Кузнецова Ольга Петровна

Санкт-Петербург

ГБУ ДО ЦППС Кировского района

 Санкт-Петербурга

 методист, социальный педагог

**«Переходный возраст. Особенности контакта с подростками»**

Уважаемые педагоги и родители! Сегодня наш разговор будет посвящен особенностям подросткового возраста и тем трудностям, с которыми мы сталкиваемся (или можете столкнуться) при каждодневном общении с детьми. Каждый возраст человека  представляет собой особый период развития, который характеризуется изменениями в психическом развитии и появлением новых свойств личности. Наиболее сложным периодом в онтогенезе человека  является подростковый возраст. Каждый возраст требует к себе особого отношения – подростковый, более других.

 Одной из главных характеристик возраста является продолжение обучения ребенка в различных общеобразовательных учреждениях. У подростка появляются новые обязанности, формируется ориентация на «взрослую жизнь». Одновременно ребенок все более входит в общую жизнь общества. В этом возрасте продолжают свое развитие познавательные процессы**-**существенные изменения наблюдаются именно в интеллектуальной сфере и достигают такого уровня, что возможно выполнение всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные.

В этот период происходит формирование навыков мышления, развивается логическая память, творческие способности подростка и формируется индивидуальный стиль деятельности. В данном 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.

. Подросток переживает первую любовь. 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. Все это приводит к некоторой непропорциональности тела, подростковой угловатости. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими.

В подростковый период в связи с быстрым развитием организма возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. Поэтому для детей этого возраста характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса. А такие перепады вызывают быструю смену физического состояния. При этом ребенок может длительное время переносить физические нагрузки, связанные с его увлечениями (например, играть в футбол), и одновременно с этим в относительно спокойный период времени «падать от усталости». Особенно часто это проявляется в отношении интеллектуальных нагрузок. 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. 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.

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*. .*Общение с взрослыми зачастую складывается совсем не так, как хотелось бы взрослеющему 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. 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.

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 различных зависимостей, 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, и т.д. 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, общительного человека. А учитывая, что в этом возрасте реакция эмансипации очень сильная, то становится понятным такое поведение подростков.

4. Нарциссические кризисы. Представляют собой излишнюю, концентрацию подростка на собственной личности (эгоцентризм). Это может выражаться в переоценке своих возможностей, качеств, способностей, эмоциональной холодности к близким, неоправданные требования к окружающим. «Проблемные», «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. 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.Так или иначе, проблема отношений родителей и детей существовала всегда, она сложная и парадоксальная в том, что родители не замечают проблемы. Учителю ничуть не проще справиться с проблемой подростков, как и их родителям. Если ведущими мотивами общения младших подростков является желание приобрести поддержку, одобрение учителя за обучение, поведение и школьную работу (по традициям младшего школьного возраста), то старшие подростки ожидают личностного общения на равных, признание учителем их взросления. Несмотря на внешнюю, демонстративную ненужность мнения педагога для подростка, последний очень чувствителен к несправедливости, недоверию учителя. Оптимальным стилем взаимодействия учителя с подростками является демократический, сочетающий в себе поощрение подростков к самостоятельности, ответственности и коллегиальности и постоянный, требовательный контроль, справедливую оценку результатов учения школьников. Если педагоги замечают процессы взросления учащихся основной школы, признают их, организуют учебную и воспитательную деятельность так, чтобы подростки могли адекватно реализовать себя как личности, которые формируются, то процесс общения между ними носит продуктивный характер.

 Итак, как мы уже выяснили – быть подростком очень тяжело, а уметь выстроить с ним эффективные взаимоотношения – еще сложнее. Вот несколько рекомендаций, которые помогут вам вместе с ребенком преодолевать трудности переходного возраста:

* Необходимо внимательно относиться к возрастному развитию ребенка, чтобы не пропустить первые, еще смазанные и неотчетливые, признаки наступления подросткового возраста. Время наступления у каждого – своё.
* Отнеситесь серьезно к индивидуальным темпам развития вашего ребенка. Не считайте его маленьким, когда он уже начинает ощущать себя подростком. Но и не толкайте в подростковость насильно. Возможно, вашему сыну (или дочке) нужно на год или два больше времени, чем его сверстникам.
* 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?
* 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. 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 не так, как хотелось бы. 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.

Когда мы начинаем понимать и верить, что, несмотря на прошлые неудачи, подросток может добиться успеха в настоящем и будущем, когда в прошлом мы начинаем искать не причины неудач (а одна неудача порождает другую), а причины успехов и позитивные моменты, тогда у нас появляется возможность стать ребёнку другом, наставником, помощником. Хорошо, когда и учителя, и родители видят в детях не недостатки, а потенциальные возможности.