

«Подростковый возраст: что должен знать родитель».

Цель: повышение уровня психологической компетентности родителей, расширение представления об особенностях подросткового возраста.

Подростковый возраст является трудной порой для ребёнка. Но и родители детей-подростков переживают в этот период стрессы, растерянность, беспокойство. В этот период важно понять, какие реакции и формы поведения являются нормальными для подростков и их родителей. Иногда родители воспринимают поступки своих детей как проблемные, тогда как на самом деле они являются нормальными для их возраста. Понять подростков, особенности данного возрастного периода может помочь знание о том, как они живут.

Возраст, в котором сейчас пребывают наши дети является подростковым возрастом. Психологи считают этот возрастной период переломным, кризисным в становлении личности.

Особенности многих подростков проявляются в пренебрежительном отношении к обучению, плохая успеваемость, учеба в это время отходит на второй план.

На первое место у ребенка выступает потребность в общении с друзьями и одноклассниками. Мнение друзей оказывает огромное влияние на формирование личности подростка. В это время они ищут объект для подражания. Это, как правило, одноклассник или более старший подросток в компании. Этот идеал служит для него образцом его поведения и критерием оценки поведения других людей.

Особенности личности подростка можно довольно точно охарактеризовать в двух словах — стремление к самостоятельности. Оно накладывает отпечаток на все стороны личности, поведение, чувства. Дети находятся на этапе развития самостоятельности: «Пробую быть самостоятельным, хотя не очень умею». Данный этап сопровождается следующими моментами:

1. Есть свое мнение, не всегда верное
2. Считает именно свое мнение истинно верным
3. Не считается с мнением родителей
4. Поступает так, как хочет
5. Есть стремление попробовать все, что делают его сверстники и взрослые (покурить и т.д.)
6. Считает, что он все может и с ним ничего не может случиться (не заботится о безопасности)

В связи с «чувством зрелости» у подростка появляется стремление приобщаться к разным сторонам жизни и деятельности взрослых, приобрести их качества, умения. При этом в первую очередь усваиваются более доступные, стороны взрослости: внешний облик и манера поведения (способы отдыха, развлечений, специфический лексикон (признаком взрослости считается для них употребление в речи нецензурных выражений), мода в одежде и прическах, а подчас курение, употребление вина).

Стремление быть взрослым ярко проявляется и в сфере взаимоотношений со взрослыми. Подростки (особенно мальчики) протестуют, обижаются, когда его, «как маленького», опекают,

контролируют, наказывают, требуют беспрекословного послушания, не считаются с его желаниями и интересами. А тем не менее, подросток стремится расширить свои права. Он требует, чтобы взрослые считались с его взглядами, мнениями и интересами, т. е. претендует на равноправие. И если старшие продолжают относиться к подростку, как к ребенку, то в семье начинают возникать конфликты и конфликтные ситуации.

Именно в это время подростки начинают объединяться в группы, и начинают самоутверждаться за счет других, более слабых сверстников или младших подростков, неизбежно проявляя некоторую агрессию по отношению к окружающим. Формы проявления агрессии бывают разные – физическая, словесная, косвенная, раздражительность, негативизм (нарушение норм и правил социального поведения). Такое поведение происходит от неуверенности в себе или неумения вести себя в обществе: договариваться, уступать, сдерживать свои эмоции. И родители все чаще видят замечания в дневнике и их чаще вызывают в школу по причине плохого поведения. И разговоры о правилах поведения на них мало действенны.

Но вместе с тем, подросток очень чувствителен к оценке его окружающими. Внешне кризис подросткового возраста проявляется в грубости, скрытности поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых, в игнорировании замечаний, ухода от общения.

У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, колеблется самооценка, он в это время очень раним, конфликтен, или наоборот может впадать в депрессию.

Наблюдая такие изменения в поведении подростка родители поступают по разному. Одни начинают на все налагать запреты, другие напротив, вспоминая тяжесть запретов своих родителей – позволяют детям все.

Так как же быть? В любом случае – не терять контакт с ребенком. Детям нужна самостоятельность, но без поддержки и опыта взрослых им не обойтись. Да, нас родителей обижает стремление подростков к отделению, самостоятельности, тем более что это проявляется в нелепой форме.

Каких принципов воспитания нужно придерживаться в этом возрасте?

- Понять и принять возрастные изменения ребенка, согласиться с беспокойством и неудовольствием. Нет ничего ненормального в том, что поведение подростка изменчиво и непредсказуемо, мы часто с вами видим, как он мечется из крайности в крайность, любит родителей и одновременно их ненавидит. Мы с вами должны придерживаться единых требований и взглядов в воспитании. Иначе ребенок будет хитрить и изворачиваться лавируя между нами. Будьте последовательны в своих действиях к ребенку. Например, когда за один и тот же поступок ребенок в зависимости от настроения родителей мог получить либо подзатыльник, либо поощрение типа – молодец, поступил правильно. В итоге подросток не может понять, в какой момент он поступил правильно.

- Одобряйте подростка и поддерживайте его сильные стороны. Если вы будете постоянно напоминать ребенку о его недостатках, это может еще больше затормозить ваше общение.

помогите подростку самостоятельно мыслить, подводите его к самостоятельному принятию решений, учите сомневаться в правильности мнений ровесников.

- Уважайте потребность в уединении, в личной жизни. Ребенку нужно побыть иногда наедине с самим собой.

- Избегайте громких фраз и проповедей, попробуйте разговаривать, а не читать лекций, типа «когда я был в твоём возрасте...»

- Не навешивайте ярлыков: «Ты глупая и ленивая и никогда ничего не добьешься». Это ведет к тому, что предсказание исполнится само собой. Ведь дети склонны соответствовать тому, что о них думают родители.

Кроме того это чревато снижением самооценки, способствует озлобленности, замкнутости и порождает проблемы в отношениях с родителями и окружающими.

- Избегайте неоднозначных высказываний. Ваше обращение к подростку должно содержать одну информацию: понятный запрет, полное доброжелательности разрешение и открытую возможность сделать выбор.

- Избегайте неоправданного применения силы и угроз для контроля за поведением подростков. Злоупотребление такими мерами воздействия на детей формирует у них аналогичное поведение и может стать причиной проявления в их характере таких неприятных черт, как злоба, жестокость и упрямство.

- Не ругайте его друзей или тех, с кем он встречается (бесполезно, вызовет только отрицание и негатив), если только тех, с кем он уже расстался или поссорился

- Учите подростка социально приемлемым методам для самовыражения и самоутверждения – спорт, танцы, музыка, изобразительное искусство, совместное времяпрепровождения и хобби.

- Избегайте крайностей, неправильно давать полную свободу также, как неверно и «закручивать» гайки.

Закончить наше собрание хочется словами Дж. Дьюи: «Структура личности подростка. В ней нет ничего устойчивого, окончательного и неподвижного. Все в ней - переход, все течет».