

ЯК ГОТУВАТИ ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ

Рекомендації психолога учням

1. Активно працюй на уроці: уважно слухай, відповідай на запитання.
2. Став запитання, якщо чогось не зрозумів або з чимось не згодний.
3. Точно й детально записуй, що задано з кожного предмета.
4. Навчися користуватися словниками й довідниками. З'ясовуй значення незнайомих слів, знаходь потрібні факти й пояснення, правила, формули в довідниках.
5. Якщо в тебе є комп'ютер, навчися з його допомогою знаходити потрібну інформацію, робити розрахунки за допомогою електронних таблиць тощо.
6. Якщо матеріал, який подавали на уроці, є для тебе складним, повтори матеріал цього ж дня, навіть якщо наступний урок буде лише через кілька днів.
7. Починаючи виконувати завдання, думай не тільки про те, що треба зробити (тобто про зміст завдання), а й про те, як (за допомогою яких прийомів, засобів) це можна зробити.
8. У разі потреби звертайся по допомогу до дорослого або до однокласників.
9. Починаючи виконувати уроки, відкрий щоденник, подивися, чи всі завдання ти записав.
10. Продумай послідовність виконання завдань з окремих предметів і спробуй визначити, скільки часу тобі знадобиться для виконання кожного завдання.
11. Прибери зі столу все зайве - те, що може відвертати твою увагу. Приготуй те, що потрібно для виконання першого завдання (підручник, зошити, карти, олівці, словники, довідники тощо). Після того як підготуєшся до першого уроку, прибери все й приготуй те, що потрібно для виконання наступного.
12. Між уроками роби перерви.
13. Спочатку спробуй зрозуміти матеріал, а потім його запам'ятати.
14. Перш ніж виконувати письмові завдання, зрозумій і вивчи правила до них.
15. Читаючи параграф підручника, став собі запитання: про що (або про кого) йдеться в цьому тексті тощо.
16. Шукай зв'язок кожного нового поняття, явища, про яке ти дізнаєшся, з тим, що ти вже знаєш. Співвіднось нове з уже відомим. Стеж за тим, щоб це були не випадкові, зовнішні зв'язки, а головні зв'язки за змістом.
17. Якщо матеріал, який треба вивчити, великий за обсягом або складний, розбий його на окремі частини й опрацювай кожну частину окремо. Використовуй метод ключових слів.
18. Не залишай підготовку до доповідей, творів, творчих робіт на останній день, адже це потребує багато часу. Готуйся до них заздалегідь, упродовж кількох днів, рівномірно розподіляючи навантаження.
19. Спробуй у підготовці усних завдань використовувати метод «5 П», розроблений американськими психологами¹. За даними психологів США, такий метод дає змогу зосередити увагу на найважливішому в тексті й сприяє кращому його запам'ятовуванню.
20. Складай план усної відповіді.
21. Перевіряй себе.

Пам'ятай

Ми найкраще запам'ятовуємо:

- те, чим постійно користуємося;
- те, до чого нам треба буде повернутися (перервані дії);

- те, що нам потрібно;
- те, що ми можемо пов'язати з іншими нашими знаннями й уміннями;
- те, що пов'язано з нашими переживаннями (і приємними, і неприємними).

ЯК ПОДОЛАТИ НЕВПЕВНЕНІСТЬ В СОБІ

Іноді трапляється так, що ми відчуваємо себе невпевненими в якій-небудь справі або питанні, вчинок або ситуації.

Психологи стверджують, що 50 % успіху того чи іншого підприємства закладено у впевненості людини щодо позитивного результату справи.

Коли ми впевнені, ми не хвилюємося, хід думок йде своїм струнким чергою, ми товариські і спокійні. Але варто тільки почати в чому-небудь сумніватися, як наші плани будуть приречені на провал.

Як же вирішувати свої проблеми без хвилювання ?

Як подолати невпевненість в собі?

По-перше, змінити думку про свою особистість в кращу сторону.

Перестаньте думати, що ви гірші за всіх!

