Комитет по делам образования города Челябинска

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Многопрофильный лицей № 148 г. Челябинска»

Россия, 454004, г. Челябинск, ул. Академика Сахарова, 8, тел. 724-13-15

**Лекторий для родителей «Позитивная переориентация поведения детей».**

Педагог – психолог Титова А.В.

**«Проблемное поведение детей и подростков: как реагировать и что делать?» или «Позитивная переориентация поведения детей ».**
**Цель:** Научить родителей дифференцировать ошибочные цели поведения детей и подростков и определить стратегии позитивного реагирования.

**Задачи:**

* познакомить родителей с особенностями поведения подростков;
* обсудить причины возникновения проблем во взаимоотношениях детей со взрослыми и наметить пути их решения;
* предложить практические рекомендации родителям по разрешению конфликтных ситуаций, связанных с агрессивными, спонтанными реакциями подростков.
**Учащиеся:** 6 – 8 классы

Уважаемые родители!

Сколько было сказано и написано про особенности подросткового возраста, но, тем не менее, этот период жизни остается самым загадочным и непредсказуемым. Попробуем кратко охарактеризовать этот отрезок жизни, чтобы понять, почему так происходит.

*Подростковый возраст* (10 – 17 лет) – это время, когда формируется осознание себя в социуме, познание норм поведения и общения. Подростка особенно интересуют социальные проблемы, ценности, закладывается жизненная позиция. Появляется стремление к самореализации своих способностей. Ребенок в состоянии дифференцировать то, что действительно ему интересно, чем бы он хотел заниматься в будущем (см. таблицу 1).

Таблица 1

Возрастные особенности подросткового возраста

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Особенности подросткового возраста | Характеристика |
| 1 | Анатомо - физиологические | * меняются пропорции тела подростка, его рост и вес;
* быстрое развитие мышечной системы
 |
| 2 | Психологические особенности | * приоритетное мнение коллектива о себе, своих поступках;
* направленность на себя, самоисследование, самоанализ
 |
| 3 | Поведенческие особенности | * реакция эмансипации – желание вырваться из-под опеки взрослых;
* формируется потребность группироваться, занимать значимое место в своей группе
 |

**Ход собрания**

Многие дети в подростковом возрасте сильно меняются. Ласковые, спокойные, послушные вдруг превращаются в неуправляемых и грубых. Грубость, непослушание – сильнее всего ранят и обижают родителей. Враждебность, замкнутость подростков пугают и настораживают. Но прежде чем бороться с этим злом, давайте разберемся в причинах его возникновения.

Проблем у переходного возраста много: постепенно нарастает неуверенность в себе, проявляются тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей, друзей. Подростки готовы "застревать" в положении "обиженного, непонятого", искать выход из трудных ситуаций неверными путями, порой опасными для здоровья. Порой у них возникают агрессивные спонтанные реакции защиты для себя даже в ситуации, когда угрозы то никакой нет.

За любым проблемным поведением школьника стоят определенные мотивы. Причем, одно и то же поведение может быть вызвано разными мотивами. *Например*, агрессивное поведение может быть вызвано и стремлением к лидерству, и компенсацией повышенной тревожности. Следовательно, воспитательные методы в каждом случае будут индивидуальны. Поэтому в первую очередь необходимо выяснить мотивы поведения, проблемы ребенка. Мы сможем помочь ребенку, если он чувствует и понимает, что педагоги и родители понимают его проблемы и принимают его таким, какой он есть. Только тогда ребенок будет открыт для общения и пожелает изменить свое негативное поведение.

Каковы же причины вызывающего поведения подростков?

1. ***Детям не хватает внимания взрослых*,** которые вечно заняты. "*Отстань!", "Не лезь!", "Не приставай!", "Надоел!"* – часто слышит подросток. Семья не обеспечивает психологического комфорта, любви, поддержки, и подростки стремятся к лидерству среди своих сверстников.

