

ЗАНЯТИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПОРТРЕТ СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА» (для родителей учащихся IX класса, 1-я четверть).

24.10.2022

Цель: повышение педагогической компетентности родителей, расширение представления об особенностях подросткового возраста, методах выхода из конфликтных ситуаций.

Задачи:

- помочь родителям выработать продуктивные способы решения конфликтных ситуаций, понять причины негативных поведенческих проявлений у подростка;

- способствовать расширению понимания психологических особенностей подростка;

- активизировать эффективные коммуникации родителя с подростком.

Ведущий: Добрый день, уважаемые родители!

Воспитание подростков – нелегкая задача. Ведь большую часть времени они находятся под влиянием других людей: учителей, друзей и просто знакомых. Многие родители чувствуют, что не могут больше контролировать поведение своего ребенка, оказывать на него влияние. Как следствие – отсутствие взаимопонимания, конфликты, проблемы...

А ведь часто причиной такого положения является неподготовленность, непонимание особенностей подросткового возраста, что и сводит на нет все воспитательные усилия. Однако большинство подростковых проблем может быть частично или полностью решено, если исчезнет натянутость во взаимоотношениях детей и родителей.

Уважаемые родители, наши дети так замечательно учатся. Природа наделила их предприимчивостью и любознательностью. У них есть внутренний импульс необычной силы. НО:

Откуда берутся трудные дети?

Вот они, главные истины эти:

Поздно заметили, поздно учли.

Нет, не рождаются трудными дети,

Просто им вовремя не помогли.

Как бы вы определили цель нашего собрания, о чем мы с вами сегодня будем говорить? (*Ответы родителей?*).

Ведущий: Актуальной проблемой во все времена была проблема взаимоотношений между детьми и родителями. Все мы замечаем, как меняются наши дети. Некоторые говорят, что ребёнок сильно вырос, кто-то отмечает изменения характера: появились вспыльчивость, эмоциональная неуравновешенность, желание спорить и противоречить родителям даже по пустякам. Ребёнок становится «неудобным», с ним уже труднее договориться не всегда понятно, как поступить в некоторых ситуациях.

Притча: Король узнаёт, что его сын женится. Он возмущён, топает ногами, взмахивает руками, кричит на ближайшее окружение. Его лик ужасен,

а гнев не имеет границ. Он кричит своим поданным: «Почему не доложили, что сын уже вырос?»

Ведущий педагог: Пока наши дети ещё рядом с нами, давайте попробуем разобраться, какие проблемы возникают в период подросткового возраста, как меняется система ценностей и интересов.

Для успешного преодоления сложного периода в жизни ребенка прежде всего родители должны понять, что они – люди с уже достаточно большим жизненным опытом, прошедшие через все проблемы подростков и часто уже забывшие, с чем сталкивались в подростковом возрасте. Поэтому именно родители должны научиться грамотно контролировать ситуацию и помогать подростку выбрать верное направление жизни. Часто возникает мнение, что конфликты переживают только родители, в то время как дети пропускают все мимо ушей и сердца [1, с.36].

Упражнение «Улыбка».

Сидящие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую улыбку (по очереди).

Упражнение «Все мы родом из детства».

Ведущий педагог: Вспомните, какими вы были в 13-14 лет. О чем вы думали, что вас интересовало, что с вами происходило, что было важнее всего в тот момент. Мы ходили в школу, кого-то интересовала учеба, кого-то не очень. Мы дружили, и для нас было очень важно, что про нас думают наши друзья, как к нам относится тот или иной мальчик или девочка. У нас были свои дела, заботы. Кого-то волновала двойка по алгебре, кого-то интересовали туфли на витрине соседнего магазина. Кто-то готовился к олимпиаде, кто-то смотрел на Ленку с соседней парты....

Сейчас я начну передавать мяч. Тот, у кого мяч, пожалуйста, представьтесь и скажите, что было важно для Вас, четырнадцатилетнего (*высказывание участников*).

(Ведущий педагог обращает внимание на то, что учеба занимала далеко не первое место в списке интересов, и вообще для некоторых это был сложный период. Подросткам тоже сейчас не просто (построение параллели от личного опыта взрослого к актуальному состоянию подростков).

Упражнение «Портрет современного подростка».

Группа делится на 3–4 подгруппы. Каждой подгруппе выдается карточка «Портрет современного подростка», где перечислены индивидуальные особенности подростка. Участники подгрупп совместно выбирают черты, которые свойственны им самим, дополняют этот список и таким образом составляют портрет ребенка. Затем каждая подгруппа зачитывает составленную характеристику, после чего проводится общее обсуждение (Приложение1).

