

Родительское собрание №4 «Старший подросток»

Дата проведения: 28.04.2017г.

Цель: привлечь внимание родителей к проблемам старших подростков, научить способам повышения уровня самооценки подростка

Ход собрания:

1. Подростковый возраст – это период онтогенеза от 10-11 до 14-15 лет. **Есть и «трудности роста»** которые нужно учитывать при воспитании ребенка:

- Половое созревание
- «гормональные выбросы»
- Рост мышечной и костной ткани
- Диспропорции в формировании анатомии
- Общая диспропорция в физиологии и психике

2. **Возраст 14-16 лет – старшие подростки**

- Менее раздражительные, чем младшие
- Но более независимые от взрослых
- Значительно усиливается интерес к противоположному полу

Младший подростковый возраст - ОБЩЕНИЕ, связанное с поведением и учением

Старший подростковый возраст – ОБЩЕНИЕ вокруг вопросов личности, индивидуальности

МЕРИЛО УСПЕХА :

- **Внешность подростка**
- **Желание не быть отвергнутым**
- Ведущая деятельность – общение со сверстниками, где у ребенка развивается «Я», Развиваются потребности «в чувстве значительности» (т.е не просто желание быть в среде сверстников, а занимать определенную позицию в социуме)
- В данном возрасте часто можем наблюдать:

Плохое поведение - Первый признак того, что потребность в «принятии и уважении», «самовыражении НЕ УДОВЛЕТВОРЯЕТСЯ.

Слабая успеваемость – это как результат слабой школьной мотивации, обусловлена НЕУМЕНИЕМ:

- Делать выбор,
- Брать на себя ответственность за решения

Общение с родителями ослабевает и сменяется ведущей деятельностью подростков – общением со сверстниками. По оценке старших подростков в этот период резко снижаются

- **Уровень понимания со стороны родителей,**
- **Легкость общения,**
- **Собственная откровенность с родителями.**

Нарушение этих связей **НЕГАТИВНО ВЛИЯЕТ** на формирование **ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА**.

Подросток проходит через многие проблемы, которые свойственны этому возрасту, и со временем, когда чувства молодого человека уравниваются, сами собой разрешаются.

Среди этих проблем есть весьма серьезные, которые многие подростки часто не в состоянии преодолеть. Неудачи могут привести к отчаянию и депрессии.

Причиной неудач могут быть:

- 1) холодные отношения с семьей** (приводят к возникновению чувства незащищенности и одиночества);
- 2) плохое материальное положение** (могут привести к фрустрации, отчаянию, совершению преступления);
- 3) употребление алкоголя и наркотиков,** беспорядочные половые связи (приводят к зависимости, сексуальной озабоченности, опустошенности, отчаянию).

3. Проблемы подростка:

- **Заниженная самооценка.**

Самооценка — это мнение индивидуума о самом себе. В юности человек переосмысливает свои отношения с друзьями, родителями, учителями и другими людьми. Он заново оценивает самого себя. В этот период очень важно для него иметь адекватную самооценку.

На формирование самооценки в юности влияют следующие факторы:

- 1) ощущение принадлежности;**
- 2) чувство значимости;**
- 3) компетентность.**

- **Ощущение принадлежности** — это осознание того, что твое общество кому-то приятно, нужно, что кто-то готов позаботиться о тебе. Это чувство развивается с младенчества и зависит от того, насколько родители любили и заботились о своем ребенке. В подростковом возрасте это чувство может измениться и закрепиться.

- **Чувство значимости** появляется от осознания человеком того, что он представляет собой какую-то ценность в глазах других людей, что его считают хорошим. Чувство значимости крепнет, когда окружающие высказывают одобрение поступков, а также оказывают моральную и психологическую поддержку.
- **Компетентность** представляет собой уверенность в своих способностях и силах, возможность справиться с возникающими трудностями и задачами, которые ставит жизнь. На развитие компетентности влияет успех.

Ощущение принадлежности, значимости и компетентности необходимо людям любого возраста, но в юности эти проблемы наиболее остры.

Заниженная самооценка. В чем причина?

Причины низкой самооценки в юношеском возрасте.

- 1) **перенесение любого вида насилия;**
- 2) **неправильные социальные установки**(мне необходимо одобрение других людей, чтобы чувствовать себя хорошо; меня будут уважать, только если я достигну определенных успехов в жизни, и т. п.);
- 3) **комплекс неполноценности, присущий этому возрасту.**Переживая определенные физические и психологические изменения, подростки, как правило, перестают нравиться сами себе. Им противно смотреть на себя в зеркало, они постоянно измеряют свой вес. Подростки недовольны тем, как они двигаются, говорят и т. д. Они во всем усматривают недостатки.

Когда подросток не нравится сам себе, то он очень остро реагирует на мнение других людей. Поэтому, стараясь быть «как все», подросток пытается заработать расположение, хорошее мнение своего окружения или большинства из них.

