



**Возрастные особенности  
подросткового возраста.  
Техники эффективного  
общения с подростками**

## Каждый ребёнок – личность ?



**Личность – это бесконечность  
и безграничность возможностей.**

**Просто поверь.**



- Личность как объект жизненного процесса подвергается воздействию условий, событий жизни, находится под влиянием социальных отношений, культурных традиций, нравственных законов. Обладая качеством субъекта жизни, она организует и структурирует свою жизнь, регулирует ее ход, выбирает и осуществляет избранное направление.



## Возрастные кризисы

- Развитие психики может идти медленно и постепенно, а может – быстро и резко.
- Выделяются стабильные и кризисные стадии развития.
- Стабильный период характерен долгой продолжительностью, плавными изменениями структуры личности без сильных сдвигов и перемен. Незначительные, минимальные изменения накапливаются и в конце периода дают качественный скачок в развитии: появляются возрастные новообразования, устойчивые, фиксирующиеся в структуре личности.
- Особые, относительно недолгие периоды в жизни человека, характеризующиеся резкими психическими изменениями.
  - КРИЗИСЫ - это нормальные процессы, необходимые для нормального постепенного хода личностного развития.
  - Кризис, от греческого *krineo*, буквально означает «разделение дорог».
  - Понятие «кризис» означает острую ситуацию для принятия какого-то решения, поворотный пункт, важнейший момент в жизни или деятельности человека.



## Сколько по времени длятся кризисы и как они протекают

- Кризисы длятся недолго, около нескольких месяцев, но при неблагоприятном стечении обстоятельств могут растягиваться до года или даже двух лет.
- Обычно это краткие, но бурные стадии.



- **Происходят значительные сдвиги в развитии – ребенок резко меняется во многих своих чертах.**
- **Особенности возрастных кризисов детей и подростков:**
  1. **Границы, отделяющие начало и конец этих стадий от смежных периодов, крайне неотчетливы.**
  2. **Трудновоспитуемость детей в критические периоды.**
  3. **Негативный характер развития.**



**10-11; 14-15 лет**



**«переходный», «трудный»,  
«критический»**

# Кризис подросткового возраста



- Подростковый кризис 12 лет
- (ранее обычно идентифицировался, как кризис 14 лет, но сейчас «помолодел»)
- Причина: выход в большой мир приводит к переоценке тех ценностей, которые были впитаны в семье и малом коллективе, происходит соотнесение себя и общества.
- Характеристика: наблюдается снижение продуктивности и способности к учебной деятельности даже в той области, в которой ребенок одарен. Негативизм. Ребенок как бы отталкивается от среды, враждебен, склонен к ссорам, нарушениям дисциплины. Одновременно испытывает внутреннее беспокойство, недовольство, стремление к одиночеству, к самоизоляции.
- Противоречие, разрешаемое в кризисе: при переоценке всех предшествующих интроецированных смыслов рождается личностное самоопределение в противоположность индивидуальной серости и конформизму. При благополучном разрешении рождается верность.



## Кризис подросткового возраста

- Перестройка организма ребенка – половое созревание (пубертатный период).
- Появление чувства взрослости, родительский авторитет обесценивается.
- Протест на любые попытки вмешаться в его жизнь.
- Желание быть самостоятельным, равными в правах со взрослыми.
- Общение со сверстниками становится основной деятельностью.



# Физиологические основы кризиса

- ❑ Резкое увеличение роста и веса;
- ❑ Начало полового созревания;



# Психологические основы кризиса

- ❑ Проявление интереса к своему внутреннему миру
- ❑ Изменения в характере



# ❑ Резкие перепады настроения



# ❑ Изменения в поведении



## Кризис независимости

- ❑ строптивость,
- ❑ упрямство,
- ❑ негативизм,
- ❑ своеволие,
- ❑ обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, ранее выполнявшимся,
- ❑ протест-бунт,
- ❑ ревность к собственности.

