

Родительское собрание на тему «Психологические возрастные особенности подростка»

Цель: информирование родителей о возрастных психологических особенностях подросткового возраста.

Задачи:

- познакомить родителей с особенностями подросткового периода;
- выработать новую тактику поведения по отношению к подросткам;
- предупредить конфликтные ситуации в семье и в школе.

Оборудование: презентация, тест, оформление доски с цитатами,

- «В подростковом возрасте многие человеческие достоинства проявляются в чудаческих и неподобающих поступках» (И. Гете);
- «Структура личности подростка... В ней нет ничего устойчивого, окончательного и неподвижного. Все в ней - переходит, все течет» (Л.С. Выготский).

Ход собрания

I. Вступительное слово психолога

- Уважаемые родители! Ваши дети вступили в один из самых интересных, бурных и сложных этапов своей жизни - отрочество. Сегодня мы поразмышляем о некоторых психологических особенностях подросткового возраста и подготовим себя к новым задачам в воспитании наших детей.

Основная из них - перевод подростков в систему норм и требований для взрослых.

Развитие подростка - это начало поиска себя, своего уникального «Я». Это путь становления индивидуальности. В психологии этот период времени называют периодом «брожения психики», он почти всегда бывает болезненным. Это время обострения проблем, когда часто возникает взаимонепонимание детей и взрослых. **Чтобы его избежать, мы должны хорошо представлять, что происходит с нашими детьми и как найти с ними общий язык.**

II. Родительский всеобуч «Психофизическое развитие подростков»

- **Каковы возрастные границы подросткового возраста?** Сколько лет подростку? Основным критерием для периодов жизни является не календарный возраст, а анатомо-физиологические изменения в организме. Половое созревание определяет границы этого периода. Начало постепенного увеличения секреции половых гормонов начинается с 7 лет, но интенсивный и островыраженный подъем секреции отличает подростковый возраст. Это сопровождается внезапным увеличением роста, возмужанием организма, развитием вторичных половых признаков.

Переходный возраст приводит к временной дестабилизации защитных сил организма, что снижает сопротивляемость к вредным воздействиям. Могут отмечаться и функциональные отклонения со стороны сердечно-сосудистой и нервной систем: повышение артериального давления, нарушение ритма сердечной деятельности, нейровегетативная неустойчивость.

Ключ к пониманию психологических перемен подростка - в смене интересов, в возникновении у него новых социальных потребностей, в отказе от увлечений и стремлений детства. То, что вчера привлекало, становится сегодня неинтересным. **Считается, что подростковый возраст без увлечений подобен детству без игр.** Подростки стараются выделиться оригинальностью своих занятий, возвыситься в глазах окружающих. Им свойственны и лидерские увлечения, которые сводятся к поиску ситуаций, где можно что-то организовать, руководить сверстниками.

К сожалению, в настоящее время некоторые увлечения подростков становятся вредными для их возраста: долгое времяпровождение за экранами компьютера или игровых автоматов может привести к психической депрессии подростка. Самый примитивный вид увлечений - информативно-коммуникативные, в которых проявляется

жажда получения новой, не слишком содержательной информации, не требующей никакой критической переработки, и потребность в легком общении со сверстниками - во множестве контактов, позволяющих этой информацией обмениваться, - это многочасовые пустые разговоры в дворовой компании, созерцание происходящего вокруг - витрин магазинов, уличных происшествий, «глазение» в телевизор. **Такое времяпрепровождение трудно назвать увлечением**, но оно очень характерно для большей части подростков. Именно в их среде возникают основные проблемы, связанные с азартными играми, противоправным поведением, ранней алкоголизацией, токсикоманией, наркоманией, бродяжничеством.

Потеряв прежние интересы и не обретя новых, подросток временно утрачивает связи со средой, с окружающими его людьми и может ощущать себя очень одиноким. Л. Толстой назвал этот период «пустыней одиночества». **Задача взрослых в этот период - занять ребенка полезным делом, помочь найти нужное увлечение, обсуждать с ним его потребности.**

У подростков появляется **критическое отношение к прежним авторитетам**, и первой жертвой становятся самые близкие люди - родители. Если малыши преклоняются перед родителями, считают их самыми сильными, красивыми, умными, то подросток начинает замечать, что родители не так уж хороши, чтобы восхищаться ими, и может удариться в другую крайность. Иронизируя над этим периодом, Марк Твен заметил: «Когда мне было 14, мой отец был так глуп, что я с трудом переносил его; но когда мне исполнился 21 год, я был изумлен, насколько этот старый человек поумнел за последние семь лет». Не каждый подросток приходит к полному отрицанию родителей, но с детским преклонением перед ними расстается практически любой из них.