Мини-лекция о трудностях воспитания подростков.

Ведущий педагог: подростковый возраст – сложный и во многом противоречивый период в жизни ребёнка. Резкие изменения, происходящие в физическом и психологическом облике, особенно бросаются в глаза

родителям и педагогам. Подростковый возраст – период кризиса в развитии ребёнка.

Особенности личности подростка можно довольно точно охарактеризовать в двух словах – стремление к самостоятельности. Оно накладывает отпечаток на все стороны личности, поведения, чувства.

Итак, подросток уже не ребёнок, вместе с тем он еще не взрослый. Он не терпит ограничений своей самостоятельности, нередко проявляет резко отрицательное отношение к требованиям взрослых. Чаще всего конфликты подростка со взрослыми возникают в тех семьях, где родители не замечают взросления сына или дочери, продолжают смотреть на них как на «маленьких».

Для подростка характерно разнообразие интересов, что при правильном воспитании может оказать серьезное влияние на развитие его способностей и склонностей. Знания подростка углубляются, он начинает изучать научные дисциплины, у него появляется повышенный интерес к отдельным предметам.

Появляется интерес к собственной жизни, к качествам своей личности. Этот интерес значительно возрастает в юношеском возрасте. Первоначально суждения подростка о себе в значительной степени повторяют суждения о нем других людей. На вопрос «Откуда ты знаешь о чертах своего характера?» подростки прямо отвечают, что они знают о своих качествах от родителей, учителей, товарищей, но позднее начинают замечать их и сами. Всё же они раньше начинают оценивать других людей, чем самих себя.

В оценке других подростки чаще допускают некоторую поспешность и категоричность. Так, они часто оценивают людей по их отдельным поступкам или качествам, распространяя эту оценку на личность в целом. В результате во многих случаях выносятся неверные суждения о достоинствах человека, его положительных и отрицательных качествах. Суждения подростков не всегда бывают объективными. Например, они говорят о грубости или скрытности товарищей, но не замечают этого за собой. Далеко не все подростки самокритичны, отличаются умением честно и открыто признавать свои ошибки.

Подросток чувствителен к оценке его окружающими. Отсюда известная ранимость, колебания в настроении. Случайная удача или похвала со стороны взрослых может привести подростка к переоценке себя, к излишней самоуверенности, зазнайству. Даже временная, случайная неудача может вызвать неверие в свои силы, развить чувство неуверенности в себе, робости, застенчивости. Поэтому требуется особый такт со стороны родителей, учителей и воспитателей при общении с подростками.

В подростковом возрасте обострена боязнь прослыть слабым, несамостоятельным, маленьким. Чтобы показать свою самостоятельность, подросток нередко проявляет упрямство и грубость, хотя он и может осознать, что был не прав.

Подростковый возраст – в высшей степени сложный и противоречивый период становления человеческой личности, требующей от родителей и

педагогов больших усилий, напряженного труда. В то же время это возраст неповторимой прелести: бурной энергии, жажды познания, страстного искания истины. Не случайно для многих педагогов это самый любимый возраст их учеников.

Родители начинают проявлять первое беспокойство, после того, как дома начинаются первые конфликты и ссоры, свойственные любой семье [2, с.68].

Упражнение «Я-высказывания».

Ведущий педагог: потребности каждого человека выражаются в его чувствах, мыслях, желаниях. Они возникают у нас как «Я-мысли» (я хочу есть, я люблю это делать и т.д.). Однако в силу определенных традиций мы часто не решаемся прямо высказать свои желания, опасаясь, что нас могут счесть эгоистами, не знающими правил хорошего тона. Поэтому «Я-высказывания» в разговоре превращаются в «Ты-высказывания», то есть вместо «я чувствую, что со мной поступают несправедливо», мы говорим партнеру «ты – плохой». С помощью «Ты-высказывания» ответственность мы перекладываем на собеседника. Неумение превратить «Ты-высказывание» в «Я-высказывание» часто является одной из причин создания барьеров в общении [3, с.56].

Далее родителям предлагается потренироваться в умении оформлять свои мысли и чувства в форме «Я-высказывания» (Приложение 2).

Мини-лекция «Роль детско-родительских отношений в развитии личности подростка».

Ведущий:

Личность родителей играет существеннейшую роль в жизни каждого человека. Не случайно к родителям мы мысленно обращаемся в тяжелую минуту жизни. Вместе с тем чувства, окрашивающие отношения ребенка и родителей, – это особые чувства, отличные от других эмоциональных связей.

