

Родительское собрание на тему "Подростковый возраст: особенности, кризисные состояния и пути их преодоления"

Уважаемые родители! Сегодня наша встреча посвящена особенностям кризисного поведения у детей и тем трудностям, с которыми вы сталкиваетесь или можете столкнуться при каждодневном общении с вашими детьми.

Одной из кризисной ситуацией является продолжение обучения ребенка в различных общеобразовательных учреждениях. У ребенка есть определенные обязанности, формируется ориентация на «взрослую жизнь». Одновременно ребенок все более входит в общую жизнь общества.

В подростковом возрасте меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно - обесценивается, то, что было интересно и увлекательно – перестает быть таковым. Учебные интересы отходят на второй план.

На формирование личности в подростковый период оказывает существенное влияние процесс полового созревания.. Он меняется настолько, что этот период называют «гормональной бурей или эндокринным штормом».

У молодых людей отмечается бурный физический рост организма, который выражается в изменении роста и веса, сопровождающийся изменением пропорций тела. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими.]

В данный период происходит бурное развитие эмоций и способов эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье.

Так как развитие идет быстро, то для подростка характерна личностная нестабильность. Противоположные черты, стремления, вынуждены сосуществовать и противостоять друг другу, определяя противоречивость характера и поведения подростка.

Для подросткового возраста характерна резкая смена настроений и переживаний, повышенная возбудимость, импульсивность. В этом возрасте у детей наблюдается наличие «подросткового комплекса», который демонстрирует перепады настроения подростков — порой от безудержного веселья к унынию и обратно. Причем, следует отметить, что видимых, значимых причин для резкой смены настроений в подростковом возрасте может и не быть

Самооценка подростка в этот период крайне неустойчива: он склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам.

Из-за неустойчивой самооценки в поведении подростков может возникнуть много немотивированных поступков.

Огромное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками, которое становится острой потребностью подростка и связано с его многими переживаниями. Общение с товарищами — источник не только появления новых интересов, но и становления норм поведения. Это связано с тем, что среди подростков возникают определенные требования к дружеским отношениям — к чуткости, отзывчивости, умению хранить тайну, понимать и сопереживать.

Для подростка характерен рост социально ценных побуждений и переживаний, таких, как сочувствие чужому горю, способность к бескорыстному самопожертвованию и т. д.

Общение с взрослыми зачастую складывается совсем не так, как хотелось бы взрослому человеку. Со стороны подростка существует потребность в неформальном общении с родителями, не меньше, чем со сверстниками. Но очень часто эта потребность со стороны ребенка игнорируется. А неудовлетворенность в общении может стать причиной формирования целого ряда негативных тенденций в поведении подростков, вплоть до развития у них делинквентного поведения.

Нужно сказать, что глубокие психологические проблемы, возникающие в подростковом возрасте, могут стать причиной различных форм отклоняющегося поведения, личностных нарушений, превратиться в экстремальную ситуацию.

Существуют различные формы кризисов в подростковый период.

- 1. Нарушение полового развития.** Подростки озабочены вопросами о нормальности своего сексуального развития, нет ли ненормальных наклонностей, есть ли к нему интерес противоположного пола, уже пора вести половую жизнь или еще рано, достаточно ли развиты половые органы и т.д. Все

эти переживания обычно выражаются в страхе несоответствия своего сексуального развития возрастной норме.

2. **Кризис идентичности.** В центре внимания находятся вопросы: «Какой я? Каким я хочу быть? Как меня воспринимают другие? и т.д.». Ребенок уже перестал быть ребенком, но и взрослым он еще не является, биологические возможности находятся на уровне взрослого человека, а социальные – на прежнем. В это время могут возникнуть семейные конфликты.
3. **Кризис авторитетов.** В период взросления у подростков очень распространены реакции протеста всему, с чем он сталкивается на своем пути: авторитету взрослых, существующим нормам и правилам. Одной из форм отказа от этой вечной борьбы может быть избегание его посредством: наркотической зависимости, вступление в те или иные молодежные течения

Подростки продолжают составлять наиболее криминально активную часть населения страны. Под *асоциальным поведением*, однако, понимается не только преступное поведение, но и самые различные социальные отклонения. К ним относятся: употребление алкоголя, наркотиков, курение, бродяжничество, самоубийство. Мотивы злоупотребления теми или иными химическими веществами могут быть совершенно разные: это и средство включения в значимую для подростка группу, и представление о данных веществах как о символах взрослости, и как реакция на чувство тревоги и одиночество. Кроме того, употребление, например, алкоголя – помогает избавиться от чувства неуверенности в себе, стеснительности, а может выступать как протест против родителей и общества в целом. Курение же – это, прежде всего, создание имиджа взрослого, независимого, сексуального, общительного человека. А учитывая, что в этом возрасте реакция эмансипации очень сильная, то становится понятным такое поведение подростков. Поиск новых, необычных ощущений и переживаний, стремление к психическим экспериментам часто являются мотивами подростковой наркомании

4. **Переживания отчуждения.** Время от времени подросток может терять ощущение реальности. В эти моменты он

воспринимает себя и окружающий мир несколько по-другому, не так как всегда.

5. **Нарциссические кризисы.** Представляют собой излишнюю, чрезмерную концентрацию подростка на собственной личности (эгоцентризм). Это может выражаться в переоценке своих возможностей, качеств, способностей, эмоциональной холодности к близким, необоснованные требования к окружающим. Но это состояние может колебаться – от эгоцентризма к чувству собственной неполноценности [2].