Переходный период требует повышенной затраты ресурсов организма. В сочетании со сменой интересов это может привести к снижению учебной успеваемости. Если игнорировать этот факт и усилить воспитательный нажим на школьника, то можно получить обратный результат плюс ухудшение поведения. Психологи отмечают, что у подростков появляется повышенная утомляемость во второй половине дня. В это время происходит большинство случаев неповиновения старшим, нарушения учебной дисциплины, пререканий с учителями, проявлений своеволия и упрямства. **Возникает сходная с ранним детством ситуация: малыш капризничает, потому что устал, а мы наказываем его за неповиновение.**

Физическое возмужание подростка дает ему ощущение зрелости, но социальный статус его ни в семье, ни в школе не меняется. И тогда начинается борьба за признание своих прав, самостоятельность. Подросток требует, чтобы все - и взрослые, и сверстники - к нему относились не как к маленькому, а как к взрослому; появляется желание оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства родителей, определяются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения. Подростки противоречивы. В семье они стремятся к своей независимости, праву поступать по-своему. А среди сверстников они соглашатели, проявляющие чрезмерную зависимость от чужого мнения.

Но и родители не всегда последовательны. Возникает своеобразный парадокс: готовя ребенка ко взрослой жизни, мечтая о ней, родители не могут принять самостоятельность ребенка как раз тогда, когда зрелость приближается.

Половое развитие властно заявляет о себе и накладывает отпечаток на поведение подростка. Появляется интерес к противоположному полу, повышается внимание к своей внешности. Быстрый рост конечностей приводит к временной угловатости, неуклюжести движений. Подростки могут страдать от пониженной самооценки, придавать чрезмерное значение недостаткам своей внешности, становиться застенчивыми, домоседами.

Главным стержнем подростковых переживаний является поиск смысла жизни. Нелегко ему на нравственном перепутье найти правильную, разумную дорогу. **Подросток нуждается в нравственном авторитете, который ответил бы на все его сомнения.** Найдись нежелательный авторитет, поразивший подростка своим «знанием жизни», своей

уверенностью, а порой и мнимой щедростью, криминальной псевдоромантикой, и он пойдет по дороге, ведущей к преступлению.

Наш выдающийся педагог В.А. Сухомлинский обобщил главные личностные черты подростка, показал, как можно их учитывать взрослым.

1. Непримируемость ко злу, эмоциональное неприятие его, с одной стороны, сочетается с неумением разобраться в сложных явлениях жизни - с другой. Погасите эмоциональный порыв, и вы получите холодного, расчетливого человека. Поэтому вслушайтесь в то, что волнует, тревожит подростка, не отмахивайтесь и не отгораживайтесь от него.

2. Подросток хочет быть хорошим, стремится к идеалу. Он не любит, когда его прямолинейно воспитывают. Его раздражают словесные назидания. **Истина всегда дороже, если вы открыли ее сами.** Еще в прошлом веке была известна педагогическая аксиома: плохой учитель сообщает истину, хороший - открывает ее вместе со своим воспитанником. Подростки четко улавливают воспитательную фальшь, болезненно реагируют на несправедливость. Неопытность подростка может привести к тому, что из добрых побуждений он может совершить и нечто предосудительное. Альтернатива «виноват - не виноват» слишком упрощает дело. В жизни бывает немало ситуаций и обстоятельств, которые нельзя оценить однозначно.

3. Подростку хочется быть личностью. Совершить что-нибудь героическое, романтическое, необычное. При наличии потребности к действию и желания самоутвердиться подросток еще не знает, как этого можно добиться, и может попасть в беду.

4. У подростка выражено противоречие между богатством желаний и ограниченностью сил. Отсюда множественность и непостоянство влечений. «Мудрые» поучения старших - «не разбрасывайся», «думай только об учебе» - порождают лишь конфликт. Подростку очень важно найти свой путь, чтобы одно из увлечений стало призванием. Надо помочь подростку найти себя в труде, в увлечении творческой деятельностью.