Адже кожна людина унікальна, цікавий і в чомусь обов'язково талановита. Знайдіть у собі сили сказати : «Я не гірше за інших, а, може бути, навіть краще ! »

По-друге, не зациклюйтеся на тому, що думають про вас оточуючі.

Кожна людина має своє, притаманне тільки йому думку.

І це думка від вас не залежить жодним чином. Перестаньте боятися того, що думають про вас інші люди.

Це допоможе вам стати незалежним від дрібних неприємностей і сторонніх поглядів.

По-третє, знайдіть в собі позитивні якості і таланти.

Повірте, у кожної людини вони є. Для більшої впевненості візьміть аркуш паперу і ручку і запишіть всі свої позитивні якості.

У вас обов'язково набереться список не менше ніж з 10 пунктів. Так чи варто переживати і сумніватися в собі?

І, нарешті, допоможіть іншим, оточуючим вас, людям подолати невпевненість. Підтримайте людини, дайте йому пораду або скажіть добре слово, просто похваліть.

Досить двох - трьох коротких фраз, щоб розрядити саму плачевну обстановку і підняти настрій і собі і оточуючим.

Успіхів вам !

Будьте впевнені і все у вас вийде!

«Як знайти і зберегти друзів»

Дізнайся краще самого себе.

Знайди в собі цікаві якості - це допоможе залучити до себе однолітків і зберегти об'єктивне судження про інших людей.

Розвивай в собі чутливість і увага до внутрішнього світу іншої людини.

Намагайся при розмові задавати питання, які цікавили б твого співрозмовника.

Пам'ятай, кожен гідний поваги, так як він - людина.

Стався до інших так, як би ти хотів, щоб ставилися до тебе.

Проявляй частіше інтерес до іншої людини.

Навчися знаходити в ньому гарне.

Не помічай дрібні недоліки товариша. Ти ж теж їх не позбавлений.

Розвивай вміння розуміти гумор.

Намагайся відбуватися жартами, якщо хтось іронізує з приводу твоєї зовнішності або успішності.

Умій вислухати товариша, вчися вести діалог, а не говорити монологи.

Вчися мислити творчо, займайся чимось цікавим - це притягує.

Якщо ти втрачаєш друга, подумай, може бути, ви обидва змінилися, зросли, тому й розлучаєтесь.

Завжди можна знайти нових друзів.

Тільки справжні друзі залишаться з тобою на все життя.

Поради щодо подолання стресу

1. **З'ясуйте, що саме вас тривожить і зачіпає за живе.** Розкажіть про те, що вас турбує, близькій людині. Це особливий психологічний прийом: проаналізувавши свою проблему вголос, ви дістанетеся до кореня своїх проблем і знайдете вихід із ситуації.

2. **Сплануйте свій день.** Учені помітили, що для людини, стан якої наближається до стресового, час прискорює свій біг. Тому вона відчуває непомірну завантаженість і нестачу часу.

3. **Навчіться керувати своїми емоціями.** Вирватися зі стресового кола допоможе найпростіша йогівська вправа. Заплющити очі й подумки перенестись на берег океану. Підніміть руки вгору й розведіть у сторони, уявляючи, як у них входить енергія. Складіть їх одна на іншу — ліва знизу. Цього цілком достатньо, щоб повноцінно відпочити, наситити мозок киснем і заспокоїтися. Не забувайте хвалити себе щоразу, коли вам вдасться впоратися з хвилюванням.

4. **Усміхайтесь, навіть якщо вам не дуже хочеться.** Сміх позитивно впливає на імунну систему, активізуючи Т-лімфоцити крові. У відповідь на вашу посмішку, організм продукуватиме бажані гормони радості.

5. **Відпочивайте разом із сім'єю.**

6. **Фізичні вправи знімають нервові напруження.**

7. **Музика – це теж психотерапія.** Слухайте спокійну музику.

8. **Бувайте на дворі,** гуляйте, сидіть в парку, бігайте.