Связь между родителями и ребенком относится к наиболее сильным человеческим связям. Чем более сложен живой организм, тем дольше должен он оставаться в тесной зависимости от материнского организма.

Связь ребенка с его родителями внутренне конфликтна. Если дети, взрослея, начинают отдаляться от родителей, то последние, напротив, стараются как можно дольше их удержать. Родители хотят уберечь своего ребенка от жизненных трудностей, опасностей, поделиться своим опытом, предостеречь, а молодые хотят приобрести свой собственный опыт, даже ценой потерь, хотят сами узнавать мир. Этот внутренний конфликт способен породить множество проблем.

Первой и основной задачей родителей является создание у ребенка уверенности в том, что его любят и о нем заботятся. Никогда, ни при каких обстоятельствах у ребенка не должно возникать сомнений в родительской любви. Самая естественная, необходимая из всех обязанностей родителей – относиться к своему ребенку любого возраста любовно и внимательно.

Главное требование к семейному воспитанию – это требование любви. Но здесь очень важно понимать, что необходимо не только любить ребенка и

руководствоваться любовью в своих повседневных заботах о нем, в своих усилиях по его воспитанию. Необходимо, чтобы ребенок ощущал, чувствовал любовь родных, какие бы сложности, столкновения и конфликты ни возникали в его отношениях с родителями или в отношении супругов друг с другом.

Многие родители считают, что ни в коем случае нельзя показывать детям любовь к ним, полагая, что когда ребенок хорошо знает, что его любят, это приводит к избалованности, эгоизму, себялюбию. Нужно категорически отвергнуть такое утверждение. Все эти неблагоприятные личностные черты как раз возникают при недостатке любви, когда создается некий эмоциональный дефицит, когда ребенок лишен прочного фундамента неизменной родительской привязанности.

Глубокий постоянный психологический контакт с ребенком – универсальное требование к воспитанию, которое в одинаковой степени может быть рекомендовано всем родителям, контакт необходим в воспитании каждого ребенка в любом возрасте. Именно ощущение и переживание контакта с родителями дает детям возможность почувствовать и осознать родительскую любовь, привязанность и заботу.

Как строить воспитывающий диалог? Каковы его психологические характеристики? Главное в установлении диалога – это устремление к общим целям, совместное видение ситуаций, координация совместных действий. Речь идет не об обязательном совпадении взглядов и оценок. Чаще всего точки зрения взрослых и детей различны, что вполне естественно. Однако первостепенное значение имеет сам факт общей направленности к разрешению проблем. Ребенок всегда должен понимать, какими целями руководствуется родитель в общении с ним.

Наиболее существенная характеристика диалогичного воспитывающего общения заключается в установлении равенства позиций ребенка и взрослого.

Достичь этого в повседневном семейном общении с ребенком очень трудно. Обычно стихийно возникающая позиция взрослого – позиция «над» ребенком. Взрослый обладает силой, опытом, независимостью – ребенок физически слаб, неопытен, полностью зависим. Вопреки этому родителям необходимо постоянно стремиться к тому, чтобы ребенок играл активную роль в процессе воспитания.

Равенство позиций в диалоге достигается в том случае, если родители стараются видеть мир в самых разных его формах глазами своих детей. Контакт с ребенком как высшее проявление любви к нему следует строить, основываясь на постоянном, неустанном желании познавать своеобразие его индивидуальности.

Помимо диалога, для внушения ребенку ощущения родительской любви необходимо выполнять еще одно чрезвычайно важное правило. На психологическом языке эта сторона общения между детьми и родителями называется принятием ребенка. Что это значит? Под принятием понимается признание права ребенка на присущую ему индивидуальность, непохожесть на других, в том числе непохожесть на родителей.

Как можно осуществлять принятие ребенка в повседневном общении с ним? Прежде всего, необходимо с особенным вниманием относиться к тем оценкам, которые постоянно высказываются в общении с детьми. Следует категорически отказаться от негативных оценок личности ребенка и присущих ему качеств характера. К сожалению, для большинства родителей стали привычными высказывания типа: «Вот бестолковый! Сколько раз нужно тебе объяснять!», «Да зачем же я тебя только на свет родила, упрямец, негодник!», «Любой дурак на твоём месте понял бы, как поступить!».

Всем будущим и нынешним родителям следует очень хорошо понять, что каждое такое высказывание, каким бы справедливым по сути оно ни было, какой бы ситуацией ни было вызвано, наносит серьезный вред контакту с ребенком, нарушает его уверенность в родительской любви.

