

Выступление классного руководителя на родительском собрании

Тема «Психологические и поведенческие особенности подростка 13-14 лет»

Аудитория: родители учащихся 7-б класса

Дата: 26.10.2021

Выступающий: Теребейкина Е.Г., классный руководитель 7-б класса

Возраст детей 13-14 лет – это вступление в пору подростковости. Со стартом этого периода (у кого-то он начинается раньше, у кого-то позже) начинается этап полового созревания. Эти физические перестройки приносят много неудобств подростку как внешних (прыщи, нескладное телосложение), так и внутренних. Физическое созревание влияет на нервно-психическую деятельность. Подростки очень эмоциональны, изменчивы, зациклены на своих переживаниях. У подростков в этом возрасте наблюдается внутренний конфликт – две исключаящие друг друга потребности – потребность в обособлении, отделении, утверждении себя как личности и потребность в социализации, потребность быть принятым, быть частью группы, отличной от семьи. Чаще это группы сверстников. И в то же время подросток не замечает других личностей вокруг себя, не считает нужным уважать других, но требует уважения к себе.

Формирование компании сверстников, в которую входит ребенок, не должно пугать родителей. Для подростка в данный период важнее быть членом этой компании не смотря ни на что, чем не быть ни с кем, быть в одиночку. Если подросток не примкнул ни к какой группе, у него нет пары-тройки друзей, ребенок чувствует себя одиноким настолько, что может возникнуть депрессия. Так же и если случается отвержение, непринятие его в его компании. Такие случаи переживаются очень тяжело и эти переживания реальны.

Подростки в возрасте 13-14 лет могут ослаблять контакты с семьей, игнорировать родителей и их влияние. Ребята всячески показывают окружающим, особенно родителям, что они взрослые. Для доказательства

своей взрослости в ход может пойти курение, употребление алкоголя, вступление в половые связи. Несколько рекомендаций, которые облегчат общение родителя с ребенком в подростковом возрасте:

- подросток и сам знает, что выглядит не идеально, он смотрит на себя в зеркало чаще, чем вам кажется. Так что не стоит напоминать ему о новом прыщике на носу и кудрявости на ногах. Принимайте, помогайте, только не старайтесь изменить.
- проявляйте внимательность к ребенку, искренне интересуйтесь его делами. Если он делает то, что вам не нравится, мягко говорите о том, как бы вам хотелось, чтобы он поступал. Делайте это очень дозированно!
- не отодвигайте себя на задний план, у вас тоже есть своя жизнь и свои интересы. Делитесь ими с ребенком, слушайте его советы. Даже если они вам кажутся нелепыми – ваш ребенок считает именно так и это ценно!
- дети к этому возрасту часто уже проинформированы об отношениях полов, только насколько качественна эта информация неизвестно. Поэтому станьте источниками информации по вопросам физиологии и секса для своих детей. Будьте открыты для таких вопросов, если они захотят спросить. Подростки способны уже воспринимать такую информацию адекватно.
- будьте терпимы к перепадам настроения ребенка, не обижайтесь, не злитесь. Помните – сейчас он такой, но это не навсегда!

Подростковый кризис 13-14 лет: как пережить без последствий?
ПСИХОЛОГИЯ РЕБЕНКА НА ЧТЕНИЕ 6 мин. Содержание Что происходит с подростками? Фазы подросткового кризиса Причины кризиса Признаки подросткового кризиса Что делать, если у вашего ребенка наступил кризис подросткового возраста? Что нельзя делать родителям детей-подростков Какими могут быть последствия Кризис подросткового возраста считается одним из самых сложных. Проблемы в этом возрасте могут повлиять на всю дальнейшую жизнь, ведь это то время, когда человек из детства переходит во взрослую жизнь. Моменты взросления, как правило, проходят с эмоциональным напряжением, тяжело и сложно не только для окружающих, но и для самого подростка. Как пережить кризис 13-14 лет максимально безболезненно, вы узнаете, прочитав эту статью. Что происходит с подростками? Первой причиной возникновения подросткового кризиса называют половое созревание. Физиологические изменения в организме влияют на психическое и эмоциональное состояние подростка, является причиной эмоциональных проблем. У молодых людей наблюдается повышенная возбудимость, нервозность, раздраженность, упадок сил. Парень или девушка переживают новые для них впечатления: половое влечение (часто неосознанное), заинтересованность противоположным

