

Возрастные особенности подростков.



Родительское собрание .

Подготовила: педагог-психолог МОУ СОШ № 3

Тарасова Ирина Витальевна

Подростничество — это период становления личности. В данном возрасте формируются черты характера и основные формы поведения, складываются основы нравственности.



Подростковый возраст называют периодом «бури и натиска», т.к. это крайне сложное время, время бурных перемен во всех сферах жизни. Это период бурной физиологической перестройки организма. Изменения затрагивают все системы и органы.



Многие дети, вступая в подростковый возраст поразительно меняются. Из ласковых и послушных они вдруг превращаются в «ершистых», неуправляемых и грубых. Именно грубость сильнее всего ранит и обижает родителей подростка. У многих детей нарастает неуверенность в себе, появляется тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей и друзей. Подростки склонны застревать в положении «обиженного», «непонятого», искать выходы из трудных ситуаций способами, нередко чрезвычайно опасными для здоровья, их угнетает зависимость от взрослых. Порой возникают агрессивные, непредсказуемые реакции защиты своего «Я» даже тогда, когда и угрозы-то никакой нет.





- **Подростковый возраст- это период полового созревания организма. Недавний ребёнок быстро превращается в индивида, способного к воспроизводству рода.**
- **На 1-м этапе полового созревания (с 9 до 13 лет) отчетливо проявляется противоречивость состояния нервной системы, её несбалансированность: возбуждение преобладает над торможением, поэтому подростки дают повышенную (и не всегда адекватную) реакцию на обращение к ним взрослых и сверстников, на явления окружающего мира, но уже проявляют большую способность к самоконтролю, к критическому отношению к себе и окружающим. У девочек в большей мере выражены нарушения эмоционального плана-повышенная обидчивость, плаксивость, частая смена настроения, у мальчиков- изменения поведения и двигательных реакций. Дети становятся более шумными, непоседливыми, в тоже время появляется повышенная утомляемость.**
- **На 2-м этапе полового созревания (13-16 лет) происходит стабилизация взаимосвязей между нервной системой, эндокринными центрами и половыми железами. Школьники становятся менее раздражительными, чем прежде, настроение чаще оптимистическое, на смену неуверенности приходит повышенная самооценка.**
- **В процессе полового созревания меняется и самовосприятие подростка. Его физический облик претерпевает существенные изменения. Подростки становятся очень чувствительными к замечаниям по поводу своей внешности.**



Одним из важнейших новообразований подросткового возраста является чувство взрослости. Подросток ощущает, что он уже не ребёнок, он стремится к самостоятельности, к тому, чтобы с его желаниями и потребностями считались, но ещё во многом зависим от родителей и вынужден подчиняться их требованиям. Возникшее чувство взрослости вызывает стремление к самоутверждению. Подросток страстно желает быть понятым, принятым. В этом возрасте очень важно иметь друга, поделиться своими переживаниями, узнать, что переживают другие. Формируется способность к самосознанию, саморуководству и самовоспитанию-ребёнок стремится познать себя, усовершенствовать себя, ищет смысл жизни.



- **Подросткам свойственны определённые характерологические реакции, которые в зависимости от условий воспитания могут быть сглажены, а могут проявляться чрезмерно интенсивно.**
- **Реакция эмансипации проявляется в стремлении освободиться из-под опеки и контроля старших. Может выражаться в настойчивом желании всегда и везде поступать по-своему, в нарушении установленных старшими порядков и правил.**
- **Реакция оппозиции может быть вызвана чрезмерными претензиями к ребёнку, непосильной для него нагрузкой. Проявлениями реакции могут быть прогулы уроков, побеги из дома, попытки самоубийства.**
- **Реакция имитации сказывается в стремлении подражать во всём определённому лицу или образу. Моделью для имитации чаще становятся наиболее яркие товарищи или кумиры молодёжной среды.**
- **Реакция компенсации- это стремление свою слабость и неудачливость в одной области восполнить успехами в другой.**
- **Реакция группирования со сверстниками проявляется в том , что подростки стремятся принадлежать какой-либо группе, кампании.**



В подростковом возрасте начинает формироваться «идеальное Я»- осознанный личностный идеал, сопоставление с которым часто вызывает неудовлетворённость собой и стремление себя изменить, но «образ Я» ещё неопределённый и расплывчатый.