Ребенок должен быть уверен в родительской любви независимо от своих сегодняшних успехов и достижений. Формула истинной родительской любви, формула принятия – это не «люблю, потому что ты – хороший», а «люблю, потому что ты есть, люблю такого, какой ты есть».

Важно оценивать не личность ребенка, а его действия и поступки. Действительно, если назвать свое чадо недотепой, лентяем или грязнулей, трудно ожидать, что он искренне согласится с вами, и уж вряд ли это заставит его изменить свое поведение. А вот если обсуждению подвергся тот или иной поступок, гораздо легче сделать так, что сам ребенок оценит свое поведение и сделает правильные выводы.

Контроль за негативными родительскими оценками ребенка необходим еще и потому, что весьма часто за родительским осуждением стоит недовольство собственным поведением, раздражительность или усталость, возникшие совсем по другим поводам. За негативной оценкой всегда стоит эмоция осуждения и гнева. Принятие дает возможность проникнуть в мир глубоко личностных переживаний детей, позволит появиться росткам «соучастия сердца». Печаль, а не гнев, сочувствие, а не мстительность — таковы эмоции истинно любящих своего ребенка, принимающих родителей [4, с.36].

Упражнение «Работа с гневом».

Ведущий: Сейчас, уважаемые участники, вам предстоит осмыслить то, что вы считаете самым опасным, самым разрушительным в конфликте с ребенком. Я надеюсь, это поможет вам в будущем в практике семейного воспитания. Сейчас каждый из вас получит лист, на котором написаны незаконченные предложения. Вы должны дописать их сами. По содержанию они должны отражать ваши ощущения от конфликтов с ребенком. В процессе выполнения задания обсуждать высказывания запрещается. После выполнения свои анонимные листы вы опустите вот в эту шкатулку, и мы выборочно представим их всем.

«Уважаемые родители! Отрадите ваши ощущения от конфликтов со своим ребенком, завершив предложения, приведенные в тексте:

«Я должен...»;

«Я больше всего боюсь...»;
«Мне очень трудно забыть...»;
«Я хочу...»;
«Чего мне по-настоящему не хватает, так это...»;
«Когда я сердит, я...»;
«Особенно меня раздражает то, что...»;
«Меня беспокоит...»;
«Для меня самое лучшее, когда...»;
«Я долго не могу забыть...»;
«Я понимаю, что...»;
«Мне бывает стыдно за...».

(По окончанию зачитываются и обсуждаются ответы, родителям предлагается памятка «Способы выражения гнева») (Приложение 3).

Обратная связь.

Ведущий педагог благодарит за работу всех присутствующих и просит закончить фразы:

- Теперь я знаю...
- В вопросах общения с ребёнком я буду...
- Мне больше всего запомнилось...
- Я нашел ответ на...

Родителям предлагается памятка «Основные правила, которые необходимо учитывать родителям при взаимодействии с подростком» (Приложение 4, 5).

Список использованных источников:

1. Кожарская, С.Г. Подростковый конфликт / С.Г. Кожарская. – Минск: Красико-Принт, 2006
2. Петровский, А. В. Возрастная и педагогическая психология / А. В. Петровский. – М.: Просвещение, 1973
3. Романов, А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей. Диагностические и коррекционные методики. Пособие для детских психологов, педагогов, дефектологов, родителей / А.А. Романов. – М.: Школьная пресса, 2003
4. Лютова, Е.К. Моница, Г.Б. Тренинги эффективного взаимодействия с детьми / Е.К. Лютова, Г.Б. Моница. – СПб. : Речь, 2000
5. Интернет-ресурс <http://psy.1sept.ru/article.php?ID=200801009>.

«Портрет современного подростка».

Слишком говорлив.
Чрезмерно подвижен.
Имеет высокие требования к себе.
Не понимает чувств и переживаний других людей.
Ощущает себя отверженным.
Любит ритуалы.
Имеет низкую самооценку.
Часто ругается со взрослыми.
Создает конфликтные ситуации.
Чрезмерно подозрителен.
Постоянно контролирует свое поведение.
Чрезмерно беспокоится по поводу каких-либо событий.
Сваливает вину на других.
Беспокоен в движениях.
Часто спорит со взрослыми.
Суетлив.
Кажется отрешенным, безразличным к окружающему.
Любит заниматься головоломками, мозаиками.
Часто теряет контроль над собой.
Отказывается выполнять просьбы.
Импульсивен.
Часто дерется.
Имеет отсутствующий взгляд.
Часто предчувствует «плохое».
Самокритичен.
Не может адекватно оценить свое поведение.
Увлекается коллекционированием.
Имеет плохую координацию движений.
Опасается вступать в новую деятельность.
Часто специально раздражает взрослых.
Задаст много вопросов, но редко дожидается ответов.
Робко здоровается.
Мало и беспокойно спит.
Говорит о себе во втором и третьем лице.
Толкает, ломает, рушит все кругом.
Чувствует себя беспомощным.

