебя поняла…", "По-твоему мнению…", "Ты считаешь…", "Ты, наверное, расстроен тем, что…".

Попытайтесь вместе с ним определить, что следует делать. Лучше, если это будут "пошаговые" действия (во-первых, во-вторых и т.д.)

Утолите "тактильный голод" ребёнка – обнимите, прижмите его к себе, потормошите. Это способствует появлению у него чувства защищённости, уверенности в себе.