полом, сексуальный интерес. Подростки начинают ощущать себя взрослыми и всячески стараются противостоять родителям и педагогам. Часто взрослые наблюдают такую картину: их дети в переходном возрасте как будто намеренно начинают противостоять очерченным рамкам, пытаются раздвинуть их. Дети желают нарушать установленные нормы и правила, что закономерно вызывает конфликт с родителями. В столкновении со взрослыми подростки изучают себя, свои возможности, стараются самоутвердиться и показать, на что они способны. Психологи говорят о том, что кризиса в возрасте 13-14 лет может и не быть, но это чревато серьезными нарушениями в дальнейшем: Молодые люди прочувствуют все прелести кризиса в более позднем возрасте (18-20 лет), и это может повлечь негативные последствия в дальнейшей жизни. Инфантилизм, позиция «взрослого ребенка», который может продлиться долгие годы. Нужно учитывать тот факт, что кризисные симптомы не проявляются постоянно, скорее, это эпизодические моменты, когда подросток желает противостоять взрослым и их правилам. Фазы подросткового кризиса

Кризис 13-14 лет – один из самых серьезных и тяжелых этапов в развитии человека. Психологи выделяют несколько основных фаз кризиса: Предкритическая (негативная), когда у подростка начинают ломаться стереотипы, он осознает, что правила, которые долгие годы выстраивали родители, можно нарушить. Кульминация. Пик приходится, как правило, на возраст 13-14 лет, но эта грань очень условна, поскольку у каждого человека пик может происходить в любом возрасте. Посткритическая. Подросток делает собственные выводы, выстраивает новые отношения, формирует собственные правила. Причины кризиса

Кроме полового созревания, психологи называют еще несколько причин, из-за чего начинается подростковый кризис: Развитие собственного сознания. Ребенок предъявляет повышенные требования к себе и окружающим, но часто они слишком завышены. В этом случае происходит формирование личностных комплексов, поскольку подростки еще не готовы воспринимать всю ответственность за собственные поступки. Из-за этого у детей могут ухудшаться отношения с родителями, сверстниками, педагогами. Контроль со стороны взрослых. 13-летние дети считают себя взрослыми людьми, которые могут принять взвешенные решения, не прибегая к помощи. На самом деле, это удастся не всегда, ведь у подростков еще мало жизненного опыта. Когда со стороны взрослых (родителей, педагогов) поступают какие-либо запреты, подросток их демонстративно нарушает, при этом часто оказывается в смешной, нелепой ситуации. Взрослые хотят детям лучшего, поэтому злятся, что к их мнению не прислушиваются, а подросткам кажется, что их считают детьми. Отсюда противостояние и открытый конфликт. Самоутверждение. Дети в возрасте 13-14 лет хотят доказать всему миру и себе, что они уникальные, неповторимые, талантливые. Часто у подростков