2. ***Высокий уровень тревожности***. В семье неправильно оценивают возможности ребенка: либо занижают возможности и способности *("Ничего хорошего из тебя не получится! Все равно не сможешь справиться с этим заданием")*, либо завышают, когда родители ожидают очень высоких результатов, показывают повышенную обеспокоенность проблемами успеваемости, а подросток не может соответствовать родительским ожиданиям.

3. Многим подросткам трудно совладать со своим ***холерическим темпераментом*** (это человек-непоседа, вечный двигатель, который все время куда-то спешит, пытается сделать несколько дел одновременно)**.** Такие дети нарушают дисциплину несознательно.

4. ***Отсутствие душевной близости с родителями*** гонит подростка из дома во двор, заставляет искать понимания с другими подростками или взрослыми.

Американский психолог Рудолф Дрейкурс рассмотрел 4000 различных видов негативного поведения людей всех возрастов, и увидел, что каким бы ни было поведение ребенка, подростка, намерения у них положительные, а для их достижения они выбирают ошибочные цели. Таких целей Дрейкурс выделил четыре:

1. Внимание
2. Власть
3. Месть
4. Уклонение.

Рассмотрим ошибочные цели привлечения внимания:

1. В этом случае ребенок считает, что, если взрослые заняты им, значит, они его любят. Но позитивное внимание ему получать слишком трудно. Поэтому привычным становится *привлечение внимания через негативные поступки*. Получается, что суть послания, которое содержится в «плохом» поведении – «заметьте меня, покажите, что любите». Родители реагируют замечаниями, собственными сильными эмоциональными реакциями, на самом деле закрепляющими плохое поведение ребенка. Главная задача для родителей – дать почувствовать ребенку, что его любят (погладить его по спине или голове, улыбнуться).
2. *«Борьба за власть, или Кто у нас главный? «Я*». Для них заставить кого-то поступить по – своему – возможность почувствовать собственную силу. «Пусть мне будет плохо. Меня накажут, но в какой-то момент я почувствую себя сильным» - так сформулировали бы дети причины своих поступков, если бы умели это делать. Понимая это, родители найдут способ предъявить свои требования в мягкой форме, а главное, предоставить право выбора: «Какой пастой ты будешь чистить зубы?», «После какого мультфильма ты сразу пойдешь спать?». Иногда полезно согласиться с желанием ребенка, отложив его «на потом»: «Я куплю мобильный телефон, машину обязательно, но потом, когда…» (будут деньги, время, настроение). Детям со слабым «Я» нужно постоянно подтверждать их значимость для окружающих. Показывать, что другие видят сильные стороны ребенка, относятся с уважением к его мнению.
3. *«Месть, или я хочу тебя наказать».* Если ощущение собственной никчемности станет слишком мучительным и невыносимым – он начнет вымещать свою обиду всеми доступными ему способами. Он может совершать дикие поступки, которые могут сильно ранить вас и заставят уже вас мучиться от обиды. Но вам нельзя не остановиться, потому что иначе – военные действия. Нужно какое-то время ничего не делать, а может быть, просто подумать, расслабиться, «остудить» сердце, чтобы что-то предпринять не с позиций обиды. А этим «что-то» должен быть разговор с ребенком о своих собственных и его чувствах, о настоящих причинах его поведения, о возможных последствиях. Полезно признать и свои ошибки. А они ведь всегда есть. А себе говорить слова: «Это просто жизнь проверяет, насколько сильно я люблю своего ребенка, насколько я умею принять его всякого».
4. *«Избежание неудачи, слабость, или я буду контролировать тебя собственной слабостью».* Такие дети склонны подчеркивать свои слабости и неумелость. Просят помощи и бывают за нее очень благодарны. Какое-то время, это приятно, так как дает нам возможность почувствовать свою силу, нужность, компетентность. Но потом начинает раздражать и беспокоить: «Почему он не справляется сам, почему уроки делает только со мной?». Крайний вариант проявления слабости – это уход в болезнь. Вся семья крутится вокруг больного. Как не поступает в этом случае эффективный родитель?

Не начинает ребенка жалеть, так как жалость – это не сопереживание, это заключение о том, что неудачи пришли извне, а сам ребенок ни при чем. Жалость лишает ребенка и взрослого мобилизоваться, искать ресурсы для ее разрешения. Необходимо подбадривать ребенка, демонстрировать свою веру в его возможности, побуждать к действию.