- Кризис 13 лет- это кризис социального развития и относится к числу острых. Характеризуется падением успеваемости, снижением работоспособности, дисгармоничностью во внутреннем строении личности.
- Симптомы кризиса:
- 1. Наблюдается снижение продуктивности и способности к учебной деятельности, даже в той области , где ребёнок одарён. На смену конкретному приходит логическое мышление. Это проявляется в критицизме и требовании доказательств. Подростков начинают интересовать философские вопросы. Происходит открытие мира психического, внимание подростка впервые обращается на других лиц. Разделяется мир внутренних переживаний и объективная действительность.
- 2.Негативизм. Ребёнок как бы отталкивается от среды, враждебен, склонен к ссорам, нарушению дисциплины. Одновременно испытывает внутреннее беспокойство, недовольство, стремление к одиночеству и самоизоляции. У мальчиков негативизм проявляется ярче и чаще, чем у девочек.



Специфика данного возраста хорошо описывается с применением частицы «Не»

- *Не хотят учиться так, как могут;*
- *Не хотят слушать никаких советов;*
- *Не убирают за собой;*
- *Не делают домашние дела;*
- *Не приходят вовремя.*



ПОЧЕМУ?

- *Что делать, чтобы «не» приходило пореже?*
- *Попробуем разобраться.*



Метафора «прививка»

В организм попадают некие вредные вещества, которые заставляют его вырабатывать иммунитет, поэтому, когда возникнет угроза реального заболевания, организм уже будет знать, как реагировать на него.

Так же и с подростками.

Им не нужны чужьи советы, ведь им необходимы собственные ошибки.

Как это выглядит?

Подростки могут пробовать курить, целоваться, обниматься, употреблять ненормативную лексику, пробовать спиртные напитки. Подчеркнем еще раз, что целью является сам факт опробования, познания, а не получение удовольствия. И через это опробование они познают себя, свои возможности.



А что будет, если не дать им попробовать?

Самым распространенным является «ядерный взрыв» в более позднем возрасте, когда молодой человек ударяется в секс, употребление алкоголя, занимается рискованными видами спорта, не имея к этому иммунитета, не зная, как это делается, не обладая самоконтролем. Последствия таких действий легко представить.



Другой вариант - страх вплоть до внутренней паники.

Отказ от вечеринок, от межполового общения вплоть до ухода к виртуальным партнерам.

Так, значит, давать им пробовать?

Да. Но одновременно и нет.

Одного опробования для дальнейшей успешной жизни недостаточно.

Необходимо, чтобы подросток осваивал взрослую позицию «Я признаю, что хотеть могу не только я, но и другие люди», «Я отдаю» и оставлял постепенно детскую «Я хочу, я беру».



Что для этого нужно?

- **Нужно, чтобы подросток имел возможность вносить реальный вклад в жизнь своей семьи.**
- **Поэтому полезно «прописать» договор о правах и обязанностях подростка, а на каникулах предоставить ему возможность где-нибудь поработать.**
- **И тогда многие из тех НЕ, с которых мы начали свой разговор, будут постепенно уходить из жизни подростка.**
- **Он будет учиться не потому, что его заставляют, а понимая, что это нужно ему.**
- **Будет сообщать, когда задерживается, потому что, будучи во взрослой позиции пожалеет маму.**



Возрастной кризис.

- *У многих подростков наблюдается обостренное протекание нормативного кризиса, мешающее успешности обучения в школе, повышающее конфликтность взаимодействия со сверстниками и взрослыми.*
- *Основная форма проявления кризиса – регрессия поведения, то есть поведенческие проявления, свойственные детям трех лет.*



Конкретно.

- *Стремление действовать наперекор нормам поведения, даже если это происходит во вред собственным желанием.*
- *Обида на любое действие взрослого, направленное на коррекцию поведения подростка, нередко сопровождающаяся агрессивными выпадами против взрослого. Основным жизненным лозунгом становится: «Я так хочу!»*



В отношениях со сверстниками.