9. **Аби запобігти розчаруванню, невдачам, не треба братися за непосильні завдання.**

10. **Постійно концентруйтеся на світлих сторонах життя та подіях**— це збереже здоров'я і сприятиме успіху.

11. **Не зловживайте кавою, алкоголем.**

12. **Їжте морозиво** – там є компонент, який покращує настрій. І банан – в ньому є сиротин, гормон щастя.

13. **Вживайте вітамін Е.** Він підвищує імунітет і стійкість до стресу. До речі, цей вітамін міститься у картоплі, сої, кукурудзі, моркві, ожині, волоських горіхах.

14. **Є багато різних систем аутотренінгу.** На жаль, на те, щоб опанувати їх, у нас часто не вистачає терпіння й часу. А ось засвоїти кілька формул самозаспокоєння зовсім не важко.

Формули для самозаспокоєння

Відкинь цю думку.
Все буде добре.
Проблема вирішиться.
Це не варте хвилювання.
Я зосереджуюся на своєму диханні.
Я почуваюся здоровою.
Я абсолютно спокійна.
Як я могла хвилюватися через дрібниці.
Думки розважливі. Спокійно обмірковую свої подальші дії.

На перший погляд, все це може здатися примітивним. Але чому б не спробувати потренуватися. Опанувати себе - значить оволодіти ситуацією.

Ранні ознаки суїцидальних намірів

Проблема самогубства є актуальною, тому педагогам та батькам слід мати уявлення про ранні ознаки суїцидальних намірів і вміти їх розрізняти. До таких ознак відносять:

- Попередня спроба самогубства: у багатьох молодих людей, котрі закінчують життя самогубством, було спроба суїциду раніше.
- Усні загрози: деякі суїциданти досить чітко говорять про свої наміри. Існують прямі твердження: «Я не можу цього витримати», «Я не хочу більше жити», «Я хочу покінчити із собою». Часто вислови можуть бути замасковані: «Ви не повинні за мене турбуватись», «Я не хочу створювати вам проблеми», «Скоро, дуже скоро цей біль буде позаду», «Вони дуже скоро пожаліють, коли я їх залишу» і т. п. Всі загрози повинні сприйматися серйозно.
- Зміни в поведінці: наприклад, активні люди можуть стати замкнутими і заглибитись у себе; нерішучі люди можуть здійснювати надзвичайно ризиковані вчинки.
- Токсикоманія, наркоманія, алкоголізм.
- Незвичні покупки: людина може прагнути купити зброю, мотузку та інші речі, які можуть викликати у вас підозру.
- Відмова від власності: той, хто вирішив здійснити самогубство, може роздавати власні речі.
- Ознаки депресії: це можуть бути зміни у вживанні їжі, порушення сну, тривожність, неврівноваженість, втрата інтересу до будь-якої діяльності.

- Проблеми в школі: пропуски уроків, емоційні вибухи або інша поведінка невластива даній дитині і т. п.
- Теми смерті: бажання закінчити своє життя може проявлятися в малюнках, у поезії, записах у щоденнику і т. п.
- Раптові (неочікувані) стани ейфорії: людина має щасливий вигляд після тривалого депресивного стану – це означає, що вона відчуває полегшення від остаточно прийнятого рішення про скоєння самогубства.
- Інші ознаки: часті інциденти, скарги та фізичний стан організму, гіперактивність, агресивність, неадекватна поведінка з метою привернення уваги або досить тривале переживання горя після втрати когось
- Складно зрозуміти мотив поведінки, але завдання людини бути чуйною й уважною до кожного. Треба створити такий психологічний клімат, щоб ніхто не почувався самотнім, невизнаним і неповноцінним.

