Родительское собрание № 1 «Возрастные особенности старшего подросткового возраста»

**Цель:** сгладить острые углы во взаимоотношениях родителей и детей-подростков.

**Задачи: -** познакомить родителей с особенностями подросткового периода;

**Ход собрания**

I. Вступительное слово учителя

 Уважаемые папы и мамы! Ваши дети вступили в один из самых интересных, бурных и сложных этапов своей жизни - отрочество. Сегодня мы поразмышляем о некоторых психологических особенностях подросткового возраста и подготовим себя к новым задачам в воспи­тании наших детей. Основная из них - перевод подростков в систему норм и требований для взрослых. Развитие подростка - это начало поиска себя, своего уникального «Я». Это путь становления индиви­дуальности. В психологии этот период времени называют периодом «брожения психики», он почти всегда бывает болезненным. Это время обострения проблем, когда часто возникает взаимонепонимание де­тей и взрослых. Чтобы его избежать, мы должны хорошо представлять, что происходит с нашими детьми и как найти с ними общий язык.

 II. Родительский всеобуч «Психофизическое развитие подростков»

Переходный возраст приводит к временной дестабилизации за­щитных сил организма, что снижает сопротивляемость к вредным воздействиям. Могут отмечаться и функциональные отклонения со стороны сердечнососудистой и нервной систем: повышение арте­риального давления, нарушение ритма сердечной деятельности.

 К сожалению, в настоящее время некоторые увлечения подро­стков становятся вредными для их возраста: долгое времяпровожде­ние за экранами компьютера или игровых автоматов может привести к психической депрессии подростка. Именно в их среде возникают основные проблемы, связанные с азартными играми, противоправным поведением, ранней алкоголизацией, токсикоманией, наркоманией, бродяжничеством.

Потеряв прежние интересы и не обретя новых, подросток вре­менно утрачивает связи со средой, с окружающими его людьми и может ощущать себя очень одиноким.

Переходный период требует повышенной затраты ресурсов организма. В сочетании со сменой интересов это может привести к снижению учебной успеваемости. Если игнорировать этот факт и усилить воспитательный нажим на школьника, то можно получить обратный результат плюс ухудшение поведения. Психологи отмечают, что у подростков появляется повышенная утомляемость во второй половине дня. В это время происходит большинство случаев непо­виновения старшим, нарушения учебной дисциплины, пререканий с учителями, проявлений своеволия и упрямства.

 Подросткам свойственна эмоциональная неустойчивость, не­ожиданные переходы от радужных надежд к унынию и пессимизму. Придирчивое отношение к родным сочетается с острым недовольст­вом собой. Подросток требует, чтобы все - и взрослые, и сверстники - к нему относились не как к маленькому, а как к взрослому; они стремятся к своей независимости, праву поступать по-своему.

Половое развитие властно заявляет о себе и накладывает отпе­чаток на поведение подростка. Появляется интерес к противопо­ложному полу, повышается внимание к своей внешности.

Главным стержнем подростковых переживаний является поиск смысла жизни. Нелегко ему на нравственном перепутье найти пра­вильную, разумную дорогу. Подросток нуждается в нравственном авторитете, который ответил бы на все его сомнения. Найдись неже­лательный авторитет, поразивший подростка своим «знанием жизни», своей уверенностью, а порой и мнимой щедростью, криминальной псевдоромантикой, и он пойдет по дороге, ведущей к преступле­нию.

III. Практические рекомендации

Памятка для родителей

1. Старайтесь говорить со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы.

2. Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.

3. Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.

 4. Будьте открыты для общения с ребенком. Даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать об этом.

5. Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.

6. Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.

7. В период полового созревания мальчикам важно получать под­держку и одобрение со стороны мам, а девочкам - со стороны пап.

8. Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою лю­бовь.

9. Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайте внимание на любые изменения в поведении своего ребенка.

10. Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными сред­ствами, если он в этом нуждается.

11. В самостоятельности ребенка не следует видеть угрозу ли­шиться его. Помните, что ребенку нужна не столько самостоятель­ность, сколько право на нее.

12. Хотите, чтобы ребенок сделал то, что вам нужно, сделайте так, чтобы он сам захотел этого.

13. Не перегружайте ребенка опекой и контролем.

**Тест «Готовы ли вы к переходному возрасту ребенка?»**

1. На ваш взгляд, самая большая проблема переходного возраста заключается в том, что ребенок...

а) перестает прислушиваться к мнению родителей;

6) может попасть в плохую компанию;

в) начинает осознавать себя как самостоятельную личность.

2. Вспоминая свое детство, вы обычно рассказываете ребенку...

а) о том, что вы хорошо учились;

б) о похожих проблемах и способах их решения;

в) забавные случаи.

3. Сколько времени в день вы проводите с ребенком, беседуя о его делах?

а) не больше часа;

б) около 2 часов;

в) больше 2 часов.

 4. Учитель жалуется на поведение ребенка, в то время как сын или дочка сами утверждают, что виновником происшествия является их одноклассник. Ваши действия

а) отругаете ребенка, потому что учитель не станет жаловаться беспри­чинно;

б) встанете на сторону сына или дочери и будете обвинять одноклассни­ка;

в) дома подробно расспросите ребенка и объясните ему, почему учитель счел его виноватым.

 5. Каких проблем подросткового возраста вы боитесь больше всего?

а) отчуждения;

б) употребления алкоголя и наркотиков;

в) ранних половых контактов.

6. В каком возрасте нужно начинать беседовать с ребенком о сексе?

а) с 12 лет;

б) с 14 лет;

в) когда он сам начнет задавать вопросы.