5. В подростке сочетаются романтическая восторженность и грубые выходки. Восхищение красотой и ироническое отношение к ней. Он стыдится своих чувств. Тонкие человеческие чувства кажутся ему детскими. Он опасается, что его будут считать чересчур чувствительным, и прикрывается грубостью. Если нет нравственной культуры, то можно растерять добрые чувства, приобретенные в детские годы.

III. Практические рекомендации

В конце собрания родители получают памятку «Проблемы подросткового возраста».

Памятка для родителей

1. Старайтесь говорить со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы.

2. Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.

3. Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.

4. Будьте открыты для общения с ребенком. Даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать об этом.

5. Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.

6. Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.

7. В период полового созревания мальчикам важно получать поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам - со стороны пап.

8. Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.

9. Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайтесь внимание на любые изменения в поведении своего ребенка.

10. Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными средствами, если он в этом нуждается.

11. В самостоятельности ребенка не следует видеть угрозу лишиться его. Помните, что ребенку нужна не столько самостоятельность, сколько право на нее.

12. Хотите, чтобы ребенок сделал то, что вам нужно, сделайте так, чтобы он сам захотел этого.

13. Не перегружайте ребенка опекой и контролем.

Дополнительный материал

Тест «Готовы ли вы к переходному возрасту ребенка?»

1. На ваш взгляд, самая большая проблема переходного возраста заключается в том, что ребенок...

- а) перестает прислушиваться к мнению родителей;
- б) может попасть в плохую компанию;
- в) начинает осознавать себя как самостоятельную личность.

2. Вспоминая свое детство, вы обычно рассказываете ребенку...

- а) о том, что вы хорошо учились;
- б) о похожих проблемах и способах их решения;
- в) забавные случаи.

3. Сколько времени в день вы проводите с ребенком, беседуя о его делах?

- а) не больше часа;
- б) около 2 часов;
- в) больше 2 часов.

4. Учитель жалуется на поведение ребенка, в то время как сын или Дочка сами утверждают, что виновником происшествия является их одноклассник. Ваши действия...

- а) отругаете ребенка, потому что учитель не станет жаловаться беспричинно;
- б) встанете на сторону сына или дочери и будете обвинять одноклассника;
- в) дома подробно расспросите ребенка и объясните ему, почему учитель счел его виноватым.

5. Каких проблем подросткового возраста вы боитесь больше всего?

- а) отчуждения;
- б) употребления алкоголя и наркотиков;
- в) ранних половых контактов.

6. В каком возрасте нужно начинать беседовать с ребенком о сексе?

- а) с 12 лет;
- б) с 14 лет;
- в) когда он сам начнет задавать вопросы.

7. Ребенок признался, что девочка (мальчик), которая(-ый) ему нравится, не отвечает взаимностью. Что вы ему скажете?

- а) предложите немного изменить внешность, вести себя более открыто и дружелюбно;
- б) успокойте, что в его жизни еще будет много других девочек (мальчиков), в сто раз лучше;
- в) постараетесь отвлечь ребенка от печальных мыслей и переживаний.

8. Ребенок наотрез отказывается заниматься в кружке, который раньше посещал с удовольствием. Ваши действия?

- а) предложите ему выбрать другое занятие;
- б) постараетесь убедить продолжить занятие, чтобы довести начатое дело до конца;
- в) упрекнете его в лени и нежелании развивать свои способности.

9. Подросток просит вас отпустить его с друзьями в клуб, на дискотеку. Ваша реакция...

а) придумаете благовидный предлог, из-за которого ребенку придется отложить встречу с друзьями;

б) поговорите с ним об опасных соблазнах, которые таят в себе клубы, и запретите посещать подобные места до 18 лет;

в) отпустите при условии, что ребенок будет «выходить на связь» в условленное время.

10. Подросток считает себя непривлекательным из-за угрей. Как его можно успокоить?

а) обратить внимание на его выразительные глаза и красивую форму носа;

б) сказать, что это временное явление, и у всех подростков бывают прыщи;

в) собрать информацию о существующих косметических средствах борьбы с угрями и пообещать купить их.

