

Пути решения проблемы. Как общаться с подростком в этот период?

Подростковый возраст рассматривается как этап развития личности, процесс перехода от зависимого, опекаемого детства, когда ребенок живет по особым правилам, установленным для него взрослыми к самостоятельной жизни.

- Формирование круга интересов восьмиклассников на основе особенностей их характера и способностей
- Максимальное сокращение периода его свободного времени – «времени праздного существования и безделья»
- Привлечение к таким занятиям как чтение, самообразование, занятия музыкой, спортом, положительно формирующим личность.
- Включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создает возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.
- Снижение проявления агрессии путем посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гантелей и эспандера, железных гирь и боксерских перчаток (пусть подростки колотят друг друга в мирной драке, давая выход накопившейся энергии, чтобы агрессия не накапливалась подобно статистическому электричеству, имеющему свойство взрываться болезненными разрядами)
- Не предъявлять подростку завышенное требование, не подтвержденное его способностью
- Честно указывать подростку на его удачу и не удачу (причем удачу объяснять его способностями, а неудачу – недостаточной подготовкой)
- Не захваливать подростка, объясняя его неудачу случайностью, т.к. это формирует у подростка эффект неадекватности.

Рекомендации для родителей:

- Будьте всегда чуткими к делам своих детей
- Анализируйте с детьми причины их удач и неудач
- Поддерживайте ребенка, когда ему нелегко
- Старайтесь не ограждать подростка от трудностей
- Научите преодолевать трудности
- Сравните своего ребенка **только с ним самим!!!**, обязательно отмечая продвижение вперед
- Постоянно контролируйте ребенка, но без гиперопеки по принципу: «Доверяй, но проверяй!»
- Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации (развитие собственной личности)
- Информировать своего ребенка о **границах** материальных потребностей и напоминайте, что духовные потребности должны развиваться постоянно
- Замечайте любое положительное изменение в развитии личности ребенка
- Рассказывайте ребенку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте
- Покупайте своему ребенку книги по психологии, самопознанию
- Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами)
- **Помните**, что только личным примером можно что-то изменить в лучшую сторону, т.к. самоактуализация передается от родителей к детям. **У творческих родителей всегда неординарные дети.**
- Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии
- Советуйте ребенку следить за своей внешностью: одеждой, прической, личной гигиеной
- Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, чтобы избежать недоверия между вами.

- Воспитывайте естественное отношение к проблемам взаимоотношения полов, неупрощенное, не вульгарное, а простое, здоровое, которое позволит создать в будущем нормальную семью.
- Чаще рассказывайте своим детям о том, какие у Вас были взаимоотношения с противоположным полом в 14-15 лет, делая акцент на благородстве, культуре чувств, уважении друг к другу, ответственности друг за друга.

Вашему ребенку будет интересно узнать, как познакомились его родители, как развивались из отношения.

- Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона, следящего за каждым шагом ребенка.

Помните: недоверие оскорбляет!!!

- Следите за тем, какие книги читает Ваш ребенок, какие фильмы смотрит. Постарайтесь оградить его от тех, которые могут вызвать приступы агрессии или дивидиантного поведения.
- Будьте всегда для своего ребенка прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой)

Психологические особенности подростка

Психологические особенности подростка - Подростковый возраст - остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором выпукло переплетаются противоречивые тенденции. С одной стороны, для этого сложного периода показательны негативные проявления, дисгармоничность в строении личности, свертывание прежде установившейся системы интересов ребенка, протестующий характер его поведения по отношению к взрослым. С другой стороны, подростковый возраст отличается и множеством положительных факторов: возрастает самостоятельность ребенка, более разнообразными и содержательными становятся отношения с другими детьми, взрослыми, значительно расширяется сфера его деятельности и т.д. Главное, данный период отличается выходом ребенка на качественно новую социальную позицию, в которой формируется его сознательное отношение к себе как к члену общества.

Важнейшей особенностью подростков является постепенный отход их от прямого копирования оценок взрослых к самооценке, все большая опора на внутренние критерии. Представления, на основании которых у подростков формируются критерии самооценки, приобретаются в ходе особой деятельности - самопознания. Основной формой самопознания подростка является сравнение себя с другими людьми: взрослыми, сверстниками.

Поведение подростка регулируется его самооценкой, а самооценка формируется в ходе общения с окружающими людьми. Но самооценка младших подростков противоречива, недостаточно целостна, поэтому и в их поведении может возникнуть немало немотивированных поступков.

Первостепенное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками. Общаясь с друзьями, младшие подростки активно осваивают нормы, цели, средства социального поведения, вырабатывают критерии оценки себя и других, опираясь на заповеди "кодекса товарищества". Внешние проявления коммуникативного поведения младших подростков весьма противоречивы. С одной стороны, стремление во чтобы то ни стало быть такими же, как все, с другой - желание выделиться, отличиться любой ценой; с одной стороны, стремление заслужить уважение и авторитет товарищей, с другой - бравирование собственными недостатками. Страстное желание иметь верного близкого друга сосуществует у младших подростков с лихорадочной сменой приятелей, способностью моментально очаровываться и столь же быстро разочаровываться в бывших "друзьях на всю жизнь".

Главная ценность отметки для учеников 3-7 классов в том, что она дает возможность занять в классе более высокое положение. Если такое же положение можно занять за счет проявления других качеств, значимость отметки падает. Через призму общественного мнения класса ребята воспринимают и своих учителей. Поэтому нередко младшие подростки идут на конфликт с учителями, нарушают дисциплину и, чувствуя молчаливое одобрение одноклассников, не испытывают при этом неприятных субъективных переживаний.

Подросток во всех отношениях обуреваем жаждой "нормы", чтобы него было "как у всех", "как у других". Но для этого возраста характерна как раз диспропорция, то есть отсутствие <норм>. Разница в темпах развития оказывает заметное влияние на психику и самосознание.

Сравнивая развитие рано (акселеранты) и поздно (ретарданты) созревающих мальчиков-подростков, можно прийти к выводу, что первые имеют ряд преимуществ перед вторыми. Мальчики-акселеранты увереннее чувствуют себя со сверстниками и имеют более благоприятный образ <Я>. Раннее физическое развитие, давая преимущества в росте, физической силе и т. п., способствует повышению престижа у сверстников и уровня притязаний.

Именно в этот период происходит интенсивное развитие внутренней жизни: наряду с приятельством возникает дружба, питаемая взаимной конфиденциальностью. Меняется содержание писем, которые теряют свой стереотипный и описательный характер, в них появляются описания переживаний; делаются попытки вести интимные дневники и начинаются первые влюбленности.