**Выступление на родительском собрании.**

**Тема: «Подростковый возраст»**

Добрый день, уважаемые родители!

Наши дети взрослеют, становятся умнее, и нам с вами хотелось бы, чтобы проблем в общении, во взаимодействии с ними становилось меньше, но так не происходит. Почему? Сегодня мы попытаемся вместе найти причины появления различных проблем в поведении учащихся.

Подростковый возраст связан с перестройкой организма ребенка, то есть с некоторыми физиологическими изменениями. Одни дети вступают в подростковый возраст раньше, другие – позже, подростковый кризис может возникнуть и в 11, и в 13 лет. Начинаясь с кризиса, весь период обычно протекает трудно и для ребенка, и для близких ему взрослых. Поэтому подростковый возраст иногда называют затянувшимся кризисом. Этот возраст действительно резко отличается от прочих этапов жизни ребенка. Говоря о подростках, можно рассматривать самые разные проблемы: общение со сверстниками, осознание себя и своего жизненного пути, интересы и увлечения подростков. Сегодня мы поговорим о психологических особенностях этого возраста и о том, как на эти особенности можно опираться при построении контакта с ребенком.

Так как подростковый возраст характеризуется физическим созреванием и психическим взрослением, это может выражается в следующих **чертах характера**:

* повышенная чувственность;
* плаксивость (особенно у девочек);
* противоречивость в мыслях и поступках;
* бунтарский дух поведения.

Далее, я перечислю характерные **черты личности** подростка:

* эмоциональная неустойчивость;
* застенчивость;
* агрессивность;
* юношеский максимализм;
* отсутствие чувства адекватной реальности;
* повышенная тревожность;
* стремление к самостоятельности, не подкреплённое соответствующими физическими и психологическими способностями.

Так мы переходим к **особенностям личности ребенка** в подростковый период, на которые необходимо обратить внимание:

1. **Чувство взрослости.** Ребенок претендует на равноправие в отношениях со взрослыми и идет на конфликты, отстаивая свою позицию. Подросток желает оградить какие-то стороны своей жизни от вмешательства родителей. Кроме того, у него проявляются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения. Поскольку в подростковом возрасте все нестабильно, взгляды могут измениться через пару недель, но защищать противоположную точку зрения ребенок будет так же, как предыдущую.
2. **Самостоятельность** выражается в стремлении к независимости от взрослых, освобождению от их опеки, контроля и в разнообразных увлечениях - неучебных занятиях. Ребенок сам выбирает себе занятия по душе, тем самым удовлетворяя и потребность в самостоятельности, и познавательную потребность.
3. **Эмоциональное общение со сверстниками**. Близкий друг для подростка, обычно его ровесник, - это своеобразный психотерапевт, который умеет выслушать и посочувствовать, понимающий и принимающий его переживания, помогающий преодолеть неуверенность в своих силах, поверить в себя. В дружеских отношениях подростки крайне избира­тельны. Но сам круг общения не ограничивается близкими друзьями. У детей в это время появляется много знакомых и, что еще более важно, образуются неформальные группы или компании.
4. **Отношения со взрос­лыми**, прежде всего с родителями (этого раздела мы коснемся более подробно). Влияние родителей уже ограничено - им не охватываются все сферы жизни ребенка. Взгляды подростка на жизнь в первую оче­редь зависят от позиции родителей. В то же время, нуждаясь в родителях, в их любви и заботе, в их мнении, подростки испытывают сильное желание быть самостоятельными, равными с ними в правах. То, как сложатся отношения в этот трудный для обеих сторон период, зависит от стиля воспитания, сложивше­гося в семье, и возможностей родителей перестроиться - принять чувство взрослости своего ребенка.

Основные сложности в общении, конфликты возникают из-за родительского контроля за поведением, учебой подростка, его выбором друзей и т. д. Наиболее благоприятный стиль семейного вос­питания - демократичный, когда родители не ущемляют права ребенка, но одновременно требуют выполнения обязанностей, а контроль основан на теплых чувствах и разумной заботе.

Гиперопека, как и вседозволенность, равнодушие или диктат препятст­вуют успешному развитию личности подростка.

Когда ребенок достигает подросткового возраста, можно разделить все предъявляемые к нему требования на три условные группы:

1. **Требования, выполнение которых не обсуждается.** Это те требования, которые имеют непосредственное отношение к обеспечению безопасности: возвращаться домой к определенному времени, звонить, если задерживаешься, а также некоторые требования, касающиеся обязанностей ребенка по дому и в школе.
2. **Требования, выполнения которых родители должны обсуждать с подростком.** Например, сколько времени проводить за компьютером или как планировать свободное время.
3. К этой группе относится то, что ребенок решает **самостоятельно**, но вы готовы оказать ему помощь поддержкой или советом, если потребуется.

Постепенно некоторые требования могут переходить из одной группы в другую: скажем, когда вы уверенны в том, что ваш ребенок способен самостоятельно планировать выполнение уроков, контроль можно передать ему.

Если родители подростка непостоянны в своих реакциях на его поведение и учение: то хвалят и жалеют, то, наоборот, ругают и сурово наказывают, не обращая на него внимания, ребенок становится тревожным, озлобленным – он не знает, что делать!