Допомога при потенційному суїциді:

- Підбирайте ключі до розгадки суїциду.
- Попередження самогубства полягає не тільки в піклуванні та участі друзів, а і в здатності розпізнавати ознаки суїцидальних намірів.
- Обов'язково з'ясуйте, чи не є ця людина самотньою та ізольованою.
- Прийміть суїциданта як особистість. Припустіть, що людина дійсно є суїцидальною особистістю. Не вважайте, що вона не здатна і не зможе наважитися на самогубство. Якщо ви думаєте, що когось загрожує небезпека самогубства, дійте у відповідності зі своїми власними почуттями та переконаннями.
- Налагодьте турботливі стосунки. Не існує вичерпної відповіді на таке серйозне запитання: як можна попередити самогубство? Але ви можете зробити величезний крок вперед, якщо приймете людину, котра перебуває у відчаї. У цій ситуації є час не для моралізування, а для доброзичливої підтримки, яку потрібно висловлювати не лише словами, але й невербально.
- Будьте уважним слухачем. Ви можете надати безцінну допомогу, вислухавши розповідь про почуття цієї людини – що б то не було - печаль, провина, страх чи гнів. Інколи, якщо ви просто мовчки посидите з нею, це буде доказом вашої зацікавленості й турботи.

- Не сперечайтесь. Ні в якому разі не виявляйте агресії, якщо ви присутні під час розмови про самогубство, і спробуйте не висловлювати обурення тим, що почули. Вступаючи в дискусію з пригніченою людиною, ви можете не лише програти суперечку, а й втратити людину.
- Не пропонуйте невинуватених утіх. Суїциданти з презирством ставляться до зауважень на зразок: «Нічого, нічого, у інших такі ж проблеми, як у тебе» та до інших подібних кліше, оскільки вони різко контрастують з їхніми стражданнями. Ці фрази лише принижують їх почуття і примушують відчувати себе ще більш непотрібними.
- Пропонуйте конструктивні підходи. Потенційному самогубцю потрібно допомогти ідентифікувати проблему і якомога точніше визначити, що її поглиблює, а також переконати в тому, що він може говорити про почуття без сорому, навіть про такі негативні емоції, як ненависть чи помста.
- Вселяйте надію. Основи для реалістичної надії мають бути подані переконливо і м'яко. Дуже важливо, якщо ви підкреслите людські можливості й силу, а також те, що кризові стани, звичайно минають, а самогубство безповоротно.
- Не залишайте людину у випадку ситуації високого суїцидального ризику. Залишайтеся з нею якомога довше чи попросіть когось побути поруч, доки не пройде криза чи не з'явиться допомога. Пам'ятайте, що підтримка вимагає від вас певної відповідальності. Ви можете скласти з людиною так званий суїцидальний контакт. Тобто попросити зв'язатися з вами перед тим, як вона наважиться на суїцид.
- Оцініть міру ризику самогубства. Спробуйте визначити серйозність, можливого суїциду. Адже наміри бувають різні – починаючи від скороминучих, нечітких думок про таку можливість і закінчуючи чітко розробленим планом самогубства певним способом.
- Незаперечним фактом є те, що чим детальніше розроблений план самогубства, тим вищий його потенційний ризик.
- Зверніться за допомогою до спеціалістів. У суїцидantів звужене поле зору, своєрідна тунельна свідомість. Перше їх прохання – це часто прохання про допомогу. Хорошим помічником може бути священник, сімейний лікар. Не можна недооцінювати допомогу психіатрів чи кваліфікованих психологів.
- Ще однією формою допомоги є сімейна терапія. Члени сім'ї надають підтримку, висловлюють турботи і прикромі, конструктивно визначають більш комфортний стиль спільного життя.

- Важливість збереження турботи і підтримки. Якщо критична ситуація і пройшла, то спеціалісти чи сім'я не повинні дозволити собі розслаблення. Найгірше може бути попереду. Половина суїцидантів здійснює самогубство протягом трьох місяців після початку психологічної кризи.