Педагоги и психологи, юристы и социологи единодушно называют подростковый период самым трудным. Ему свойственны: специфические особенности реагирования на воздействия со стороны взрослых и нарушения поведения. Каковы же они типичные нарушения поведения у подростков? Что его отличает:

**Реакция группирования.** Подросткам свойственно почти инстинктивное влечение друг к другу. Так реализуется стремление к неформальному, нерегламентированному общению, удовлетворяется чувство причастности к своей возрастной группе, решается вопрос о своем месте в ней. Сама по себе такая реакция нейтральна. Как поведет себя группа в обществе, зависит от нравственных установок ее лидера. Запрет же взрослых дружить с тем или иным товарищем ведет к протестным формам поведения. Поэтому важнее найти пути взаимодействия с группой и позитивного влияния на нее.

**Реакция эмансипации.** Подросток может, а значит, и должен проявлять самостоятельность. Если мы будем все время стараться водить его за руку, вовлекать лишь в строго регламентированные мероприятия, то встретимся с другой характерной реакцией подросткового возраста - с реакцией эмансипации. Она вытекает из стремления подростка утвердить себя как самостоятельную личность и неизбежна там, где существует мелочная опека старших, чрезмерный контроль, пренебрежительное отношение к интересам и желаниям подростка. Чем сильнее зажат подросток, тем острее его стремление всегда и везде поступать по-своему. Необычные прически, одежда, "своя" музыка - это вызов взрослым, протест. Когда эта реакция заходит слишком далеко, то теряется доверие ко всем взрослым и отвергается все, что предлагается ими, в том числе и полезное, необходимое для подростка.

**Реакция увлечения.** Подросткам свойственны увлечения (хобби-реакции). Подобно тому, как детям для своего развития необходимы игры, подросток для становления личности нуждается в увлечениях. Родителям эти занятия могут представляться бесполезными, и с объективной точки зрения это может соответствовать истине. Но для подростка увлечение всегда вызывает положительную эмоциональную окраску, дает чувство удовлетворения. Отношение взрослых к увлечениям тинэйджеров может стать причиной обострения реакции эмансипации. Смена увлечений не должна вызывать протест у родителей - это естественное явление. Чтобы узнать свои способности, надо испытать себя в различных видах деятельности. Но когда увлечения отдается слишком много времени в ущерб учебе, отдыху, другим видам необходимой деятельности, то тревога родителей становится обоснованной.

**Реакция протеста.** У незрелых подростков встречаются поведенческие реакции, более характерные для детского возраста. Эти реакции протеста разнообразны: отказ от еды, общения, посещения школы, побеги из дома, агрессия к обидчику, порча его вещей. В таком случае важно понять причины протеста и устранить их.

**Реакция имитации (подражания).** Для подростка объектом имитации часто становятся кумиры молодежной моды, звезды шоу – бизнеса и спорта. Подростки подражают их стилю одежды, прическам, манерам, суждениям, вкусам. Реакция имитации становится опасной, когда подражают антигерою, антисоциальной личности. Поэтому вполне оправдан запрет на литературу и фильмы, пропагандирующие жестокость, секс, порнографию.

**Реакция сверхкомпенсации**. Одной из форм психологической защиты является реакция компенсации, когда слабость и неустойчивость в одной области компенсируется успехами в другой. Это позволяет сохранить душевное, психологическое равновесие. Нередко слабый в учебе подросток компенсируется успехами в спорте, лидерством в неформальной обстановке среди своих сверстников. Сверхкомпенсация может носить карикатурный характер, и тогда правильнее говорить о ложной компенсации.

Родители должны помнить, что ребенок воспитывается не только и не столько в процессе проводимых специально занятий, сколько всем укладом жизни семьи, той нравственной, духовной, социальной атмосферой, которая царит в ней, характером и системой взаимоотношений между родителями, родителями и детьми. Здесь все имеет значение: как разговаривают отец с матерью, что и как они говорят об окружающих, своей работе и сослуживцах, родственниках и знакомых, какой порядок поддерживается в доме, как относятся к своим обязанностям и многое другое, из чего состоит жизнь семьи.

