

## **УЧЕНИК ОДЕТ «НЕ ПО ФОРМЕ» (ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ)**

*Школа предъявляет требования к внешнему виду учащихся. Как быть, если подросток не хочет их соблюдать? Возможно, в данный момент оригинальный внешний вид – единственное средство, которое помогает ему увереннее чувствовать себя и внутренне, и в окружающем сообществе людей.*

*Яркие, пёстрые или чёрные наряды, макияж, пирсинг, тату, разноцветные волосы могут говорить о наличии какого-либо конфликта – это могут быть трудности в общении с родителями, педагогами, друзьями, школьные сложности, недопонимание, обида, протест и многое другое. Так ребёнок старается привлечь к себе и своей проблеме внимание, как бы говоря: «Кто-нибудь, пожалуйста, заметьте меня и помогите!».*

***Надеемся, эти рекомендации помогут Вам выстроить план работы с подростком и/или его семьёй:***

- Постарайтесь не делать преждевременных выводов.
- Проанализируйте, считаете ли внешний вид ученика или ученицы проблемным только Вы или ещё и другие взрослые, и сверстники.
- Понаблюдайте с целью понять – это кратковременный эксперимент или проблемное поведение? Постарайтесь понять, против чего или кого бунтует подросток.
- Оцените силу чувств подростка. Дайте понять, что хотите поговорить с ним о чувствах и не осуждаете его за то, что он эти чувства испытывает.
- Убедите подростка в том, что приняв Вашу помощь, он сделал верный шаг. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, к которым можно обратиться.
- В общении с подростком придерживайтесь доверительного, спокойного и доброжелательного тона, не повышая голоса.

## **УЧЕНИК ОДЕТ «НЕ ПО ФОРМЕ» (ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ)**

*Школа предъявляет требования к внешнему виду учащихся. Как быть, если подросток не хочет их соблюдать? Возможно, в данный момент оригинальный внешний вид – единственное средство, которое помогает ему увереннее чувствовать себя и внутренне, и в окружающем сообществе людей.*

*Яркие, пёстрые или чёрные наряды, макияж, пирсинг, тату, разноцветные волосы могут говорить о наличии какого-либо конфликта – это могут быть трудности в общении с родителями, педагогами, друзьями, школьные сложности, недопонимание, обида, протест и многое другое. Так ребёнок старается привлечь к себе и своей проблеме внимание, как бы говоря: «Кто-нибудь, пожалуйста, заметьте меня и помогите!».*

***Надеемся, эти рекомендации помогут Вам выстроить план работы с подростком и/или его семьёй:***

- Постарайтесь не делать преждевременных выводов.
- Проанализируйте, считаете ли внешний вид ученика или ученицы проблемным только Вы или ещё и другие взрослые, и сверстники.
- Понаблюдайте с целью понять – это кратковременный эксперимент или проблемное поведение? Постарайтесь понять, против чего или кого бунтует подросток.
- Оцените силу чувств подростка. Дайте понять, что хотите поговорить с ним о чувствах и не осуждаете его за то, что он эти чувства испытывает.
- Убедите подростка в том, что приняв Вашу помощь, он сделал верный шаг. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, к которым можно обратиться.
- В общении с подростком придерживайтесь доверительного, спокойного и доброжелательного тона, не повышая голоса.

- Избегайте осуждения, оценивания и нравоучений. Дайте почувствовать, что Вы беспокоитесь за него и не ставите своей целью наказать.
- Прежде всего будьте готовы его выслушать, слушайте не только ушами, но и глазами, сердцем. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за внешним видом и словами.
- Предоставьте подростку возможность высказаться, поделиться своими ощущениями и переживаниями по поводу его внешнего вида, «отзеркальте» его чувства: «Думаю, тебе совсем не нравится школьная форма, наверное, в ней ты чувствуешь себя некомфортно, и тебе не хочется вылезать из своей любимой толстовки».
- Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии стресса.
- Воздерживайтесь от осуждения, агрессивности, жестокости по отношению к подростку. Но одновременно воздерживайтесь от чрезмерного сочувствия, жалости к нему.
- Рационально обсудите, зачем нужен дресс-код и как найти компромисс. Можно побеседовать о границах и о том, что существуют общественные места, в которых приняты определённые правила поведения, форма одежды и т. д.
- Вместе с семьёй помогите подростку освоить новые навыки и способы самовыражения, пополнить коллекцию успехов, которые могут быть оценены в среде сверстников: подойдёт и катание на скейте, и компетентность в аниме, и успешность в компьютерных играх.

***Квалифицированную консультацию специалистов  
можно получить в Центре психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи  
(запись по телефону 92-68-09)***

- Избегайте осуждения, оценивания и нравоучений. Дайте почувствовать, что Вы беспокоитесь за него и не ставите своей целью наказать.
- Прежде всего будьте готовы его выслушать, слушайте не только ушами, но и глазами, сердцем. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за внешним видом и словами.
- Предоставьте подростку возможность высказаться, поделиться своими ощущениями и переживаниями по поводу его внешнего вида, «отзеркальте» его чувства: «Думаю, тебе совсем не нравится школьная форма, наверное, в ней ты чувствуешь себя некомфортно, и тебе не хочется вылезать из своей любимой толстовки».
- Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии стресса.
- Воздерживайтесь от осуждения, агрессивности, жестокости по отношению к подростку. Но одновременно воздерживайтесь от чрезмерного сочувствия, жалости к нему.
- Рационально обсудите, зачем нужен дресс-код и как найти компромисс. Можно побеседовать о границах и о том, что существуют общественные места, в которых приняты определённые правила поведения, форма одежды и т. д.
- Вместе с семьёй помогите подростку освоить новые навыки и способы самовыражения, пополнить коллекцию успехов, которые могут быть оценены в среде сверстников: подойдёт и катание на скейте, и компетентность в аниме, и успешность в компьютерных играх.

***Квалифицированную консультацию специалистов  
можно получить в Центре психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи  
(запись по телефону 92-68-09)***