Інколи у клопотах оточуючі забувають про людей, котрі робили суїцид або реальні спроби. Багато хто ставиться до них, як до невмілих і невдах. Часто вони зустрічаються з подвійним презирством: з одного боку, вони "ненормальні", тому що хочуть померти, а з іншого - настільки "некомпетентні", що цього не можуть зробити якісно. Емоційні проблеми, які приводять до суїциду, рідко вирішуються повністю, навіть коли здається, що гірше в минулому. Підтримка і турбота потрібні до того часу, доки суїцидальна людина не адаптується в соціумі.

Школа і стрес: коли дитина не вчиться, а мучиться

Якщо ваша дитина йде до школи зі сльозами, а ви й самі вже налякані проблемами, які обіцяє навчальний рік... не поспішайте впадати в паніку! З самого початку серпня ми бачили на білбордах і у вітринах зображення дітей з рюкзаками і квітами, весело крокуючих в школу. Однак багато учнів та їх батьків не розділяють радості рекламних школярів. Це не означає, що все похмуро і безпросвітно - адже в школі старі та нові друзі, цікаві заняття та гуртки і багато інших ненудних речей... Але...

Мабуть, у вересні це "але" виходить на перше місце. І не важливо, чи йде дитина "перший раз у перший клас", чи вже закінчує школу, життя ставить перед учнями та їх батьками нові проблеми, які не завжди легко вирішити. У сучасному світі відвідування школи для дитини та її батьків - біг з перешкодами. Щороку - нові стандарти і вимоги. Сьогодні вся школа вчиться за підручником Іванова, завтра за підручником Петрова, а післязавтра тільки автор Сидоров визнається гідним фахівцем. Навіть на Заході, де шкільні програми не зазнають таких невпорядкованих стрибків у різні боки, фахівці визнають, що всі сторони, залучені в навчальний процес, - вчителі, батьки та учні - відчувають досить високий рівень стресу, пов'язаний з початком навчального року.

З чого складається такий стрес?

По-перше, це "першOVERесневий блюз" - печаль з приводу того, що канікули закінчилися і почалися "важкі будні". Знову уроки, знову враннішнє збирання до школи, батьківські збори, секції, репетитори і т. д. Важко від

цього не тільки учням, а й батькам. Діти, особливо учні молодших класів, далеко не завжди можуть самостійно підтримувати темп роботи. Мозок ще не дозрів для того, щоб концентрувати увагу довгий час на окремих заняттях, особливо якщо вони здаються дитині нудними і довгими. Тому батьки несуть всю відповідальність на своїх плечах. Від цього не тільки засумувати, а й в паніку впасти можна. Тому, напевно, навіть доречно говорити про "першOVERесневу паніку". По-друге, у багатьох починається "першOVERеснева тривога". Як дитина буде справлятися, як в майбутньому році складуться відносини з вчителями і однокласниками? Невідомість нового навчального року викликає занепокоєння дітей і батьків.

Надмірно важкий тягар

Нинішня програма вимагає від дитини повної самовіддачі. Режим і темп розкладу на тиждень може бути вкрай напруженим і навіть на межі нездійсненого.

Діти і співають, і танцюють, і малюють, і пишуть щотижневі реферати, і роблять ще багато чого. Здавалося б, різнобічний розвиток, що може бути краще? Але серед такого розмаїття загальнорозвиваючих занять на необхідні предмети залишається не так вже й багато часу. Вчителі так само стрімголов "несуться" крізь вимоги нової програми, не маючи можливості приділити час відстаючим учням. Виходить, "не зрозумів - твої проблеми". Тому нерідко на додаток до шкільних занять дитина займається ще й з репетитором.

Як шкільні перегони впливають на дітей?

1.Перевтома і вигорання. Діти, особливо молодші школярі, яким доводиться не тільки освоювати нові предмети, а й адаптуватися до нового життя, не такі витривалі, як думають укладачі шкільних програм. Намагання написати щось без жодної помилки до 2 години ночі швидко виснажують їх фізичні ресурси. Починають страждати увага і пам'ять. Але зниження темпу навчання загрожує тим, що дитина відстане від шкільної програми.