Дух семьи воспитывает ребенка в первую очередь, а потом уже специальные занятия родителей с ним. Но и эти занятия необходимы для полноценного развития ребенка как форма поддержания, развития и укрепления эмоциональных связей, духовного контакта и строящегося на этой основе взаимоотношения между ним и родителями.

**Вывод:**

1. Необходимо воспринять плохое поведение как информацию, послание, которую отправляет нам ребенок. Что мой ребенок хочет мне сказать своим поведением? – вот первая реакция эффективного родителя на негативный поступок ребенка.
2. Поведение ребенка подростка может быть плохим, но намерения, которые лежат в основе поведения, позитивные, положительные.
3. Совершая плохое поведение, ребенок ошибается в выборе форм поведению. Выбор формы поведения всегда подчиняется трем законам:
* Дети выбирают определенное поведение в определенных обстоятельствах.
* Любое поведение ребенка подчинено цели – чувствовать себя принадлежащим к обществу, к социальной жизни.
* Нарушая дисциплину, ребенок понимает, что поступает плохо. Но может не понимать, что выбирает при этом ошибочную цель.

**Психолого-педагогические советы.**

Дорогие родители, при общении с подростками применяйте 5 приемов, которые позволят установить контакт с ребенком и лучше его понять.

* Прием 1. Постарайтесь показать вашему ребенку, что вы его понимаете. Иногда этот прием называют "отраженным выслушиванием". Он состоит из трех частей.

Демонстрируйте ребенку, что вы слышите то, что он говорит *(например, словами "да", "угу", вопросами "а что потом?", "и что же?" и т. д.).*

Позволяйте ребенку выражать его собственные чувства.

Докажите ребенку, что правильно поняли его рассказ или сообщение *(например, коротко пересказав суть).*

* Прием 2. Внимательно следите за лицом ребенка и его "языком тела". Часто ребенок уверен, что успешно скрывает свои эмоции (грусть, досаду, нетерпение и прочее). Но дрожащий подбородок или блеск глаз скажут вам иное. Всегда полагайтесь на "язык тела". Но постарайтесь не вызвать излишний интерес. Не забывайте, что в подростковом возрасте преобладает "потребность в эксперименте".
* Прием 3. Выражайте свою поддержку и поощрение не только словами. Это могут быть ваши улыбка, похлопывание по плечу, кивок головой, взгляд в глаза, прикосновение к детской руке.
* Прием 4. Выбирайте правильный тон для ваших ответов. Помните, что тон голоса связан со смыслом ваших слов. Выбирайте верный тон и не отвечайте безапелляционно или саркастично - дети могут расценивать это как пренебрежение к своей личности.
* Прием 5. Используйте одобрительные фразы для поддержания разговора и показывайте вашу заинтересованность в нем. Для этого подойдут короткие фразы, показывающие ваше эмоциональное отношение к обсуждаемой теме*, например, "Вот это да!", "Да ну, не может быть!" и т. п.*

**Памятка для родителей. Принципы толерантного общения.**

ДАЙТЕ СВОБОДУ. Свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже вырос и больше удерживать его около себя не удастся, а непослушание - это стремление выйти из-под вашей опеки.

НИКАКИХ НОТАЦИЙ! Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный и вежливый тон и откажитесь от категоричных оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд, собственные ошибки и собственные выводы.

ИДИТЕ НА КОМПРОМИСС! Все равно ничего не удастся доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей.

УСТУПАЕТ ТОТ, КТО УМНЕЕ! Чтобы скандал прекратился, кто-то первый должен замолчать. Взрослому это сделать проще, чем ребенку с неустойчивой психикой.

НЕ НАДО ОБИЖАТЬ! Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребенку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребенок учится у вас.

БУДЬТЕ ТВЕРДЫ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫ! Несмотря на вашу готовность к компромиссу, подросток должен знать, что родительский авторитет незыблем.