- 4) **равнодушие родителей**(Уважаемые родители, сделайте так, чтобы в жизни вашего ребенка было больше положительных и интересных событий.

Главное: любите своего ребенка, не отдаляйтесь от него, живите НЕ РЯДОМ, а ВМЕСТЕ с ребенком!

Самооценка очень важна для физического, интеллектуального и психологического развития подростков.

Последствия низкой самооценки могут быть следующими.

1. **Предвзятое отношение к окружающему миру**— мир кажется враждебным, любые неожиданности воспринимаются как угроза личному благополучию и безопасности, все события и ситуации в жизни оцениваются как злой рок, поэтому человек даже не пытается что-либо изменить вокруг или в себе.

2. Неспособность на нормальные отношения с другими людьми, что в будущем может вызвать одиночество, проблемы с супругом, неудачи в любой деятельности, трудность в достижении поставленных целей.

АНКЕТА для родителей

Отметьте + признаки низкой самооценки, если есть таковые у ребенка:

- 1) пессимизм;
- 2) неуверенность в общении с другими людьми;
- 3) острая реакция на мнение других людей;
- 4) стеснительность;
- 5) школьник стыдится своего внешнего вида, социального положения, своих слов, поступков и т. п.;
- 6) отношение к другим людям скорее как к врагам, нежели как к друзьям;
- 7) использование секса для утверждения собственной мужественности или женственности;
- 8) попытки казаться тем, кем школьник не является;
- 9) апатия к настоящему, заикливание на прошлых удачах или мечтах о будущем;
- 10) копание в прошедших беседах с целью найти скрытый смысл;
- 11) склонность осуждать других людей;
- 12) потребительское отношение к людям;
- 13) настороженность, тревожность, ожидание самого плохого;
- 14) попытка использовать агрессию для защиты;
- 15) неспособность принимать похвалу;
- 16) позволение другим неуважительно относиться к себе;
- 17) страх как одиночества, так и близости;
- 18) неспособность выражать эмоции;
- 19) следование мнению большинства;
- 20) перекладывание ответственности в трудных ситуациях на других людей;
- 21) потребность в жестком контроле и др.

Если у вас получилось более половины признаков, то стоит задуматься как ребенку поднять самооценку.

Человек, имеющий адекватную самооценку, не будет смотреть на мир настороженно и с опаской. Любые трудности он воспринимает как тест на выносливость, проверку своих способностей и возможность стать сильнее, опытнее, умнее. Такой человек считает, что он может повлиять на окружающий мир, изменить его к лучшему.

2. Следующая проблема подростков – Вспыльчивость.

Старший подросток воспринимается обществом скорее как ребенок, а не как взрослый. Ему МНОГОЕ НЕЛЬЗЯ.

Все, что взрослые позволяют старшеклассникам, — это ходить в школу, учиться, читать, играть за компьютером или общаться в интернете. Таково мнение самих юных людей. Оно, конечно же, ошибочно. Но, тем не менее, подростки чувствуют себя несправедливо обиженными обществом. Это чувство несправедливости делает их скорыми на гнев, постоянно готовыми вспылить.

Еще одной причиной повышенной раздражительности старшеклассников являются гормональные изменения, которые, несомненно, сказываются на их психическом состоянии (такое же влияние на психику женщин оказывает менопауза или предменструальный период).

3. Необщительность. Эта проблема связана с отчуждением. Когда общество друзей отталкивает подростка, он стремится уединиться. Таким образом, старшеклассник справляется с возникшим чувством неполноценности.

Низкая самооценка возникает из-за того, что подростки в этот период оценивают себя по мнению своего окружения. Между тем подростки могут быть очень жестокими и безжалостными. Они не считаются с чувствами других людей, даже если это их друзья. Плохое отношение сверстников может заставить подростка чувствовать себя неудачником. И это день за днем подтверждается в общении с группой.

Неосознанно подросток начинает искать убежища, защиты. Он как бы прячется в раковину, стараясь избавиться себя от эмоциональных стрессов. Он избегает общения, чтобы оно его вновь не ранило.

4. Конформизм. Конформизмом называется стремление быть «как все».

Подростки, в частности, стремятся одеваться «как все», говорить «как все» и даже думать «как все». Они принимают определенный образ жизни только потому, что так принято в их окружении, группе, обществе.

Однако **подростковый конформизм** — особенное явление. Страх оказаться не таким «как все» у них очень велик, поскольку в этом возрасте очень сильно влияние компании. Подростки чувствуют себя очень неуютно вне группы. Психологически им трудно вынести отвержение друзей.

Фактически поведение подростка диктуется его окружением, что может привести к трагическим результатам. Поэтому очень важно помочь старшеклассникам выработать определенное отношение к конформизму, научить их противостоять этому состоянию.

