ЗАНЯТИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПОРТРЕТ СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА»

Цель нашей беседы научиться понимать внутренние мотивы подростка, помочь в построении нормальных отношений, оказание помощи родителям в общении с подростком.

Задачи:

1. помочь родителям выработать продуктивные способы решения конфликтных ситуаций;
2. побудить родителей задуматься об эмоционально-психологическом состоянии подростка, научить некоторым правилам и приёмам, облегчающим общение с подростком;
3. тренировать родителей в разрешении конфликтных ситуаций;
4. обратить их внимание на собственное поведение в этот период.

Подростковый возраст протекает очень бурно, самый затяжной и самый острый. Можно говорить о трех кризисах, которые сливаются воедино и переживаются подростками, а значит, о трех группах причин, которые делают возраст труднее.

1. Физиологические причины трудностей.

В этот период происходит резкий скачок в физическом развитии. Часто подросток кажется неуклюжим. Кровоснабжение затруднено, подростки часто жалуются на головную боль, быструю утомляемость. Возрастает контроль над инстинктом, эмоциями. Процесс возбуждения преобладает над процессом торможения, характерна повышенная возбудимость. Быстрый рост и половое созревание организма делают психику подростка очень неустойчивой. Задача взрослых – учить подростка управлять собой и своим поведением.

1. Психологические причины трудностей.

Подростковый возраст – это период становления нравственности подростков, открытия его «я», приобретение новой социальной позиции, период потери детского образа жизни. Пора мучительно – тревожных сомнений в себе, в своих возможностях, поиски правды в себе и в других. Не всегда адекватно оценивают свои возможности, нет четкого различия между хотеть и мочь. В поведении, в связи с этим, наблюдаются подозрительность, озлобленность, раздражимость. Подросток живет в настоящем времени, но для него большое значение имеют его прошлое и будущее. Мир его понятий и представлений переполнен не оформленными до конца теориями о самом себе и о жизни, планами на свое будущее и будущее общества. У подростков очень сильно выражена потребность в самопознании и самоопределении. Он мучительно ищет ответы на вопросы о том: Кто я есть? Какой я в сравнении с другими людьми? Что я хочу? На что я способен?

1. Социально-психологические причины трудностей.

Мир подростка насыщен идеальными настроениями, которые выводят его за пределы обыденной жизни, взаимоотношений с другими людьми. Объектом самых важных его размышлений становятся будущие возможности, которые связаны с ним лично: выбор профессии, стремление уметь взаимодействовать с социальными группами. У подростка появляется так называемое чувство взрослости: потребность быть, казаться и вести себя как взрослый, стать независимым от опеки и контроля, обрести взрослые права.

Основное противоречие подросткового возраста: подросток хочет быть взрослым, чтобы окружающие считали его взрослым и относились к нему соответственно, однако у него самого отсутствует ощущение подлинной взрослости. Отсюда в поведении подростка наблюдаются две противоположные тенденции:

1. к независимости – дайте мне все взрослые права и позвольте жить своим умом;
2. к зависимости от взрослых – взрослые обязанности мне пока что не к чему, я не в состоянии их исполнять, и вообще я рассчитываю на то, что вы не позволите мне совершать никаких ошибок, вся ответственность за мое поведение лежит на вас.

Интеллектуальное развитие подростков*.*Молодое поколение XXI века — это поколение, которое формируют цифровые технологии. Поколение, которое выросло в новом цифровом обществе, что влечёт изменение способа мышления людей. Молодое поколение способно одновременно решать несколько задач, «перелетая с одного сайта на другой». Но большинство подростков не способны выполнять линейные задания, к примеру, сосредоточенно читать и писать, поскольку внимание рассеивается. Молодое поколение не умеет самостоятельно решать поставленные задачи, а ищет готовые ответы в Интернете. Подростки неспособны к длительной усидчивой работе, импульсивны, непоследовательны, бывают крайне эмоциональны.  Существуют признаки, которые должны заставить забеспокоиться: ребенок плохо учится, отвлекается, ничем не интересуется, тратит на домашние задания по 5 часов, а если его контролируют — хватает и одного, решает арифметическую задачу без проверки, половину слов не дописывает, пропускает буквы. Это отклонение так распространено, что может считаться нормой. И это особенность большинства современных подростков. При этом подросток в состоянии управлять сам, по своей воле вниманием, памятью, воображением и мышлением.