появляются лжеидеалы, на которых они стремятся быть похожими. Когда приходит осознание, что ничего не получается, начинается жесткая самокритика, ощущение своего бессилия, самокритика падает до нуля. Признаки подросткового кризиса У некоторых подростковый кризис проходит незаметно, другие испытывают серьезные проблемы с общением. Психологи выделяют общие признаки наступления кризиса: конфликтность в отношениях; желание побыть в одиночестве; предпочтение виртуальным разговорам; подросток желает общаться с друзьями, убегает из дома, игнорирует родителей; эмоциональная неуравновешенность; перепады настроения; вспыльчивость; желание уединения; агрессия; недовольство собой и окружающими; беспокойство, повышенная тревожность; заниженная самооценка; повышенные требования к собственной личности; ухудшение успеваемости. Главным признаком подросткового кризиса психологи называют негативизм. Дети видят все в негативном ключе: все поддается критике, взрослые их раздражают, окружающий мир окрашен в черные тона. Что делать, если у вашего ребенка наступил кризис подросткового возраста? Несмотря на то, что родители подростков очень переживают за своих детей, никакого определенного лечения не понадобится. Обращаться к специалистам нужно в том случае, когда поведение подростка выходит из-под контроля, что может повлиять на развитие его личности в дальнейшей жизни. Советы психологов родителям детей-подростков: Старайтесь находить компромиссы. Больше общайтесь с детьми, чтобы понять, как и чем они живут. Ищите общие интересы, ведь вам наверняка есть, о чем поговорить за чашкой чая. Старайтесь придерживаться общих семейных правил, например, ужинать всем вместе за большим столом. Родителям важно придерживаться этих правил, иначе подросток быстро поймет, что можно из нарушать. Обсуждайте все важные семейные дела вместе с детьми. Интересуйтесь их мнением, прислушивайтесь к нему, чтобы подростки осознали, что их слово что-то значит. Не срывайтесь, разговаривайте спокойно, наберитесь терпения. Старайтесь заинтересоваться увлечениями своего сына/дочери. Допустим, сын увлекается тяжелым роком. Послушайте с ним вместе концерт любимого исполнителя, не критикуйте, не высказывайтесь негативно. Уважайте интересы своего ребенка! Хвалите за каждое достижение, говорите, что гордитесь успехами сына/дочери. Несмотря ни на что, ребенку в любом возрасте важно услышать слова похвалы именно от родителей. Проводите с подростком больше времени. Забудьте о домашних делах, прогуляйтесь по магазинам, посидите в кафе вместе, обсудите новости, поговорите по душам. Детям очень важно ощущать эмоциональную и физическую близость родителей, поэтому не жалеите времени на то, чтобы немножко побыть вместе. Постарайтесь остаться авторитетом для своего ребенка, при этом сохраняйте дружеские

отношения. В подростковом возрасте так важно, чтобы родители понимали и принимали позицию детей. Чаще интересуйтесь делами детей у педагогов и школьных психологов. Что нельзя делать родителям детей-подростков конфликтовать с детьми; навязывать свое мнение; говорить в таком тоне: «Ты еще не вырос, чтобы меня учить», «Слушай нас, мы – взрослые, а ты еще ребенок», «Ты ничего не понимаешь», и т.д.; потакать всем капризам своих детей; повышать голос, устраивать истерики, применять физические наказания; критиковать, унижать; не уделять время ребенку, ссылаясь на занятость; закрывать дома, отключать интернет, чтобы дочь или сын не общались с друзьями; влезать в личное пространство ребенка (читать его переписку, дневник, постоянно проверять телефон, социальные сети и т.д.). Для безопасности вашего ребенка! Детские смарт-часы Philips W200: Родительский контроль Приложение для родителей: чат, местоположение ребенка и др. Долгое время работы без подзарядки Узнать больше... SlickJump® Какими могут быть последствия Подростки, которым не была оказана помощь, если они в ней нуждались, во взрослой жизни могут испытывать массу проблем: частые эмоциональные срывы; неврозы; психологические расстройства; замкнутость, закрытость; суицидальные наклонности; влечение к запрещенным препаратам. Родители должны сделать все возможное, чтобы их ребенок пережил подростковый кризис с минимальными потерями. Преодолеть кризисные моменты будет значительно проще, если с раннего детства родители будут придерживаться правильного воспитания. К 13-14 годам ребенок будет знать основные правила, научиться придерживаться их и разовьет коммуникативные способности. Эмоциональных вспышек, к сожалению, не избежать, но они будут проходить значительно легче, если заранее установить четкие правила и построить дружеские отношения со своими детьми.

Источник: <https://detki.guru/psihologiya-rebenka/podrostkovyy-krizis-13-14-let.html>