Если подростку кажется, что с ним считаются, его мнение имеет значение для взрослых, это, с одной стороны, помогает поддерживать его самооценку, а с другой – облегчает контакт с ним [2].

Психическая организация подростка очень нестабильна, причем на всех уровнях: эмоций, чувств, интеллекта. Это и крайняя неустойчивость самооценки; и снижение настроения, тревожность, легко возникающие страхи. Подростки часто бывают ранимыми и в то же время грубыми, тонко переживающими и одновременно несдержанными. Такая нестабильность чувств, если на это не обращать внимание, может привести к очень серьезным последствиям. Даже к суициду. Всё чаще средства массовой информации извещают нас о суицидальном поведении именно детей. В последнее время **в нашей стране**, участились случаи суицида среди подростков. Согласно статистике самоубийств несовершеннолетних, **ежегодно погибают около 2800 детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет.**

В Белгородской области отмечается рост количества суицидов среди подростков: с четырех случаев в 2010 году до семи - в 2011.

Подростковый возраст - опасный.

Начиная примерно с одиннадцати лет, попытки самоубийства становятся более частыми. Несмотря на то, что само по себе это явление редкое, суицидальное поведение подростков заслуживает особого внимания. Поэтому часть своего выступления я посвящу рассмотрению этой проблемы.

Я кратко коснусь причин суицида среди подростков:

1. **Потери (**Разрыв романтических отношении; Смерть любимого человека; Смерть домашнего животного; Потеря работы; Потеря авторитета среди сверстников; Развод родителей и т.д.)
2. **Давления (**Давление в школе (Стремление к высоким оценкам; одновременное выполнение нескольких важных заданий; сверхактивное участие в общественной жизни; требования участвовать в спортивной жизни школы; прилежание.); Давление со стороны сверстников (Стремление быть принятым; нравы группы; сходство в манере одеваться; наркотики; алкоголь; побуждение к сексу; музыкальные пристрастия.); Давление родителей (Успех; деньги; выбор учебного учреждения; хорошие друзья; подобающее образование; конфликт между потребностью в контроле и желанием быть независимым; разногласия между родителями; устройство на работу; одежда; музыка; родители, которые хотят быть "друзьями"; скорее проповеди, чем примеры.))
3. **Низкая самооценка (**Физическая непривлекательность; Второсортность (остаться в стороне какого то события); Одежда (манера одеваться); Физическое бессилие; Неуспешность в учебе)
4. **Недостаток общения**
5. **Бесперспективность и безнадежность**

**Существуют следующие признаки предсуицидального поведения**

* утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
* пренебрежение собственным видом, неряшливость;
* появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
* резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;
* внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
* плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
* склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
* проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
* безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их;
* стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за все, что было;
* самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
* шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

Если вы заметили у ребенка суицидальные наклонности, постарайтесь поговорить с ним по душам. Не стоит задавать вопрос о суициде внезапно, если человек сам не затрагивает эту тему. Можно попытаться выяснить, что его волнует, не чувствует ли он себя одиноким, несчастным, загнанным в ловушку, никому не нужным или должником, кто его друзья и чем он увлечен.

Сейчас я приведу примеры некоторых высказываний, которые могут обозначать, что Ваш ребенок находится в сложной ситуации и дам некоторые рекомендации Вашей реакции на них:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Если Вы слышите** | **Обязательно скажите** | **Запрещено говорить** |
| «Ненавижу всех…» | «Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом» | «Когда я был в твоем возрасте…да ты просто несешь чушь!» |
| «Все безнадежно и бессмысленно» | «Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить» | «Подумай о тех, кому хуже, чем тебе» |
| «Всем было бы лучше без меня!» | «Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом» | «Не говори глупостей. Поговорим о другом.» |
| «Вы не понимаете меня!» | «Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять» | «Где уж мне тебя понять!» |
| «Я совершил ужасный поступок» | «Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом» | «И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!» |
| «У меня никогда ничего не получается» | «Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить» | «Не получается – значит, не старался!» |

И в заключении я дам некоторые советы по взаимодействию с ребенком, который находится на таком сложном возрастном этапе, как подростковый возраст:

**“Памятка для родителей”**

1. Умейте слушать своего ребенка всегда и везде, отдаваясь этому слушанию целиком и полностью. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного.
3. Умейте говорить с ребенком так, как если бы вам хотелось, чтобы говорили с вами, проявляя мягкость, уважительность.
4. Наказывайте, не унижая, а сохраняя достоинство ребенка, вселяя надежду на исправление.
5. Признавайте свои ошибки, просите прощения за неправильные действия и поступки, будьте справедливым в оценке себя и других.

**Подведение итогов.**

Период, когда ребенок становится подростком, сложен не только для него, но и для взрослых, которые с ним взаимодействуют. Неудивительно, что у нас тоже могут возникать те или иные трудности во взаимодействии с ним. Сегодня мы с вами рассмотрели некоторые пути установления контакта с подростками, но в зависимости от индивидуальных особенностей у детей могут возникать различные трудности при прохождении подросткового возраста. А это можно обсудить в рамках индивидуальной беседы.

**Используемая литература.**

Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: ТЦ “Сфера”, 2001.- 464с.

Обухова Л.Ф. Возрастная психология. Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России. – 1999. – 442с.

Педагог-психолог МОУ «Веселолопанская СОШ»: Тесленко Светлана Борисовна