

## Памятка классному руководителю

### Как оказать помощь подростку в разрешении проблем.

Когда у подростка случается горе, душевный разлад, разочарование, он, как правило, ищет сочувствия у окружающих, стремится «выговорить» свои неприятности. То, что высказано вслух, как бы отчуждается от человека в слове, при этом нередко «отходит», облегчается и переживание.

Если учащийся находится в эмоционально подавленном состоянии, безотлагательно пригласите его на беседу.

### Методика работы по организации беседы

<b>Приглашение на беседу-</b>	Приглашение необходимо сделать обязательно лично, желательно с глазу на глаз. Ни в коем случае нельзя вызывать к себе человека на беседу через «третьих лиц».
<b>Место беседы</b>	Можно провести разговор в служебном помещении, но предпочтительнее не в столь «формальном» месте. Главное - отсутствие посторонних. Никто не должен прерывать разговор, сколько бы он ни длился.
<b>Поведение во время беседы</b>	Будьте предельно внимательным, предельно заинтересованным собеседником. Покажите, что важнее этой беседы для вас сейчас ничего нет.
<b>Время беседы</b>	Желательно назначить беседу не в служебное время, когда каждый занят своими делами

Ваша помощь окажется более эффективной, если беседа будет построена в соответствии с определенными принципами и складывается из нескольких последовательных этапов, каждый из которых имеет свою специфическую задачу.

### Этапы беседы

<b>Начальный этап беседы</b>	Главная задача этапа заключается в установлении эмоционального контакта с приглашенным на беседу подростком. Необходимо убедить собеседника в том, что его проблемы будут поняты, что вы искренне разделяете его заботы и трудности. На первом этапе - только внимательное, терпеливое выслушивание, без сомнения и критики. Уточните, также, сведения о близких людях, так как именно они часто являются резервными источниками помощи и поддержки.
------------------------------	--

<p><b>Второй этап беседы</b></p>	<p>В ходе второго этапа устанавливается последовательность событий, в результате которых сложилась кризисная ситуация, выясняется, что повлияло на душевное состояние подростка. Один из наиболее существенных моментов этого этапа - снятие у человека ощущения безысходности ситуации. Постарайтесь убедить его в том, что подобные ситуации возникают и у других людей, что положение дел вполне поправимо. В завершение этого этапа беседы целесообразно использовать прием «определение конфликта», т.е. высказать четкую формулировку ситуации, переживаемой человеком.</p>
<p><b>Третий этап беседы</b></p>	<p>Этот этап представляет собой совместное планирование деятельности по преодолению кризисной ситуации. Следует иметь в виду, что вероятность реализации планируемых действий будет выше в тех случаях, когда в планировании ваш собеседник играет ведущую роль. Если он испытывает затруднения, предложите определенный вариант поведения, возможные способы разрешения ситуации, которые могут привести к выходу из психологического кризиса. Преодоление психотравмирующей ситуации разбивается на более мелкие, принципиально разрешимые задачи и для ближайших задач предлагается несколько предварительных решений. Итогом этого этапа беседы должен стать конструктивный план поведения, направленного на преодоление неблагоприятных</p>
<p><b>Завершающий этап беседы</b></p>	<p>Этот этап окончательного формирования решения, активной психологической поддержки и придания человеку уверенности в своих силах и возможностях. План действий должен быть выражен предельно ясно, последовательно и кратко.</p>

### **Предупреждение №1**

#### *Действия после беседы.*

Дальнейшая работа будет складываться исходя из анализа беседы с учетом личностных особенностей подростка в сложившейся ситуации. Поэтому всякие детализованные рекомендации на этот счет весьма затруднительны, но основные могут состоять в следующем:

- ✓ отнеситесь ко всем высказываниям собеседника очень серьезно;
- ✓ продумайте план оказания помощи ребёнку;
- ✓ учитывая повышенную вероятность неадекватных реакций, создайте для него на какой-то период более спокойные («щадящие») условия учебы: реже спрашивайте на уроках, не ставьте отрицательных оценок, не используйте методы наказания;
- ✓ ставьте несложные задачи, успешное выполнение которых будет способствовать повышению самооценки личности;
- ✓ не оставляйте подростка без контроля и внимания;
- ✓ при необходимости продумайте возможность госпитализации подростка (для медикаментозной поддержки).

### **Предупреждение №2**

Нельзя допускать никаких действий вопреки желанию подростка. Любая информация, сообщенная вам в ходе беседы, не может быть передана без его согласия кому бы то ни было, а тем более стать предметом обсуждения в коллективе. (Соблюдайте принцип конфиденциальности).