# Кризис зависимости

- ❑ чрезмерное послушание;
- ❑ возврат к детским интересам и формам поведения;
- ❑ зависимость от взрослых;
- ❑ несамостоятельность;
- ❑ инфантильность в суждениях и поступках;
- ❑ подчинение мнению большинства;
- ❑ стремление быть «как все».



**□ Бурное развитие критического мышления, склонность к рефлексии, формирование самоанализа**





**Повышенный  
интерес к  
собственной  
внешности**

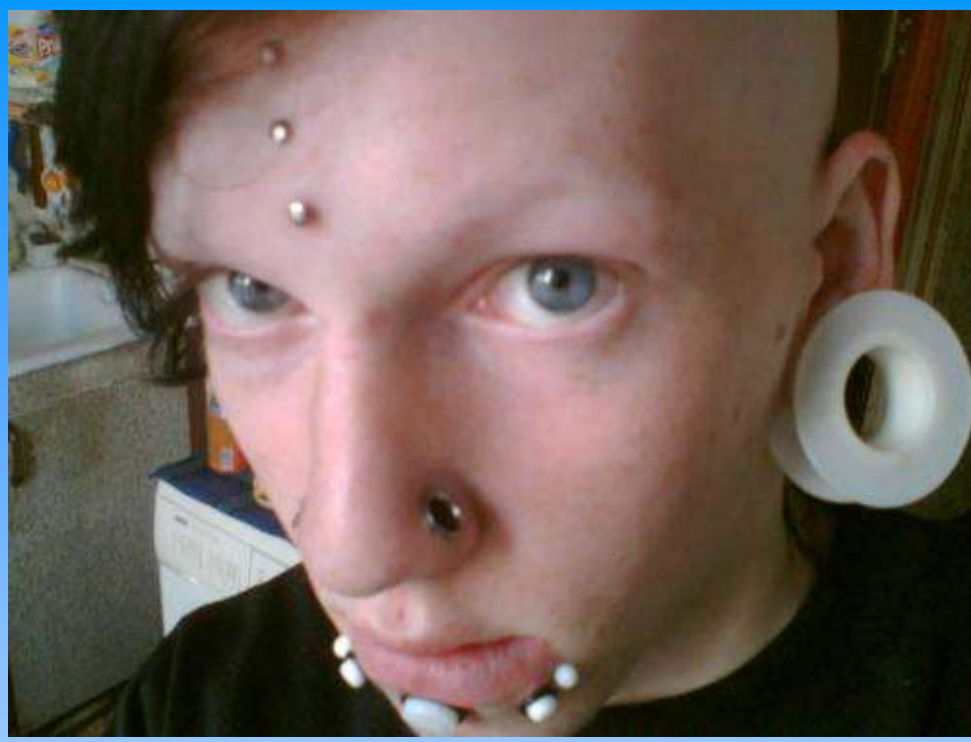
**Повышенный  
интерес к  
противоположному  
полу**





**Социальные изменения:** смена ведущей деятельности. Потребность в близких отношениях и внимании окружающих, группирование со сверстниками





**Стремление не  
быть «как все»**



# Основные новообразования возраста

Появление рефлексии на внутренний мир и глубокая неудовлетворенность собой.

Несовпадение прежних представлений о себе с сегодняшним образом.

Неудовлетворенность собой может быть столь сильной, что появляются навязчивые состояния: непреодолимые угнетающие мысли о себе, сомнения, страхи.

- **Чувство взрослости**
  - **Потребность в самоутверждении**
  - **Самооценка**



# Как общаться с подростком?



**Общение** – это сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми.

**Главное в общении:**

- *восприятие*
- *взаимодействие*
- *понимание*

# **Общие правила эффективного взаимодействия**

- **Не слушать, а слышать,**
- **Проявлять интерес к собеседнику,**
- **Подстраиваться (интонация, темп, поза),**
- **Использовать «Я-высказывания»,**
- **Выбирать правильную позицию в общении, исходя из ситуации.**

# Как вести себя родителям?



**Во-первых, необходимо внимательно относиться к возрастному развитию своего ребенка, чтобы не пропустить первые, еще смазанные и неотчетливые признаки наступления *подросткового* возраста.**



