

Тема: «Трудности подросткового возраста».

Цель: знакомство родителей с особенностями подросткового возраста; поддержание атмосферы сотрудничества и конструктивного диалога с подростками.

Уважаемые родители, сегодня я бы хотела поговорить с вами о том, что такое подростковый возраст, какие проблемы могут возникать в этот период, и мы вместе попробуем найти выход из трудных ситуаций.

Подростковый возраст – это 11-15 лет:

- Перестройка организма ребенка – половое созревание.
- Границы этого периода достаточно неопределенны.
- Протекает трудно и для ребенка, и для близких ему взрослых.

Подростковый возраст называют затянувшимся кризисом.

Ребенок вынужден постоянно приспосабливаться к физическим и физиологическим изменениям, происходящим в его организме, переживать «гормональную бурю». Подростки как будто все время находятся в состоянии стресса.

Новый образ физического «Я».

Резко повышается интерес к своей внешности:

- Ребенок становится очень чувствителен к своим внешним видам, к своему телу, к своему образу. Он начинает сравнивать себя с другими, хочет быть таким же, как все, и не выделиться.
- Неприятно, когда кто-то критикует его внешность, когда кто-то смеется над ним, когда кто-то говорит, что он выглядит плохо. Это может привести к чувству неполноценности, замкнутости, даже неврозу.
- Тяжелее всего пережить перемены во внешности с началом менструации у девочек, когда они начинают испытывать дискомфорт и болезненные ощущения. Это может привести к комплексу неполноценности, к тому, что они будут избегать общения с другими.

Привлекательность школы для подростка порой определяется не столько возможностью учения, сколько возможностью общаться с широким кругом товарищей, друзей. Это во многом определяет его поведение, деятельность. Для подростков важно не только быть со сверстниками, главное занимать удовлетворяющее его положение. В подростковый период необычайно обостряется проблема общения между учителем и учащимися. Достичь успехов в общении с подростками может тот взрослый, который учитывает психолого-педагогические требования к общению с учащимися.

Если ведущим видом деятельности младшего школьника была учебная, и существенные изменения в психическом развитии были связаны с нею, то у подростка основная роль принадлежит устанавливающейся системе взаимоотношений с окружающими. Именно система взаимоотношений с социальной средой и определяет направленность его психического развития. Своеобразие развития подростка состоит в том, что он включается в новую систему отношений и общения с взрослыми и товарищами, занимая среди них новое место, выполняя новые функции.

На психическое развитие подростка, его поведение значительное влияние оказывает общественное **мнение товарищей**. Учитель и родители для подростка не являются таким непререкаемым авторитетом, как для младших школьников. Подростки предъявляют высокие требования к деятельности, поведению, личности взрослых. Устанавливая отношения с родителями, учителями, они постоянно их оценивают. На основе этих оценочных суждений подросток и строит свое отношение к ним.

Чувство взрослости – это отношение подростка к себе как к взрослому и осознание себя в какой-то мере взрослым человеком.

Как проявляется чувство взрослости подростка?

- В желании, чтобы все – и взрослые и сверстники – относились к нему не как к маленькому, а как к взрослому (*Претендует на равноправие в отношениях со взрослыми и идет на конфликты, отстаивая свою «взрослую» позицию*).
- В стремлении к самостоятельности, желании оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства родителей (*Вопросы внешности, отношений со сверстниками, иногда учебы*).
- *Появляются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения (Все нестабильно, взгляды могут измениться через неделю)*.
- *Появляется моральный «кодекс», предписывающий подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками:*

*взаимная поддержка,
помощь в случае нужды,
уверенность в друге и доверие к нему,
защита друга в его отсутствие,
принятие успехов друга,
эмоциональный комфорт в общении (Один за всех и все за одного).*
Так как подросток во многом непоследователен и противоречив, он часто отступает от этого свода правил, но от друзей ожидает их неукоснительного соблюдения .

Внутренний мир

- *Сложные переживания, связанные с новыми отношениями, свои личностные черты и поступки анализируются им пристрастно*
- *Подросток хочет понять, какой он на самом деле, и представляет себе, каким он хотел бы быть*

Личностная рефлексия, потребность разобраться в себе самом порождают и исповедальность в общении с ровесниками, и дневники, которые начинают вести именно в этот период, стихи и фантазии.

Самооценка в подростковом возрасте оказывается низкой по своему общему уровню и неустойчивой.

Подростковые реакции

- Подростковая самостоятельность

- *Стремление к эмансипации от взрослых.*
- *Освобождение от опеки взрослых, контроля.*
- *Разнообразные увлечения – неучебные занятия.*

- Увлечения

Подростковый возраст без увлечения подобен детству без игр.

Выбирая себе занятие по душе, подросток удовлетворяет:

- *Потребность в самостоятельности.*
- *Познавательные потребности.*
- *Интеллектуально-эстетические, эгоцентрические, лидерские, телесно-мануальные, накопительские, информативно-коммуникативные.*

Общение со сверстниками

Общение пронизывает всю жизнь подростков, накладывая отпечаток и на учение, и на не учебные занятия, и на отношения с родителями.