- *Повышается конфликтность за счет поиска изгоев и коллективного объединения против них, сопровождающегося насмешками, кличками или открытой агрессией.*
- *Как правило, такие проявления кризиса свойственны подросткам из благополучных семей, в которых присутствуют некоторая гиперопека и сверхконтроль, поэтому борьба за самостоятельность, невозможная дома, переносится в школу и осуществляется в социально неприемлемых формах.*



Правила поведения для родителей на начальной стадии конфликта с ребёнком.

- *Дайте свободу. Привыкните к мысли, что ваш ребёнок уже вырос и постоянно удерживать его возле себя не удастся.*
- *Никаких нотаций. Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Помните, что ребёнок имеет право на собственную точку зрения.*
- *Идите на компромисс. Ещё никому ничего не удалось доказать с помощью скандала. Если и родители, и ребёнок охвачены бурными негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает.*
- *Уступает тот, кто умнее. Взрослому это сделать легче, чем подростку. Лавры победителя в отношениях с собственным ребёнком не украшают.*
- *Не надо обижать. Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребёнку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Дстойно выходить из трудных ситуаций ребёнок учится у вас.*
- *Будьте тверды и последовательны. Дети прекрасно чувствуют слабость старших. Поэтому, не смотря на вашу готовность к компромиссу, сын или дочь должны знать, что родительский авторитет незыблем.*



Новообразование кризиса

- **Формирование у учащихся ответственности за свою жизнь в области учебы и общения.**
- **Второй ступенью к ответственности является приобретение самостоятельности.**
- **А первой – протестные реакции в отношении любого рода контроля за уроками, одеждой, чистотой, передвижением, свободным временем, питанием.**

Какие протестные реакции вы встречаете у своих детей? Это хорошо или плохо?



Протестные реакции.

- **Сигнал, который говорит, что ребенок вырастет и необходимо менять стиль взаимодействия с ним.**
- **Протестные реакции могут быть прямыми и косвенными, например уход в болезнь.**
- **Если ребенок слишком долго не будет получать желаемой свободы, то сформирует защитные сценарии жизни, которые будут мешать его успешному обучению в школе, нарушать взаимодействия с окружающими.**



Типичные роли.

- «Нехочуха» У подростка, находящегося в этой роли, часто звучат слова : «Не хочу, не буду, а почему я»
- «Развлекатель» Здесь присутствует стремление привлечь внимание любыми способами: кривляньем, громким смехом, произнесением слов, не принятых в обществе, но вызывающих у товарищей смех
- «Вулкан-вулканчик» Это соединение качеств «Нехочухи» и «Развлекателя», с добавлением непредсказуемости и увеличением силы реакции.
- «Копаящиеся-сомневающиеся» Этому соответствует неуверенность в себе.
- Во все роли + интерес к сексу и стремление отвоевать территорию при помощи кулаков.



Как помочь подросткам выйти из роли и сделать шаги к самостоятельности.

- *Работать с собственной тревогой по поводу того, что ребенок может ускользнуть, что теряется контроль над ним.*
- *Уменьшить области и степень контроля, например не проверять уроки, обсуждать рациональность их выполнения;*
- *Предоставить право на аргументированную собственную позицию, право на выбор, перейти от запрещения к убеждению, доказывать подросткам необходимость каких-либо действий, а не декларировать их;*
- *Вербализовать желаемый подростком и родителями идеальный образ как уже реальный – позитивное программирование подростка, демонстрация собственной веры и успешность его развития;*
- *Предоставить ему право на одиночество.*



Главная потребность этого возраста - понимание.

Каждому человеку нужно, чтобы его любили, понимали, признавали, гордились им, чтобы он был кому-то нужен и близок, чтобы у него был успех в делах, в учёбе, на работе, чтобы он мог реализовать себя, развивать свои способности, уважать себя. Основа самооценки ребёнка закладывается в зависимости от того, как с ним общаются родители. Любите вашего ребёнка таким, какой он есть и забудьте о тех качествах, которых у него нет.



Использованная литература.

- Газета «Школьный психолог» №18 2006 год.
- Газета «Школьный психолог» № 19 2006 год.
- Хухлаева О. В. «Психология подростка» М., 2004 год.
- «Справочник классного руководителя»
№ 5, май 2007 год