7. Ребенок признался, что девочка (мальчик), которая(-ый) ему нравится, не отвечает взаимностью. Что вы ему скажете?

а) предложите немного изменить внешность, вести себя более открыто и дружелюбно;

б) успокоите, что в его жизни еще будет много других девочек (мальчи­ков), в сто раз лучше;

в) постараетесь отвлечь ребенка от печальных мыслей и пережива­ний.

8. Ребенок наотрез отказывается заниматься в кружке, который раньше посещал с удовольствием. Ваши действия?

а) предложите ему выбрать другое занятие;

б) постараетесь убедить продолжить занятие, чтобы довести начатое дело до конца;

 в) упрекнете его в лени и нежелании развивать свои способности.

 9. Подросток просит вас отпустить его с друзьями в клуб, на дис­котеку. Ваша реакция...

а) придумаете благовидный предлог, из-за которого ребенку придется отложить встречу с друзьями;

б) поговорите с ним об опасных соблазнах, которые таят в себе клубы, и запретите посещать подобные места до 18 лет;

в) отпустите при условии, что ребенок будет «выходить на связь» в ус­ловленное время.

10. Подросток считает себя непривлекательным из-за угрей. Как его можно успокоить?

а) обратить внимание на его выразительные глаза и красивую форму носа;

б) сказать, что это временное явление, и у всех подростков бывают пры­щи;

в) собрать информацию о существующих косметических средствах борь­бы с угрями и пообещать купить их.

11. Вы обнаружили, что от куртки ребенка пахнет табаком. Что вы предпримете?

а) будете искать сигареты в карманах его куртки;

б) строго спросите, не начал ли ребенок курить;

в) заведете разговор о том, что многие подростки рано начинают курить, и как бы невзначай спросите, нет ли таких среди его друзей, и как он сам относится к курению.

12. Вы увидели личный дневник, в котором ребенок описывает свой сексуальный опыт...

а) признаетесь, что читали дневник, и выскажете свое беспокойство;

б) при случае заведете разговор о контрацепции;

в) вызовете ребенка на откровенный разговор, чтобы детально разо­браться в ситуации.

13. Если вам не нравится кто-то из друзей ребенка, вы обычно...

а) просите его меньше общаться с этим другом;

б) не разрешаете приглашать друга к вам домой;

в) откровенно высказываете свое мнение о нем.

14. Что вы скажете ребенку, если услышите, как он грубит бабушке?

а) «Как ты разговариваешь с бабушкой?!»;

б) «Что у вас произошло?»;

в) «Пожалуйста, не обижай бабушку!».

15. Ребенок увлекся музыкальной группой, творчество которой вам не нравится. Вы..'.

а) постараетесь понять, что именно привлекает ребенка в музыке лю­бимого коллектива;

б) предложите послушать записи других современных и классических исполнителей;

в) подвергнете критике тексты песен и аранжировку, чтобы ребенок осознал свое заблуждение.

Ключ к тесту

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| а | 5 | 5 | 5 | 5 | 1 | 5 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 5 | 3 | 5 | 1 |
| б | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 1 | 3 |
| в | 1 | 3 | 1 | 1 | 5 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 5 |

Анализ результатов теста

16-35 баллов - готовность номер один. Ваш ребенок не страдает от недостатка внимания и знает, что родители всегда будут на его стороне и в любой момент придут на помощь. Ежедневный родительский труд дает вам основание для уверенности в том, что все «вложенное» в ребенка не позволит ему совершить непоправимых ошибок. Тем не менее не стоит забывать прин­цип: «Доверяй, но проверяй!». Каким бы самостоятельным ни казался ребенок, все-таки он еще не совсем взрослый. Контролировать местонахождение, успеваемость и круг общения можно косвенно и ненавязчиво, например, через общих знакомых или родителей друзей подростка. Не стоит поощрять излишнюю фамильярность в общении и стараться быть для ребенка «своим в доску». Для гармоничного развития ребенку нужно ощущать твердые жиз­ненные принципы родителей, их спокойствие и уверенность.

36-55 баллов - у страха глаза велики. Вы чересчур восприимчивы к трудностям переходного возраста. Вас пугают газетные статьи о подрост­ковой преступности, наркомании и СПИДе. Диковатая подростковая мода, современная музыка, употребление жаргона - все это вызывает в вас внут­ренний протест, который может заставить сына или дочь «закрыться». В ваших отношениях с ребенком не хватает непринужденности. Если ежедневно не давать возможности проявлять самостоятельность, как он научится ответ­ственности? Гиперопека и нравоучительные беседы никогда не оправдывают возлагаемых на них надежд. Лучше просто время от времени болтать с ре­бенком о фильмах и музыке, о каких-то незначительных событиях, исподволь расспрашивая его о друзьях, взглядах на жизнь, и ненавязчиво высказывать свое мнение. Подросток обязательно примет все это к сведению.

56-75 баллов - без диктатуры. Вам необходимо пересмотреть свои отношения с ребенком, чтобы уберечь и его, и себя от серьезных конфлик­тов. Основная проблема состоит в излишней требовательности, нежелании принимать систему ценностей подростка и мириться с изменениями в его характере. Жесткий контроль, постоянные запреты, отсутствие личного про­странства заставляют ребенка протестовать и отстаивать свою свободу, часто проявляя грубость и даже жестокость. Не имея возможности приглашать друзей к себе домой, ребенок все свободное время пропадает на улице или «висит на телефоне». В такой ситуации необходимо подумать, что вы можете предложить ему вместо подобных развлечений. Например, можно записать ребенка в туристический клуб, если он испытывает тягу к приключениям, или в танцевальную студию, если он целыми днями слушает рэп.