

«Эффективное общение родителей с подростками с учетом их возрастных особенностей».



*МБУ «Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»
Педагог-психолог
Шейнина Ольга Алексеевна*



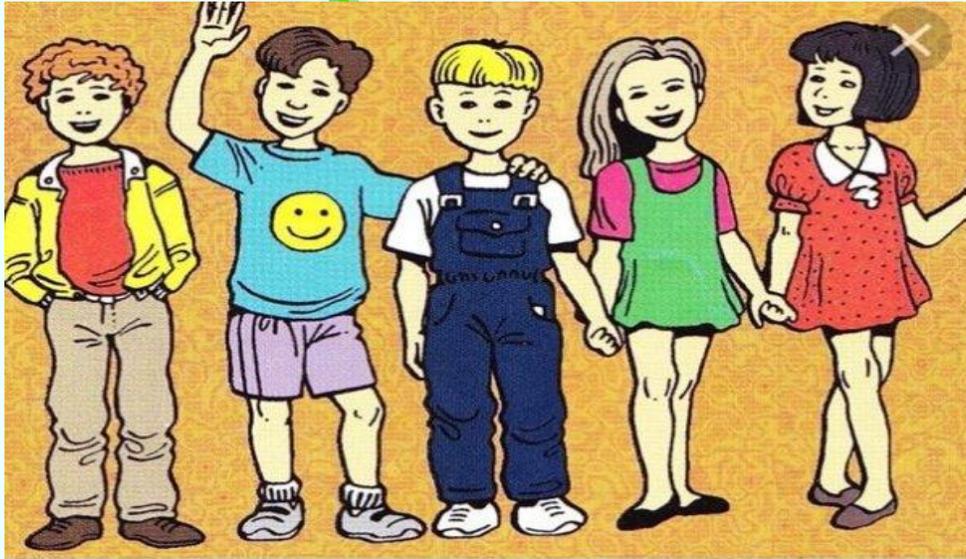


Эффективное общение с подростком предполагает наличие взаимного уважения, когда дети и взрослые откровенно и без страха критики или осуждения могут выразить свои убеждения и чувства, зная, что они будут приняты.



Подростковый возраст

11-17 лет



«Переходный»



«Трудный»

«Критический»



Подростковый возраст включает в себя два вида процессов

1. *Натуральные процессы* – это процессы биологического созревания организма, включая половое созревание.
2. *Социальные процессы* – это процессы общения, обучения, воспитания, социализации в широком смысле слова.

Эти процессы всегда взаимосвязаны, но, несмотря на это, не синхронны: физическое и психическое развитие у разных детей происходит в разных темпах (один подросток в 15 лет выглядит взрослым, другой – ребенком), существуют внутренние диспропорции в созревании отдельных биологических систем психики, социальное возмужание по времени не тождественно физическому (физическое созревание происходит значительно быстрее, чем социальное – завершение образования, окончательное развитие личности, приобретение профессии, экономическая самостоятельность, гражданское самоопределение и т. д.).

Физиологические основы подросткового кризиса

1. Резкое увеличение роста и веса
2. Начало полового созревания
3. Бурное протекание и смена эмоций



Основной психологический «механизм» резкого изменения поведения в подростковом возрасте можно представить следующим образом. Начало полового созревания, связанное с появлением новых гормонов в крови и их влиянием на центральную нервную систему, а также с бурным физическим развитием, повышает активность, физические и психические возможности детей и создает благоприятные условия для появления у них ощущения взрослости и самостоятельности.

Возрастные психологические новообразования

1. Формирование позиции «Я взрослый». Появление чувства взрослости.
2. Критичность по отношению к взрослым.
3. Появление гипертрофированной потребности в самостоятельности, в освобождении от опеки взрослых, от их контроля.
4. Появление потребности в дружбе, влюбленности, в получении эмоциональной поддержки, острое желание быть принятым группой сверстников.

Под возрастным новообразованием следует понимать те психологические и социальные изменения, которые впервые возникают на данной возрастной ступени и в главном определяют сознание ребенка его отношение к социальной среде, ход его развития.



Повышенный интерес к собственной внешности



Повышенный интерес к взаимоотношению полов.



Основные проявления подросткового возраста

- Бурное развитие критического мышления
- Склонность к рефлексии
- Формирование самоанализа



Ведущий вид деятельности – интимно-личностное общение со сверстниками.

- ✓ потребность в близких отношениях и внимании окружающих;
- ✓ группирование со сверстниками;
- ✓ стремление не быть «как все»