Подростковый возраст – это возраст, когда часто меняются интересы, это период критики и самокритики, когда подростки особенно требовательны и к людям, и к себе, некоторые и к учебе.

Общение подростка со взрослыми. В подростковом возрасте большая часть юношей и девушек ощущает настоятельную потребность в доверительном общении со взрослыми. Но не со всеми, а с теми, кого они уважают. Основной смысл доверительного общения подростков со взрослыми не в получении от них той или иной информации. Для них главное — найти понимание, сочувствие, помощь в том, что их волнует, что переживается ими как наиболее интимное и значимое.

Отрочество – это период, когда подросток начинает по-новому оценивать свои отношения с семьей. Стремление обрести себя как личность, порождает потребность в отчуждении о тех, кто из года в год оказывал на него влияние, в первую очередь это родители. Одним из наиболее сильных желаний подростка: «стать взрослым», то есть, самостоятельным. В отрочестве общение с родителями, учителями и другими взрослыми начинает складываться под влиянием чувства взрослости. Подростки начинают оказывать сопротивление по отношению к ранее выполняемым требованиям со стороны взрослых, активнее осваивать свои права. Они болезненно реагируют на реальные ущемления своих прав, пытаются ограничить претензии взрослых по отношению к себе. Подросток хочет быть взрослым, но не всегда и не во всем может им быть. Ему необходимы: постоянная помощь, поддержка, советы, дружеское руководство со стороны родителей. Благоприятной является ситуация, когда взрослый выступает в качестве друга. В этом случае, взрослый может облегчить подростку поиск его места в системе складывающихся взаимодействий, помочь оценить свои способности и возможности, лучше познать себя. В связи с лёгкой ранимостью подростка, для взрослого очень важно найти формы поддержания этих контактов. Подросток испытывает потребность поделиться своими переживаниями, рассказать о событиях своей жизни, но самому ему трудно начать близкое общение.

Большое значение в этот период имеют требования к подростку в семье. Сам он больше притязает на определённые права, чем стремиться к принятию на себя обязанностей. В случаях, когда взрослые относятся к подросткам как к маленьким детям, они выражают протесты в различных формах, проявляют неподчинение с целью изменить сложившиеся ранее отношения. И взрослые, под воздействием притязаний подростков, вынуждены переходить к новым формам взаимодействия с ними. Общение подростка во многом обуславливается изменчивостью его настроения. На протяжении небольшого промежутка времени оно может меняться на прямо противоположное.

Характерными для подросткового возраста являются имитации чьего-либо поведения. Чаще имитируется поведение значимого взрослого, который достиг определённого успеха. Редко проявляются у подростков отрицательная имитация, когда определённый человек выбирается в качестве отрицательного образца. Чаще всего это бывают кто-нибудь из родителей, причинивших много горя и обид подростку.

Недостаток внимания, заботы и руководства взрослых болезненно воспринимаются подростком. Он чувствует себя лишним. Подросток в подобных ситуациях обычно начинает жить своей тайной жизнью. Чрезмерная опека и контроль, необходимый, по мнению родителей, нередко приносят негативные последствия: подросток оказывается лишённым возможности быть самостоятельным, научится пользоваться свободой.