- *Ведущая деятельность в этот период – интимно-личностное общение.*
- *Подростковая дружба – сложное, часто противоречивое явление.*
- *«Счастье – это когда тебя понимают».*
- *Близкие друзья – ровесники одного и того же пола, учатся в одном классе, принадлежат к одной и той же среде.*

Неформальные группы

- *Взаимная симпатия.*
- *Общие интересы, занятия.*
- *Способы развлечений, место проведения свободного времени.*

Общение со взрослыми

- *Влияние родителей уже ограничено.*
- *Ценностные ориентации подростка, понимание им социальных проблем, нравственные оценки событий и поступков зависят в первую очередь от позиции родителей.*
- *Для подростков характерно стремление к эмансипации от близких взрослых:*

Нуждаясь в родителях, их любви и заботе, в их мнении, они испытывают сильное желание быть самостоятельными, равными с ними в правах.

То, как сложатся отношения в этот трудный для обеих сторон период, зависит главным образом от стиля воспитания, сложившегося в семье, и

возможностей родителей перестроиться – принять чувство взрослости своего ребенка.

Родительский контроль

Основные сложности в общении, конфликты возникают из-за родительского контроля за поведением, учебной подростка, его выбором друзей и т.д.

Контроль может быть принципиально различным

- Крайние, самые неблагоприятные для развития подростка случаи – жесткий, тотальный контроль при авторитарном воспитании или почти полное отсутствие контроля, когда подросток оказывается предоставленным самому себе, безнадзорным.
- Родители регулярно указывают детям, что им делать.
- Подросток может высказать свое мнение, но родители, принимая решение, к его голосу не прислушиваются.
- Подросток может принимать отдельные решения сам, но должен получить одобрение родителей.
- Родители и подросток имеют почти равные права, принимая решение.
- Подросток сам решает, подчиняться ему родительским решениям или нет.

Стили семейного воспитания

- Демократичный – родители ценят в поведении подростка и самостоятельность, и дисциплинированность, предоставляют ему право быть самостоятельным в каких-то областях его жизни; *не ущемляя его прав, одновременно требуют выполнения обязанностей.*
- Авторитарный – родители требуют от подростка беспрекословного подчинения и не считают, что должны ему объяснять причины своих указаний и запретов; *они жестко контролируют все сферы жизни, причем могут это делать не вполне корректно.*
- «Воспитание по типу Золушки» - высокая требовательность и контроль сочетаются с *эмоционально холодным, отвергающим отношением к подростку.*
- Гипоопека – сочетание безразличного родительского отношения с отсутствием контроля.
- Гиперопека – излишняя забота о подростке, чрезмерный контроль за всей его жизнью, основанный на тесном эмоциональном контакте, - приводит к *пассивности, несамостоятельности, трудностям в общении со сверстниками.*
- Противоречивое воспитание – отношение родителей к подростку как к маленькому ребенку и непоследовательность требований, когда от него ожидается то детское послушание, то взрослая самостоятельность.

Отношения с окружающими – наиболее важная сторона жизни подростков.

Подростковые проблемы

- Ранняя алкоголизация, токсикомания и наркомания.
- Противоправное поведение.
- Самоубийства.

К социальным проблемам приводят обычно особые обстоятельства:

- Изолированность.
- Отсутствие понимания в семье и школе.
- Встреча с асоциальной группой или сверстником, имеющим соответствующий жизненный опыт.

Причины подростковых проблем разнообразны

- Неудовлетворенность отношениями со взрослыми и сверстниками.
 - Недостаточная загруженность реальными делами и скука.
 - Желание утвердиться и выделиться.
 - Протест против существующих в обществе норм и правил.
 - Протест против «серой безликой толпы», для которой «ты ничего не значишь».
-

Стержневым новообразованием подросткового возраста является **чувство взрослости**, которая выражает новую жизненную позицию подростка по отношению к себе, к людям и миру; определяет направление и содержание его социальной активности, систему новых стремлений и переживаний. Чувство взрослости проявляется в желании, чтобы и сверстники, и в первую очередь взрослые относились к нему как к взрослому человеку. В общении в частности это проявляется в требовании подростка разговаривать с ним на равных.

И родители, и учителя, и взрослые должны строить свои взаимоотношения исходя из развивающегося **чувства взрослости** подростка. Если учитывают его возросшие возможности, то *относятся к нему с уважением и доверием, создают условия, помогают преодолевать трудности в учении и общественно-полезной деятельности, помогают в установлении взаимоотношений с товарищами, то тем самым создаются благоприятные условия для психического развития.* Уважаемые родители, постарайтесь строить свои отношения на равных, учитывая все особенности, о которых мы сегодня говорили.

Материал подготовила педагог-психолог школы №2016 Иванова Т.Н.