**Во-вторых,  
отнеситесь  
серьезно ко всем  
декларациям  
вашего подростка,  
какими бы  
глупыми и  
незрелыми они  
вам ни казались.**



**В-третьих,  
прекрасно,  
если вы сами  
и вовремя  
перережете  
«связь-  
резинку»**





**В-четвертых,  
обязательно  
сами делайте  
то, чего вы  
хотите  
добиться от  
своего сына  
(или дочери).**

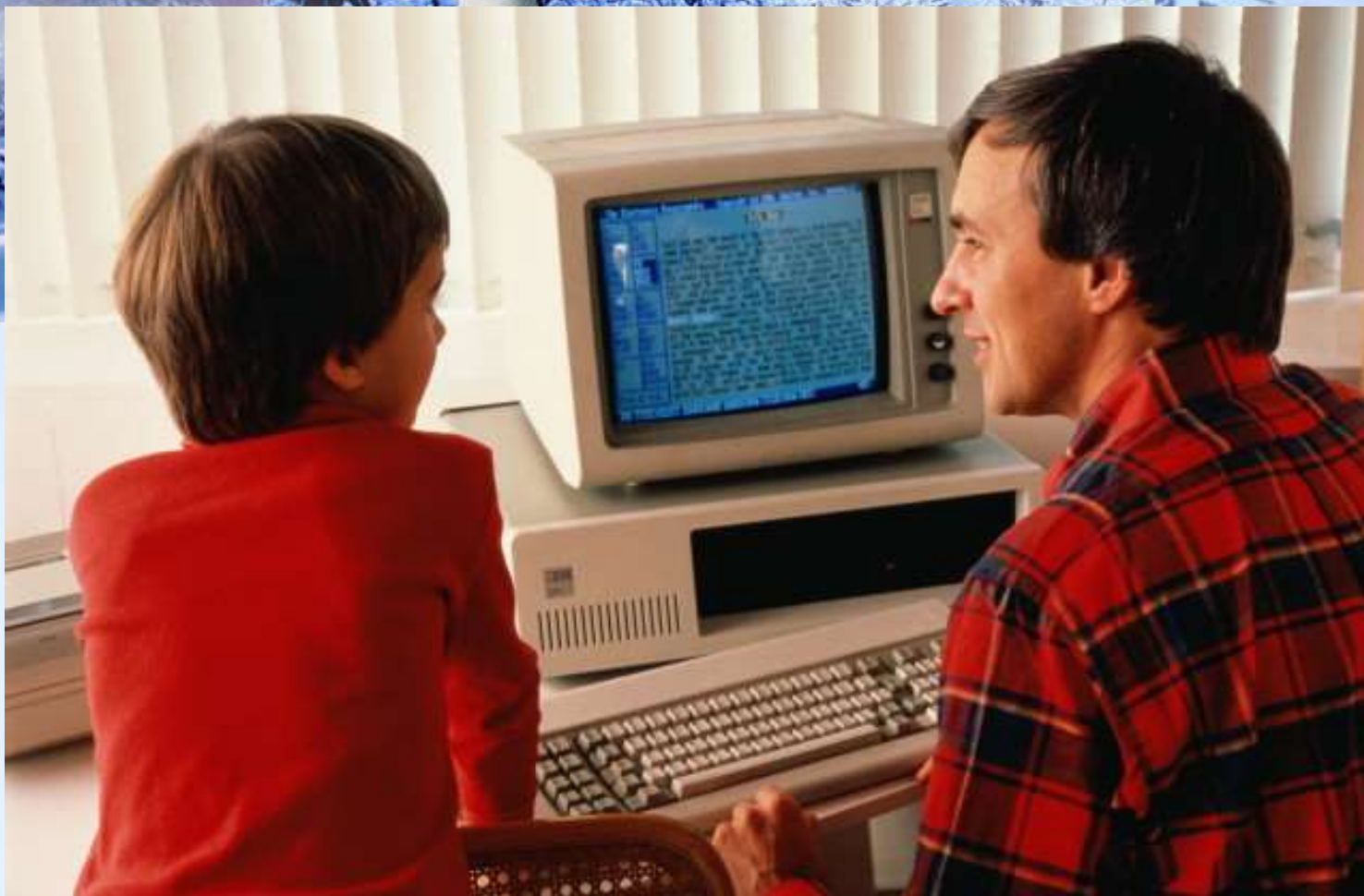


**В-пятых, постарайтесь обнаружить и исправить те ошибки в воспитании, которые вы допускали на предыдущих этапах.**



## Задача родителей

- Выбрать наиболее благоприятный стиль семейного воспитания - демократичный, когда не ущемляются права ребенка, но одновременно требуют выполнения обязанностей.
- Контроль должен быть основан на теплых чувствах и разумной заботе.



**Подростку необходима совместная деятельность со взрослыми.**

# **Ошибки в общении учителя с учеником**

- **Не помнит имена, обращается по фамилии**
- **Поучительный, унижающий тон разговора**
- **Расширяем оценку успеваемости подростка до оценки его личности в целом**
- **Противопоставление успехов одного ученика неудачам другого**

## Техника «Я-высказываний»

Схема:

*Говорим о своих чувствах+называем действие+выриант разрешения трудной ситуации*

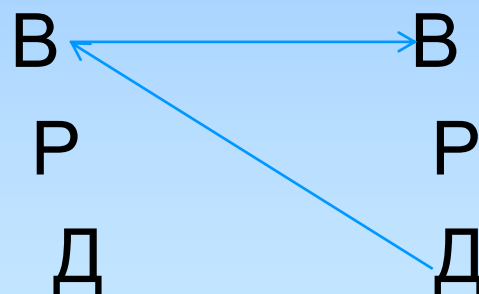
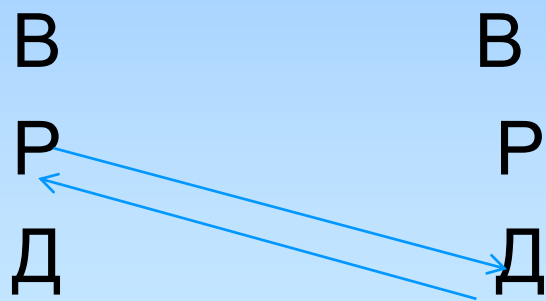
*Пример: «Меня раздражает, когда кто-то опаздывает. Я была бы очень рада, если бы ты приходил вовремя».*

