

ЦЕННЕЙШЕЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРИОБРЕТЕНИЕ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА-ЭТО ОТКРЫТИЕ СВОЕГО ВНУТРЕННЕГО МИРА. Это возраст быстрых перемен в теле, в чувствах, позициях и оценках, отношениях с родителями и сверстниками. Это время устремления в будущее, которое притягивает и тревожит. В это время формируется мировоззрение.

Портрет современного подростка

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Резкий скачок в физическом развитии. Быстрая утомляемость. Процесс возбуждения преобладает над процессом торможения, характерна повышенная возбудимость. Быстрый рост и половое созревание организма делают психику подростка очень неустойчивой



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Происходит становление нравственности, открытие своего «я», приобретение новой социальной позиции. Пора мучительно-тревожных сомнений в себе, в своих возможностях, поиски правды в себе и в других. Не всегда адекватная оценка своих возможностей. В поведении, наблюдаются подозрительность. Озлобленность и раздражимость.

ОСОБЕННОСТИ

- прагматизм
- «липкость» мышления
- увлечение е-техника
- увлечение масс-медиа
- забота о здоровье
- инфантильность
- толерантность
- азартом
- расчёт на собственные силы

ЦЕННОСТИ

«свобода», «милые хорошие и верные друзья», «жизнь», «здоровье»

«безопасность», «конформность», «традиции», «власть», «гедонизм»

Ключевые переживания в этом возрасте – любовь и дружба.

Негативное поведение проявляется как компенсация повышенной тревожности или стремление к лидерству.

ПРИЧИНЫ НЕГАТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

- подросткам не хватает внимания взрослых;
- высокий уровень тревожности;
- нет навыков саморегуляции;
- отсутствие душевной близости.

Находим общий язык в борьбе с вредными привычками и негативным поведением:

1. Позитивный настрой. Если негатива больше, то вам не удастся достичь взаимопонимания. Обратитесь к воспоминаниям: наверно, были ситуации, когда ваш ребенок радовал вас, проявляя положительные качества. Соберите мнение о других достоинствах ребенка. В любом случае переключитесь на позитивные стороны в поведении ребенка.

2. Доверительное взаимодействие. Ребенок будет молчать, огрызаться, лгать или демонстрировать другие формы защитного поведения, пока не почувствует, что вы именно тот взрослый, который не нарушит его безопасности.



3. Субъективность взаимодействия.

Задача взрослого – научить ребенка «держаться на воде», а не формировать постоянную зависимость от взрослого.

4. Выявление причин. Отклоняющееся поведение – это всегда следствие, а причины не всегда лежат на поверхности.

5. Последовательность во взаимоотношениях. Необходимо придерживаться тех же правил, к которым Вы приучаете ребёнка.



6. Позитивность установок.
а) постановка позитивной цели. Не «брось курить, перестань опаздывать», а «Веди здоровый образ жизни, приходи вовремя»;
б) опора на положительные качества, восстановление позитивного ощущения. «Ты плохой» - это негативный жизненный сценарий.

7. Поощрение положительных изменений. Мало кому придёт в голову радоваться в связи с получением «тройки»... Но, если твёрдая «тройка» получена после «двоек», то это надо учесть.

8. Поиск привлекательной альтернативы. Работа над изменениями должна сопровождаться выработкой и закреплением привлекательной альтернативы.

9. Компромисс. Добиваясь изменений в поведении ребёнка, постарайтесь оставить ему «лазейку» для сохранения собственного достоинства.



10. Гибкость. Используйте различные способы и стратегии в зависимости от конкретного случая.



Смирнова Н.А., педагог-психолог

Принципы родительского воспитания:

- Принятие ребёнка, когда подросток понимает, что его любят.
- Признание ребёнка – это сохранение у подростка чувства собственного достоинства и уверенности в себе, в своих силах.
- Родительская любовь. Подросток нуждается в любви и ласке независимо от возраста.
- Доступность общения с родителями. Необходимо быть рядом, если подросток нуждается в общении.
- Воспитание ответственности и самодисциплины – это формирование у подростка привычки быть ответственным за свои поступки и слова.
- Авторитет родителей. Уважение к старшим прививается с раннего детства. Доверительные отношения в семье – залог семейного благополучия и хороших личностных задатков у подростка.



ГАПОУ «ПЭК»
Собрание для родителей обучающихся
1-х и 2-х курсов

ВЗРОСЛЫЙ И ПОДРОСТОК МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ в семье (памятка)



Июнь 2024
г. Полярные Зори