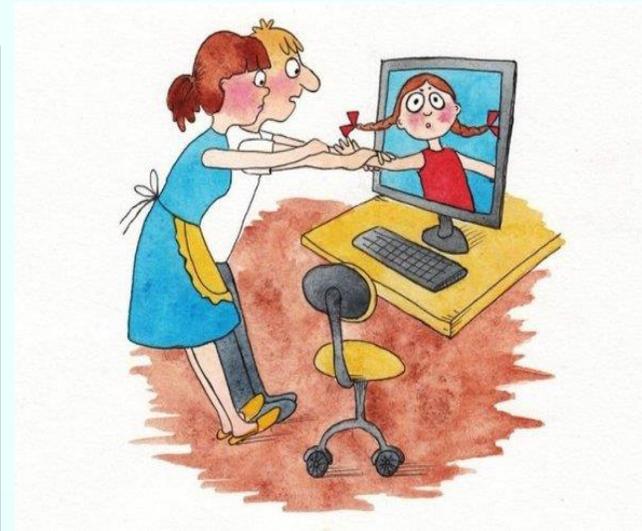
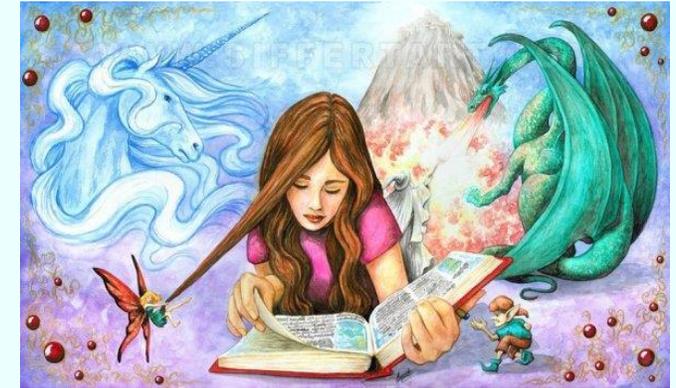
Психологические основы кризиса



Проявление интереса к своему внутреннему миру

Формирование идентичности

Психологическое отделение от семьи



Кризис независимости

- строптивость
- упрямство
- негативизм
- своеволие
- обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, ранее выполнявшимся
- протест, бунт
- ревность к собственности, к своим вещам



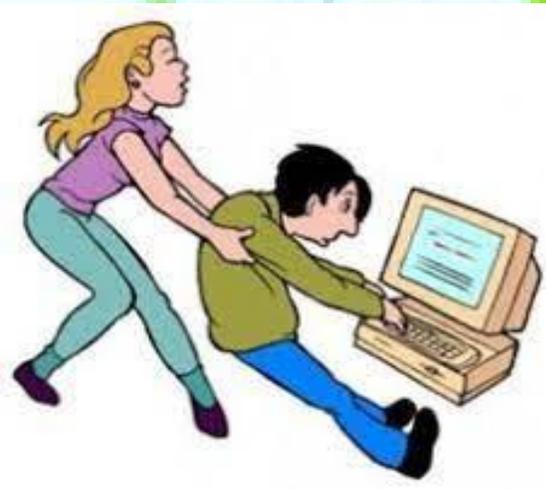
Кризис зависимости

- чрезмерное послушание, ждёт совета от мамы
- возврат к детским интересам и формам поведения
- зависимость от взрослых
- несамостоятельность
- инфантильность (детскость в суждениях и поступках)
- подчинение мнению большинства
- стремление быть «как все»



Трудности с которыми сталкиваются родители подростков

- Своеволие, борьба за свободу
- Вспышки агрессии и раздражения
- Нежелание учиться
- Ложь
- Шантаж взрослых
- Нецензурная брань



Причины нарушения поведения детей

1. Борьба за внимание. *Непослушание, как способ получить внимание родителей. Родители то и дело отрываются от своих дел, делают замечания.*
2. Борьба за самоутверждения против чрезмерной родительской опеки. *Смысл такого поведения - отстаивать право самому решать свои дела, показать, что он личность*
3. Желание отомстить. *Смысл плохого поведения: "Вы сделали мне плохо, пусть и вам будет тоже плохо!"*
4. Потеря веры в собственный успех.



Общие правила эффективного общения

1. Беседуйте с подростком дружелюбно в уважительном тоне.
2. Будьте одновременно тверды и добры.
3. Снизьте контроль.
4. Поддерживайте подростка, его усилия, вклад и достижение, демонстрируя, что понимаете его переживания.
5. Демонстрируйте подростку уважение, доверие и веру в него.
6. Имейте мужество. Изменение поведения требует времени, практики и терпения.



Упражнение «Отдайте часть ответственности»

Задание: выбрать те качества, которые беспокоят Вас в Вашем ребенке, и записать их на отдельном листочке.

- Не делает уроков Оставляет грязную посуду
- Имеет завышенные требования к себе
- Имеет низкую самооценку
- Убегает из дома
- Часто спорит с взрослыми
- Имеет нежелательных друзей
- Кажется безразличным к окружающим
- Закатывает истерики
- Курит
- Задаёт много вопросов, но редко дожидается ответов
- Не следит за домашними животными
- Отказывается от коллективных игр и дел
- Не понимает чувств и переживаний других людей

- Много смотрит телевизор
- Часто специально раздражает взрослых
- Плохо учится
- Приводит друзей домой, когда нет родителей
- Дерется с братьями или сестрами
- Отказывается выполнять просьбы
- Часто теряет контроль над собой
- Грубит учителям
- Часто дерется в школе
- Не убирается в своей комнате
- Лжет
- Мало и беспокойно спит
- Требует денег



Выбранные качества распределить в предложенную таблицу.

Перечень событий влияющих на жизнь ребенка	Перечень событий влияющих на вашу жизнь и жизнь ребенка

Успешного взаимодействия!