## Три «Я»

**«родитель»** - стремление руководить, подчинять, брать ответственность на себя

**«взрослый»** – разумный подход, понимание интересов другого.

**«дитя»** - зависимость, капризы («хочу немедленно!»)





«Не опекайте меня, не ходите за мной, не связывайте каждый мой шаг, не свивайте меня пеленками присмотра и недоверия, не напоминайте и словом о моей колыбели. Я самостоятельный человек. Я не хочу, чтобы меня вели за руку. Передо мной высокая гора. Это цель моей жизни. Я вижу ее, думаю о ней, хочу достичь ее, но взойти на эту вершину хочу самостоятельно. Я уже поднимаюсь, делаю первые шаги. И чем выше ступает моя нога, тем более широкий горизонт открывается мне, тем больше я вижу людей, тем больше познаю их, тем больше людей видят меня. От величин и безграничности того, что мне открывается, делается страшно. Мне необходима поддержка старшего друга. Я достигну своей вершины, если буду опираться на плечо сильного и мудрого человека. Но мне стыдно и боязно сказать об этом. Мне хочется, чтобы все считали, что я самостоятельно, своими силами доберусь до вершины».

В.А.Сухомлинский



- Кризис как «индикатор» развития, показывает, что человек уже изменился физически и психически, но еще не может справиться с этими изменениями.
- Человек может преодолеть его и, тем самым, войти в новую реальность, а может и не преодолеть, оставаясь в прежних тесных рамках, которые ему уже не подходят.



**Правильное разрешение кризиса ведет к эволюции в развитии личности.**



**Спасибо за внимание!**