11. Вы обнаружили, что от куртки ребенка пахнет табаком. Что вы предпримете?

а) будете искать сигареты в карманах его куртки;

б) строго спросите, не начал ли ребенок курить;

в) заведете разговор о том, что многие подростки рано начинают курить, и как бы невзначай спросите, нет ли таких среди его друзей, и как он сам относится к курению.

12. Вы увидели личный дневник, в котором ребенок описывает свой сексуальный опыт...

а) признаетесь, что читали дневник, и выскажете свое беспокойство;

б) при случае заведете разговор о контрацепции;

в) вызовете ребенка на откровенный разговор, чтобы детально разобраться в ситуации.

13. Если вам не нравится кто-то из друзей ребенка, вы обычно...

а) просите его меньше общаться с этим другом;

б) не разрешаете приглашать друга к вам домой;

в) откровенно высказываете свое мнение о нем.

14. Что вы скажете ребенку, если услышите, как он грубит бабушке?

а) «Как ты разговариваешь с бабушкой?!»;

б) «Что у вас произошло?»;

в) «Пожалуйста, не обижай бабушку!».

15. Ребенок увлекся музыкальной группой, творчество которой вам не нравится. Вы...

а) постараетесь понять, что именно привлекает ребенка в музыке любимого коллектива;

б) предложите послушать записи других современных и классических исполнителей;

в) подвергнете критике тексты песен и аранжировку, чтобы ребенок осознал свое заблуждение.

Ключ к тесту

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
а	5	5	5	5	1	5	1	1	3	3	3	5	3	5	1
б	3	1	3	3	3	3	5	5	5	5	5	3	5	1	3
в	1	3	1	1	5	1	3	3	1	1	1	1	1	3	5

Анализ результатов теста

16-35 баллов - готовность номер один. Ваш ребенок не страдает от недостатка внимания и знает, что родители всегда будут на его стороне и в любой момент придут на помощь. Ежедневный родительский труд дает вам основание для уверенности в том, что все «вложенное» в ребенка не позволит ему совершить непоправимых ошибок. Тем не менее не стоит забывать принцип: «Доверяй, но проверяй!». Каким бы самостоятельным

ни казался ребенок, все-таки он еще не совсем взрослый. Контролировать местонахождение, Успеваемость и круг общения можно косвенно и ненавязчиво, например, через общих знакомых или родителей друзей подростка. Не стоит поощрять излишнюю фамильярность в общении и стараться быть для ребенка «своим в доску». Для гармоничного развития ребенку нужно ощущать твердые жизненные принципы родителей, их спокойствие и уверенность.

36-55 баллов - у страха глаза велики. Вы чересчур восприимчивы к трудностям переходного возраста. Вас пугают газетные статьи о подростковой преступности, наркомании и СПИДе. Диковатая подростковая мода, современная музыка, употребление жаргона - все это вызывает в вас внутренний протест, который может заставить сына или дочь «закрыться». В ваших отношениях с ребенком не хватает непринужденности. Если ежедневно не давать возможности проявлять самостоятельность, как он научится ответственности? Гиперопека и нравоучительные беседы никогда не оправдывают возлагаемых на них надежд. Лучше просто время от времени болтать с ребенком о фильмах и музыке, о каких-то незначительных событиях, исподволь расспрашивая его о друзьях, взглядах на жизнь, и ненавязчиво высказывать свое мнение. Подросток обязательно примет все это к сведению.

56-75 баллов - без диктатуры. Вам необходимо пересмотреть свои отношения с ребенком, чтобы уберечь и его, и себя от серьезных конфликтов. Основная проблема состоит в излишней требовательности, нежелании принимать систему ценностей подростка и мириться с изменениями в его характере. Жесткий контроль, постоянные запреты, отсутствие личного пространства заставляют ребенка протестовать и отстаивать свою свободу, часто проявляя грубость и даже жестокость. Не имея возможности приглашать друзей к себе домой, ребенок все свободное время пропадает на улице или «висит на телефоне». В такой ситуации необходимо подумать, что вы можете предложить ему вместо подобных развлечений. Например, можно записать ребенка в туристический клуб, если он испытывает тягу к приключениям, или в танцевальную студию, если он целыми днями слушает рэп.