

## «Портрет современного подростка»

**Подготовила:  
Педагог-психолог  
Н.А.Вербицкая  
(25.09.2021)**

*Откуда берутся трудные дети?  
Вот они, главные истины эти:  
Поздно заметили, поздно учили.  
Нет, не рождаются трудными дети,  
Просто им вовремя не помогли.*

Цель нашего занятия: 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 детей у всех родителей вызывает массу беспокойства и предчувствий. Благодаря тому, что сейчас на всех каналах телевизора и во всех газетах рассказывают о проблемах, с которыми сталкиваются родители при достижении их детьми переходного возраста, часто без особого повода появляется страх и настороженность.

Но что же делать родителям, чтобы предотвратить или смягчить особенности подросткового возраста для самого ребенка и всех, кто его окружает. Этим вопросом занимаются многие психологи, но до сих пор нет однозначного сценария поведения подростков и перечня мер, которые помогут преодолеть кризис взросления.

Родители начинают проявлять первое беспокойство, после того, как дома начинаются первые конфликты и ссоры, свойственные любой семье.

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. Исследования показали, что подростки переживают по этому поводу ничуть не меньше, просто они менее склонны проявлять свои эмоции дома, в кругу семьи, выплескивая их среди друзей, сталкивающихся с такими же проблемами.

**Тренинг «Портрет современного подростка»:** перед вами портреты подростков. Мы тоже были подростками, но это было другое время. Давайте попытаемся вернуться в свой подростковый возраст, но в настоящее время: какие проблемы у современного подростка.

Что он видит: друзья, школа, учитель, машины, техника, мода, крутые телефоны.

Что он слышит: нотации, мораль, негатив, агрессия, мат, музыка.

Что он говорит: прозвища, мат, жаргон, слова-паразиты

Что он чувствует: одиночество, разочарование, влюбленность, ожидание любви, правда-ложь, повышенное чувство справедливости

Что он думает, о чем мечтает: любовь, несправедливость в мире, несправедливость по отношению к нему, экзамены, будущее, много денег, шикарная жизнь

Что он делает: мечтает, тусуется, занимается в кружках, дерутся, спорят.

Очень интересна связка: думает-делает: думает о многом в будущем, но ничего не делает для этого в настоящем.

Подведение итогов. Рефлексия. Каждой группе раздаются бумажные силуэты ребёнка и родителя, на которых написаны фразы: «Теперь я знаю...», «В общении с родителями я буду...» (подростки); «Теперь я знаю...», «В общении с ребёнком я буду...» (родители).

### **Основные правила, которые необходимо учитывать родителям при взаимодействии с подростком:**

1. 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.
2. 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.
3. 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).

4. Правила, ограничения, требования должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать.
5. Тон, которым сообщены требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.
6. 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.
7. Важно помнить, что гораздо легче предупредить появление трудностей, чем потом преодолевать их.

Притча. Один странствующий искатель истины увидел большой камень, на котором было написано: «Переверни и читай». Он с трудом перевернул его и прочёл на другой стороне: «Зачем ты ищешь нового знания, если не обращаешь внимания на то, что уже знаешь?»

Эта притча как нельзя лучше подтверждает наш разговор о детях. Истина – на поверхности. Зачастую проблемы в поведении наших детей, их трудности – в нас самих. Необходимо посмотреть на проблему глазами истины и тогда военные действия, которые вы ведёте с ребёнком, перестанут быть необходимыми, а в душе воцарится мир и душевный комфорт. Самые главные слова, которые сегодня нужно сказать своему ребёнку: «Я тебя люблю, мы рядом, мы вместе и мы всё преодолеем».