Опасность конформизма для подростков заключается в том, что он заставляет их делать то, чего они не хотят, а также то, что, как они прекрасно знают, является неправильным, незаконным, вредным.

Противостоять давлению общества очень нелегко, тем более подростку. Для этого надо быть уверенным в себе. Кроме того, потребуется мужество.

5. Употребление наркотиков . Почему подростки начинают увлекаться наркотиками? Нельзя сказать, что они совсем не знают, что делают. В настоящее время нет недостатка в просвещении. Эта тема освещается в СМИ, а также в школьных и социальных проектах. Школьники порой лучше своих родителей знают о последствиях употребления наркотиков. Но эта информация не останавливает их на порочном пути.

Основной причиной, толкающей молодых людей на этот шаг, является рассмотренный выше конформизм. Они делают это за компанию со своими сверстниками, друзьями. Подростку трудно отказаться от предложенной сигареты или таблетки, когда их предлагают в группе, которой он принадлежит. Он боится, что другие будут смеяться над ним, презирать, считать неопытным, «не крутым», маленьким мальчиком и т. п. Такое отношение больно ранит подростков. Поэтому они готовы на все ради своего эмоционального спокойствия. Между тем после нескольких таких проб в молодом организме развивается зависимость, и подросток уже не может остановиться.

Признаки употребления подростком наркотиков:

- 1) бледность, покраснение глаз, блуждающий взгляд, зрачки расширены или сужены (в зависимости от употребляемого наркотика);
- 2) рассеянность, невнимательность на уроках;
- 3) апатия, отсутствие интереса, ослабление увлеченности;
- 4) снижение успеваемости в школе;
- 5) необщительность, уход в себя;
- 6) неряшливость, неопрятность, дурной запах изо рта, а иногда и от всего тела;

- 7) резкое похудание;
- 8) нарушение аппетита (постоянно хочется есть или, наоборот, отвращение к еде);
- 9) крайности в поведении (вялость, угрюмость или, наоборот, истеричность, крикливость, сильная раздражительность);
- 10) беспричинная злоба по отношению к другим людям;
- 11) неадекватная реакция на малейшие замечания;
- 12) нарушение работы органов пищеварения (тошнота, рвота, понос);
- 13) головные боли;
- 14) двоение в глазах;
- 15) следы уколов;
- 16) появление странных идей и взглядов (разрушение моральных и нравственных ценностей).

У старшеклассников еще не сформирована до конца та часть мозга, которая отвечает за способность сосредоточиваться, концентрировать внимание и которая определяет предрасположенность к творчеству, обучению, абстрактному мышлению. Употребление наркотиков замедляет ее развитие.

4.Заключение.

Очень важно научить подростков противостоять плохому влиянию друзей, а также выработать негативное отношение к наркотикам.

У подростков мало или отсутствует позитивный опыт в общении И ЭТО МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ДЕЗАДАПТАЦИИ.

ПОДРОСТКУ необходим ВЗРОСЛЫЙ, чтобы научиться БЫТЬ ВЗРОСЛЫМ!

- Развить ответственность за действия и поступки
- Развить осознанности

Всё это развивается В СЕМЬЕ!

Родителям для успешного воспитания ребенка-подростка необходимо быть:

- ***АДЕКВАТНЫМИ*** – уметь видеть и понимать индивидуальность своего ребенка, замечать происходящие в его душевном мире изменения,
- ***ГИБКИМИ*** – способными к изменению воздействий на ребенка по ходу его взросления,
- ***ПРОГНОСТИЧНЫМИ*** – способными предвосхищать, прогнозировать появление новых психических и личностных качеств ребенка,

- **ПОНИМАЮЩИМИ**

ПОНИМАНИЕ скрытых мотивов тех или иных поступков, которые отражаются и на дисциплине, и на успеваемости – ЭТО Ключ к САМОУВАЖЕНИЮ подростка.

Способы повышения самооценки подростка:

- Чаще хвалить подростка за любые достижения и успехи,
- Поддерживать ребенка – «ты можешь!»
- Подчеркивать достоинства его внешности,
- Подчеркивать его положительные черты характера,
- Формировать веру в успех (давайте задания и поручения, с которыми ребенок может справиться),
- Концентрировать внимание на достигнутых в прошлом успехах,
- Поручать сложные и ответственные дела,
- Доверять,
- Помогать устанавливать контакты в сфере общения,
- Помогать подростку выглядеть современно (*покупать по мере возможностей модную одежду и молодежные атрибуты*),
- В семейном кругу обозначить круг прав и обязанностей каждого члена семьи,
- Санкции за нарушение правил придумывают сами подростки,
- Объяснить, что ошибки – нормальное явление,
- Отмечать достижения ребенка!

Спасибо за внимание!