Приложение 2.

«Ты — высказывание»	«Я — высказывание»
Почему все должна делать я? (обида)	Мне нужна твоя помощь... (без обиды)
Ты выполнил свои домашние задания?	
Когда ты перестанешь поздно приходить домой?	
Где ты был?	
Тебе все равно, что я думаю	

Приложение 3.

Способы выражения (выплескивания) гнева.

Громко спеть любимую песню.

Метать дротики в мишень.

Попрыгать через скакалку.

Используя «стаканчик для криков», высказать все свои отрицательные эмоции.

Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их каучуковым мячом.

Пускать мыльные пузыри.

Устроить бой с боксерской грушей.

Полить цветы.

Пробежать несколько кругов вокруг дома.

Передвинуть в квартире мебель (например, журнальный столик).

Постирать белье.

Отжаться от пола максимальное количество раз.

Устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».

Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.

Основные правила, которые необходимо учитывать родителям при взаимодействии с подростком.

✓ Правила, ограничения, требования, запреты обязательно должны быть в жизни каждого подростка. Это особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они идут на поводу у собственного ребенка. Это попустительский стиль воспитания.

✓ Правил, ограничений, требований, запретов не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими. Это правило предостерегает от другой крайности – воспитания в духе «закручивания гаек», авторитарного стиля общения.

✓ Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка (в движении, познании, упражнении, общении со сверстниками, мнение которых они уважают больше, чем мнение взрослых).

✓ Правила, ограничения, требования должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать.

✓ Тон, которым сообщены требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.

✓ О наказаниях. От недоразумений никто не застрахован, и настанет момент, когда вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. Наказывая подростка, правильнее лишать его хорошего, чем делать ему плохо.

✓ Важно помнить, что гораздо легче предупредить появление трудностей, чем потом преодолевать их.

«Как организовать диалог с подростками».

Чтобы между вами и подростками возник диалог, выполняйте следующие условия:

✓ Если вы задаете вопрос, то подождите, когда ваш собеседник ответит на него.

✓ Если вы высказываете свою точку зрения, то поощряйте подростка в том, чтобы он высказал к ней свое отношение.

✓ Если вы не согласны, формулируйте аргументы и поощряйте поиск таковых самим подростком.

✓ Делайте паузы во время беседы. Не разрешайте себе захватывать все коммуникативное пространство. Чаще смотрите в лицо подростку.

✓ Чаще повторяйте фразы: «Как ты сам думаешь?», «Мне интересно твое мнение», «Почему ты молчишь?», «Ты не согласен со мной? Почему?», «Докажи, что я неправ!».

✓ Необходимо выстраивать со своим ребёнком добрые, по возможности доверительные отношения

✓ Главное в отношениях с подростком – ничего не «играть», а почувствовать настоящую готовность подстраиваться под постоянно меняющиеся ситуации и настроения, иметь гибкую позицию к мнениям и взглядам ребёнка, уважать любые проявления его личности.

✓ Время безоговорочного авторитета взрослых безвозвратно ушло, поэтому командовать и руководить больше не получится. Эта тактика обречена на проигрыш. Вместо этого регулятором отношений будет являться ваш авторитет, статус и конкретные действия.

✓ Одной из особенностей подросткового возраста является потребность в риске, чаще всего продиктованном желанием самоутвердиться. Это трудно принять, но единственный способ избежать больших проблем – быть готовым открыто обсуждать эти темы с ребёнком, говорить с ним на его языке и вместе находить иные пути для самоутверждения.

✓ Важным будет умение сохранять чувство юмора и оптимизм. Подросток воспринимает многое из происходящего с ним с большой долей трагизма. Поэтому ваше умение разрядить ситуацию может сыграть здесь роль «громоотвода». Только не нужно высмеивать ребёнка или подшучивать над его чувствами. А вот посмотреть на любую ситуацию с позиции позитива будет полезно.

✓ Если подросток захочет задать вопрос об отношениях с кем бы то ни было или спросить о том, что его волнует, не отказывайте ему в совете, но помните, что каждый вправе поступить так, как считает нужным.