**Тема:** «Особенности подросткового возраста у детей»

**Учитель:** Порошина Нина Евгеньевна

**Дата:** 18.10.2010.

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

**Ход собрания**

***I. Вступительное слово***

 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.