Тому батьки і вчителі нерідко "тиснуть" на дитину сильніше, вимагаючи докласти ще більше зусиль. Це часто призводить до того, що учень не просто втрачає інтерес до навчання, а й починає відчувати до нього огиду.

2.Шкільна тривога. Тиск на школяра, постійні закиди з боку вчителів і батьків, а також проблеми з однокласниками можуть викликати у дитини страх перед школою. Вона може просто відмовлятися туди йти, влаштовувати ранкові істерики, навмисно довго їсти й одягатися. Може навіть прогулювати уроки. А буває, що у неї розвивається психогенна блювота або піднімається температура. І так кожен день. Зате у вихідні та свята школяр чудом одужує.

3.Депресія. Так, у дітей теж буває депресія. Що вдіяти? Дитина може відчувати себе нездатною до нового життя. У неї щось не виходить, щось викликає сміх однокласників і осуд вчителів. Навіть якщо вона дуже-дуже старається, не всі проблеми вона може вирішити сама. Самооцінка падає, псується настрій.

Що можуть зробити батьки?

Перевтома, тривога, депресія розвиваються тоді, коли нервова система не отримує можливості відновлюватися після тривалого розумового навантаження. Особливо якщо до цього приєднуються негативні емоції, або якщо мова йде про дитину з діагнозом "синдром дефіциту уваги". Звичайно, батьки не можуть вплинути на інтенсивність шкільної програми, але вони можуть вплинути на те, як вона буде розподілена в житті дитини. Тому основна порада - збалансувати режим навчання і відпочинку для того, щоб у учня був час для відновлення сил. Взагалі, більшість рекомендацій батькам школярів банальні, але через постійне навантаження шкільного року навіть вони не беруться до уваги, відсуваються на другий план. Адже головне - щоб успішність не впала і чверть була закінчена добре.

Проте варто повернутися до основ.

Один з найважливіших факторів, який допомагає вирішити багато шкільних проблем, - повноцінний сон. Дитина 7-10 років повинна спати 10-11 годин. Дослідження показують, що діти, котрі не сплять достатньо, вчаться набагато гірше, ніж могли б, якби мали адекватний відпочинок. Втоmlений учень стає неуважним, легко відволікається, погано запам'ятовує матеріал. Йому потрібно набагато більше часу для засвоєння знань. Сон є частиною добре організованого режиму дня. Однак діти не можуть самі себе ефективно організувати, і батькам необхідно привчати їх до цього. Для дітей важливі ритуали, пов'язані з розпорядком дня, щоб всі речі були на одному і тому ж місці і одне заняття звично чергувалося з іншим.

Але не тільки справи і обов'язки повинні чергуватися. Повчилися - пограли. Дитині треба обов'язково рухатися. І не тільки тому, що у дітей має бути веселе дитинство. Фізична активність добре знімає наслідки стресу, допомагає переключитися на теми, не пов'язані з уроками, і потім зі свіжою головою продовжити навчання.

ДИТЯЧЕ ЗЛОДІЙСТВО ПРИЧИНИ І ЩО РОБИТИ БАТЬКАМ

Рано чи пізно майже всі батьки стикаються з ситуацією, коли їх дитина приносить чужу річ або іграшку додому. І у більшості з них відразу ж це викликає негативні емоції. Відразу з'являються думки «Як же так? Ми виховали злодюжку! Жах! ». Стає соромно, люди злятаються на свою дитину, звинувачують себе, що неправильно його виховували, з'являється страх розголосу цього факту. Але все ж не варто робити поспішних висновків.

Перш за все, треба усвідомити, що існують випадки, коли це зовсім не крадіжка. Ваша дитина могла просто помінятися своєю іграшкою з іншим малюком. Це буває не так рідко і дуже добре, якщо це дійсно подібний випадок.