Общение со сверстниками. Подростковый возраст – это период, когда подросток начинает ценить свои отношения со сверстниками. Общение с теми, кто обладает таким же жизненным опытом, как и у него, дает возможность смотреть на себя по – новому. Сама дружба становится одной из значимых ценностей в отрочестве. Именно через дружбу у подростка усваиваются черты взаимодействия людей: сотрудничество, взаимопомощь, взаимовыручка, риск ради другого. Дружба дает возможность глубже познать другого и самого себя.

В подростковом возрасте многие подростки начинают стремиться утвердить себя в качестве лидера. Лидерство – это способность человека оказывать влияние на людей, направлять их усилия на достижение значимых целей. Лидер формирует у себя ответственное отношение к себе, к другим людям, к природе. У подростков это остро выступает во взаимодействии «мы» и «я». «Мы» – это умение слиться со всеми в эмоциональных ситуациях и в ситуациях социального выбора, это способность обрести радость в конкретной общности. «Я» – это способность к обособлению от других, это умение остаться наедине с собой, это способность обрести радость от пребывания с самим собой. Подросток стремится познать и пережить обе стороны и обрести себя между ними.

В отрочестве, общение со сверстниками приобретает исключительную значимость. В своей среде, взаимодействуя друг с другом, подростки учатся рефлексии на себя и сверстника. Взаимная заинтересованность, совместное постижение окружающего мира и друг друга, становятся самоценными. Общение оказывается настолько притягательным, что дети забывают об уроках и домашних обязанностях. Связи с родителями становятся не столь непосредственными. Подросток теперь менее зависит от родителей, чем в детстве. Свои дела, планы, тайны он доверяет уже не родителям, а другу.

В отношениях со сверстниками подросток стремится реализовать свою личность, определить свои возможности в общении. Чтобы осуществлять эти стремления, ему нужны личная свобода и личная ответственность. И он отстаивает эту личную свободу, как право на взрослость. Успехи в среде сверстников в отрочестве ценятся больше всего. В подростковых объединениях, в зависимости от общего уровня развития, стихийно формируются свои кодексы чести. Формы и правила заимствуются из отношений взрослых. Высоко ценятся верность, честность и караются предательство, измена, нарушение данного слова, жадность. Если подросток подвёл, предал, бросил, он может быть избит, его могут оставить в одиночестве.

Подростковый возраст – это время формирования личности подростка, это период развития самосознания и самоопределения, время интеллектуального формирования мировоззрения, нравственной сферы личности, убеждений и идеалов человека. Важнейшей особенностью личности в отрочестве является быстрое развитие самосознания, посредством рефлексии подростка на себя и других. Чем лучше образование и воспитание получил подросток в детстве, тем богаче его рефлексия.

Развивающееся самосознание именно в отрочестве делает человека особенно тревожным и неуверенным в себе. Подросток стремится осмыслить свои притязания на признание, оценить себя как будущего юношу или девушку, определить для себя своё прошлое, заглянуть в личное будущее, осмыслить свои права и обязанности. Самосознание подростка включает в себя все компоненты самосознания взрослой личности. В основе подросткового самосознания лежит ответственность за себя, за свои личностные качества, за своё мировоззрение и за способность самостоятельно отстаивать свои убеждения.

Особое значение в отрочестве имеет внешность. Подросток придаёт своей внешности особое значение. Привлекательность, соответствие причёски и одежды, канонам значимой группы сверстников, соответствие манерам выразительных движений окружения – всё это имеет чрезвычайное значение. Подросток внимательно рассматривает своё изменившуюся фигуру и лицо: волосы, брови, нос, глаза, губы, подбородок. Всё подвергается ревизии, которой сопутствуют тревога, неуверенность в себе и надежда на свою привлекательность.

Таким образом, основными направлениями психологического развития подростка являются: формирование личности подростка; интеллектуальное развитие в подростковом возрасте (развитие памяти, внимания, воображения и мышления); развитие межличностных отношений (общение подростка со взрослыми, общение со сверстниками).