Итак, теперь нам становится понятно, что быть подростком очень тяжело. Но одним из основных факторов, формирующих личность подростка – является семья. При этом состав семьи — полная, неполная значения не имеет, гораздо важнее сама семейная атмосфера, нравственная составляющая её членов и характер взаимоотношений между ними. К сожалению, сейчас растет количество неблагополучных семей, в которых существует полная безнадзорность, бесконтрольность поведения со стороны родителей, безразличие к судьбе подростка, откуда и появляются дети с отклонениями в поведении. Но даже в благополучных, на первый взгляд, семьях существуют проблемы психологического характера, которые могут привести к сильнейшему кризису подросткового возраста.

Существует несколько типов дисгармоничных отношений в семье

1. **«Гиперопека»** — завышенные требования, резкий, не допускающий возражений тон, стремление решать все за ребенка. Такая модель поведения формирует неуверенность и нерешительность.
2. **«Гипоопека»** — безразличие к ребенку, отсутствие заботы о ребенке и заинтересованности в его делах, поддержки и взаимопомощи. Это придает излишнюю возбужденность, жестокость или, наоборот заторможенность.
3. **«Тиран и кумир семьи»** - преклонение перед ребенком, его захваливание, постоянный акцент на его исключительности и одаренности. Это порождает истерический тип характера, особенностями которого являются такие черты, как желание во чтобы то ни стало, обратить на себя внимание и неприятие реального взгляда на себя и других.

4. «*Золушка*» - пренебрежительное отношение к ребенку, подавление его инициативы, постоянное подчеркивание его недостатков. Это провоцирует возникновение робости, неуверенности в себе [3].

«Проблемные», «трудные», «непослушные», «с комплексами», «забитые», «несчастные» - всегда результат нарушенных внутрисемейных взаимоотношений и, как следствие, неудовлетворенных потребностей ребенка.

. Проблемы ребенка в момент переходного периода всегда являются зеркальным отражением того, что происходит в его семье, с какими трудностями сталкивается его окружение. Все это накладывает неизгладимое впечатление на ребенка. Чтобы успешно преодолевать все трудности переходного возраста – родителям и подросткам нужно четко представлять, как это делать. То, что эти проблемы можно решить быстро и без труда – является мифом. В этот момент особенно родителям необходимо набраться терпения и желания работать над собой, над внутрисемейными отношениями, разговаривать с ребенком и самое главное – любить его. Как показывает мировая практика – даже самые сложные проблемы возможно разрешить, если создать благоприятную семейную атмосферу.

Рекомендации родителям, как справиться с подростковым кризисом.

1. Необходимо внимательно относиться к возрастному развитию своего ребенка.
2. Отнеситесь серьезно к индивидуальным темпам развития вашего ребенка
3. Выслушайте все декларации вашего подростка, какими бы глупыми и незрелыми они вам не казались. Обсудите и проанализируйте вместе с сыном (или дочкой) каждый пункт. Добейтесь того, чтобы вы одинаково понимали, что именно значит, например, такая фраза, как: «Я все могу решать сам!». Что именно за ней стоит? Я могу сам решать, какую куртку мне надеть на прогулку? Или я могу сам решать, ночевать ли мне дома?
4. Прекрасно, если вы сами и вовремя перережете «связь-резинку». Как можно раньше дайте нашему подростку столько

самостоятельности, сколько он может съесть. Утомительно и занудно советуйтесь с ним по каждому пустяку («Как ты думаешь, какие лучше обои купить? Подешевле и похуже или получше, но подороже?», «А огурцы, какие будем в этом году сажать? Как в прошлом году или попробуем новый сорт?»). Беззастенчиво впутывайте его в свои проблемы и проблемы семьи («Сегодня мой начальник опять ругался, что клиенты жалуются... А что я могу сделать, если половина из них явно нуждается в помощи психиатра! Как бы ты на моем месте поступила?», «Опять у бабушки почка болит. Что будем делать? Вызвать врача или опять те таблетки купить, что в прошлый раз помогли?»). Пусть подросток поймет, что вы не на словах, а на деле, видите в нем равного вам члена семьи.

5. Обязательно сами делайте то, чего вы хотите добиться от своего сына (или дочки). Звоните домой, если где-то задерживаетесь. Рассказывайте не только о том, куда и с кем вы ходите, но и о содержании вашего времяпрепровождения. Давайте развернутые и по возможности многоплановые характеристики своим друзьям и знакомым. Это позволит вам больше узнать о друзьях вашего сына (или дочки). Чаще приглашайте к себе гостей. Если у вас, родителей, «открытый дом», вы, скорее всего, будете видеть тех, с кем проводит время ваше чадо. И вовремя сможете принять меры, если что-то пойдет наперекосяк. Рассказывайте о своих чувствах и переживаниях. Возможно, иногда что-то расскажет и ваш ребенок. Делитесь с подростком своими проблемами. Не стесняйтесь попросить у него совета. Вопреки распространенному мнению, иногда подростки очень чувствительны и тактичны в оценке и коррекции именно чужих ситуаций. Кроме того, в этом случае существенно повышается вероятность того, что и со своей проблемой чадо пойдет именно к вам, а не в ближайший подвал.
6. Постарайтесь обнаружить и исправить те ошибки в воспитании, которые вы допускали на предыдущих этапах. Если вы, конечно, не сделали этого раньше. Относительно «обнаружить» проблем обычно не бывает. Потому что именно в подростковом возрасте все допущенные ранее ошибки лезут наружу и зацветают пышным цветом