Чого батькам робити не можна:

- Думати, що сталося непоправне;
- Влаштовувати скандали і істерики;
- Позбавляти спеціально дитини чогось «в покарання»;
- Виявляти байдужість або схвалювати факт крадіжки;
- Чи не приділяти уваги тому факту, якщо його друзі є так званою «поганою компанією»;
- Звинувачувати його, якщо немає стовідсоткових доказів його провини;
- Навішувати на нього ярлики злодія;
- Вимагати, щоб він публічно зізнався в скоєному і розкався;
- Робити порівняння з іншими людьми або дітьми, на зразок: «Ось я ніколи не крав!»;
- Не намагатися змусити його дати клятву про те, що він більше ніколи так не буде робити;
- Ні в якому разі не обговорювати подібне в присутності будь-яких сторонніх людей.

Якщо ви спробуєте зробити що-небудь з перерахованого вище, то, швидше за все, результатом буде не те, що дитина більше не буде красти, а те, що він замкнеться і перестане вам довіряти, виходячи, таким чином, з підвашого контролю.

Що робити батькам:

- Думати і говорити проздійснене, як про те, що дитина «взяла» чуже, а не «вкрала» його;
- М'яко і доброзичливо поговорити з малюком, щоб зрозуміти, звідки взялася іграшка, навіщо вона йому, в яких стосунках з власником чужої речі він знаходиться - все це дасть зрозуміти причини, що штовхнули його на подібні дії;
- Якщо дитина відчуває себе винним, змістите акценти на почуття того, кого він обікрав;

- Якщо провини він не відчуває, то слід визнати, що факт крадіжки. Однак потрібно зробити це обережно, щоб засудити саме вчинок, а не саму дитину;
- Обов'язково повернути річ її власникові, проте зробити це так, немов дитина знайшла її;
- Повернути річ потрібно разом з дитиною. При необхідності займіть його сторону, щоб захистити його від можливих нападок з боку батьків власника речі або інших людей. Нехай дитина усвідомлює, що ви в будь-якому випадку будете на його стороні;
- Можете спробувати умовити дитину, щоб він сам повернув річ її власникові;
- Поясніть, що брати річ бездозволу можна, тільки якщо вона належить йому самому, а щоб взяти чужу - потрібно запитати дозвіл у власника;
- Ведіть себе гідним чином, щоб дитина могла брати з вас приклад для наслідування, не кричить і не скандалить;
- Якщо ви своїми очима бачили факт крадіжки, відкрито скажіть про це дитині;
- Дайте йому зрозуміти, що вам не подобається його вчинок;
- Господарю речі слід віддати її в незалежності від її вартості;
- Не допускати ситуацій, які могли б спровокувати дитини на крадіжку;
- Заохочувати його зізнаватися в своїх помилках і визнавати їх;
- Почитати і ретельно обговорити з ним літературу про моральне виховання. Якщо дитині ще мало років, то можна зробити це в ігровій формі.

Правила для учнів 5 класу

1. Будь патріотом своєї Батьківщини. Дорожи честю своєї школи, свого колективу.
2. Старанно навчайся. На уроках будь уважним. Своєчасно приходь на навчання, не пропускай уроків.
3. Розвивай свої здібності, готуй себе до свідомого вибору професії.
4. Дотримуйся режиму дня. Завжди будь чистим і охайним, тримай своє робоче місце в належному порядку.
5. Дотримуйся вимог санітарії та гігієни.
6. Розумно плануй і використовуй час, учись правильно організувати свою працю
7. Зразково поведь себе в школі, вдома та в громадських місцях, на вулиці. Вітайся з учителями та іншими працівниками школи.
8. Дотримуйся правил техніки безпеки та правил дорожнього руху.

9. Бери активну участь у громадянському та культурному житті школи, допомагай товаришам краще навчатися і працювати.
10. Бережливо стався до шкільного та іншого майна, до своїх речей і речей товаришів.
11. Слухай батьків і старших членів сім'ї, допомагай їм в домашніх справах, піклуйся про молодших.
12. Виконуй вимоги вчителів і чергових учнів.
13. Учень не вживає брутальних слів, спиртних напоїв і наркотиків, не палить.
14. Учням забороняється користуватися мобільними телефонами під час навчальних занять.