Основными социально-психологическими особенностями являются: чувство взрослости, стремление к самостоятельности, независимости от взрослых; ориентация на группу сверстников; интерес к самому себе, к самопознанию; стремление к самоутверждению; эмоциональная нестабильность; формирование нравственных идеалов и мировоззрения; стремление не только больше знать, но и больше уметь; формирование самосознания и своего Я-образа («я – концепции»).

Памятка родителям

|  |  |
| --- | --- |
| Как желательно вести себя родителям с агрессивным ребенком. | Как нежелательно вести себя с агрессивным ребенком. |
| - Нормализовать семейные отношения. Ребенок не должен быть свидетелем ссор и скандалов  - Придерживаться одного стиля воспитания всем членам семьи.  - Не злоупотреблять своим бесконечным «нельзя», «не надо», препятствующими развитию детей.  - Не применять физическое наказание по отношению к ребенку, вплоть до шлепков. Чем более жестоко наказываете Вы своего ребенка в семье, тем более жесток он по отношению к окружающим.  - Принимать его таким, какой он есть, и любить со всеми недостатками.  -  Что-то, требуя от ребенка, учитывайте его возможности, а не то, как Вам хотелось бы это видеть.  - Пытайтесь погасить конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.  - Учите выплескивать свой гнев приемлемыми для его возраста способами -физическая нагрузка – от игры в мяч до соревнований в беге)  - При драчливости ребенка главное – не разъяснять, а предотвратить удар.  - Научите сочувствовать другим. | - Постоянно внушать ему, что он плохой. Помните, что отрицательная оценка взрослых формирует отрицательную самооценку ребенка и затрудняет его общение.  Использовать агрессивные методы воспитания и наказания (шлепки, угол, ремень). Не забывайте, что агрессивность – это следствие враждебности, а воспитательные мероприятия – не орудия сражения.  - Преднамеренно разжигать чувства к одному из родителей.  - Оскорблять достоинства подростка грубыми словами.  - Помнить, что безэмоциональность родителей, безразличие их по отношению к своему ребенку стимулирует агрессивность детей.  - Когда нет видимых причин для агрессии ребенка, обратитесь к психологу и психоневрологу. |
| Как желательно вести себя родителям с агрессивным ребенком. | Как нежелательно вести себя с агрессивным ребенком. |
| - Нормализовать семейные отношения. Ребенок не должен быть свидетелем ссор и скандалов  - Придерживаться одного стиля воспитания всем членам семьи.  - Не злоупотреблять своим бесконечным «нельзя», «не надо», препятствующими развитию детей.  - Не применять физическое наказание по отношению к ребенку, вплоть до шлепков. Чем более жестоко наказываете Вы своего ребенка в семье, тем более жесток он по отношению к окружающим.  - Принимать его таким, какой он есть, и любить со всеми недостатками.  -  Что-то, требуя от ребенка, учитывайте его возможности, а не то, как Вам хотелось бы это видеть.  - Пытайтесь погасить конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.  - Учите выплескивать свой гнев приемлемыми для его возраста способами -физическая нагрузка – от игры в мяч до соревнований в беге)  - При драчливости ребенка главное – не разъяснять, а предотвратить удар.  - Научите сочувствовать другим. | - Постоянно внушать ему, что он плохой. Помните, что отрицательная оценка взрослых формирует отрицательную самооценку ребенка и затрудняет его общение.  Использовать агрессивные методы воспитания и наказания (шлепки, угол, ремень). Не забывайте, что агрессивность – это следствие враждебности, а воспитательные мероприятия – не орудия сражения.  - Преднамеренно разжигать чувства к одному из родителей.  - Оскорблять достоинства подростка грубыми словами.  - Помнить, что безэмоциональность родителей, безразличие их по отношению к своему ребенку стимулирует агрессивность детей.  - Когда нет видимых причин для агрессии ребенка, обратитесь к психологу и психоневрологу. |