

«Трудности подросткового периода и пути их преодоления»

Норкина Н.С.

Норкина Наталья Сергеевна / Norkina Natalya Sergeevna – учитель начальных классов

МБОУ СОШ № 44 г. Кропоткин Краснодарского края

**Аннотация:** предлагаю вашему вниманию материал, который, по моему мнению, очень важен в том случае, если родители и подростки сталкиваются с проблемой непонимания и отчуждения.

**Ключевые слова:** сотрудничество, понимание, самооценка, сомнения, зависимость, компромисс

*« Домашний очаг должен быть не местом пребывания, а местом, куда мы всегда возвращаемся».*

*А Монтерлан*

*Школа во все времена неразрывно, бок о бок, шла рядом с семьей.*

*Воспитание подрастающего поколения трудная и ответственная задача. Каждый учитель должен внести свой вклад в развитие и укрепление семьи и семейных отношений.*

Оканчивая начальную школу, ребенок сталкивается не только с трудностями адаптации, в связи с переходом в среднее и старшее звено, но и с трудностями подросткового возраста. Моя задача, как педагога, подготовить не только детей, но и их родителей к этому важному и ответственному периоду. От того, как ребенок пройдет этот сложный путь взросления, зависит его становление, как личность с активной жизненной позицией.

Многие дети, вступая в подростковый возраст, разительно меняются. Из ласковых, спокойных, послушных вдруг превращаются в ершистых, неуправляемых, грубых. Грубость, в первую очередь и обижает родителей больше всего. Но прежде всего надо разобраться в причинах возникновения грубости у подростка.

К 15 годам у ребенка накапливается немало проблем переходного возраста. Постепенно нарастает неуверенность в себе. Появляется тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей, друзей. Подростки готовы находиться в положении «обиженного», «непонятого»,

искать выход из трудных ситуаций путями, нередко чрезвычайно опасными для здоровья, стремятся освободить от зависимости взрослых.

Что же нужно делать взрослым, чтобы избежать конфликтов в общении с подростком?

Конечно, терпеть хамство собственного ребенка очень трудно. Так и хочется поставить грубияна на место. Но будет ли от этого польза? Будьте мудрее, не провоцируйте ребенка на грубость. Я предлагаю следующие правила поведения в данной ситуации:

*-Дайте ребенку свободу.* Спокойно постарайтесь свыкнуться с мыслью, что ваш ребенок уже вырос и далее удерживать его возле себя не удастся, а его неповиновение –это стремление выйти из под вашей опеки.

*-Нотации.* Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените, стиль общения, перейдите на спокойный вежливый тон. Помните, ребенок имеет право на собственный взгляд и собственные выводы.

*-Идите на компромисс.* Еще никому ничего не удалось доказать с помощью скандала. Когда родители и дети охвачены негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает.

*- Умейте уступать.* Уступает тот, кто умнее. Если возникает конфликтная ситуация, кто-то должен уступить. Взрослому это сделать легче, чем подростку с его неустойчивой психикой.

*-Не надо обижать.* Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребенку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанью дверью. Знайте, ребенок учится у нас.

*-Будьте тверды и последовательны.* Дети – это тонкие психологи. Они прекрасно чувствуют слабость старших. Если же взрослые демонстрируют собственную несдержанность, трудно ждать от ребенка хорошего поведения.

Психологи считают, что на судьбу человека влияет чувство самооценности, или же самооценки. Подросток с низкой самооценкой, которые вполне способны, хуже учатся, плохо сходятся со сверстниками,

учителями, да и во взрослой жизни они мало преуспевают. Дело в том, что подростки склонны к сильным переживаниям. Самые простые и нелепые ситуации они склонны рассматривать как что-то серьезное, соразмеримое с жизнью и смертью. Если мы сможем обнаружить смешное в происходящем, мы поможем выйти из кризисной ситуации.

Человеку необходимо, чтобы его любили, понимали, признавали, уважали, чтобы он был кому-то нужен и близок, чтобы у него был успех в делах, учебе и на работе, чтобы он мог реализовать себя, развивать свои способности, совершенствоваться, уважать себя. Основа самооценки ребенка закладывается в зависимости от того, как с ним обращаются родители. Если они понимают и принимают его, терпимо относятся к его недостаткам и промахам, он вырастет с положительным отношением к себе. Если же ребенка постоянно «воспитывают», критикуют, самооценка его окажется низкой и ущербной.

Общий закон прост: в детстве мы узнаем о себе только из слов и отношения к нам близких. Образ ребенка строится извне, рано или поздно он начинает видеть себя таким, каким видят его другие. Каждым обращением к подростку – словом, делом, интонацией, жестом и даже молчанием - мы сообщаем ему не только о себе, о своем состоянии, но и всегда о нем, а часто именно о нем.

От знаков внимания к ребенку, приветствия, любви к нему у подростка складывается ощущение: « у меня все в порядке», «я - хороший». А от осуждения, неудовольствия, критики- ощущение : «со мной что-то не так», « я- плохой». Наказание, а тем более самонаказание только усугубят его ощущение неблагополучия и несчастливости. Результатом может быть суждение подростка: «Плохой, ну и пусть! И буду таким». Это вызов, за которым скрывается горечь отчаяния. Чтобы не допустить глубокого разлада ребенка с самим собой и окружающими, нужно постоянно поддерживать его самооценку. Это можно сделать, следуя принципам:

-принимать ребенка таким, каков он есть;

- быть активным слушателем и участником его переживаний и потребностей;
- чаще находиться вместе;
- не вмешиваться в те его занятия, с которыми подросток справляется сам;
- оказывать помощь, когда просит;
- поддерживать успех;
- доверять и делиться своими чувствами;
- совместно решать конфликты;
- чаще использовать фразы: «Мне хорошо с тобой...», «Мне нравится, как ты...», «Ты, конечно, справишься...», «Как хорошо, что ты у нас есть...» и многие другие.
- чаще обнимать, прижимать к себе, но не «затискивать».

В заключении очень хотелось бы напомнить мудрое напутствие Бенджамина Спока: : «Любите вашего ребенка таким, какой он есть, и забудьте о качествах, которых у него нет... Результат воспитания зависит не от степени строгости или мягкости, а от ваших чувств к ребенку и от тех жизненных принципов, которые вы ему прививаете».

### ***Классный час по теме: «Моя семья»***

«Семья- это крохотная страна.

И радости наши произрастают,

Когда в подготовленный грунт бросают

Лишь самые добрые семена!» [1 с. 128, 129 ]

#### ***Задачи классного часа:***

- формировать уважительное, бережное отношение к семье, близким, родным людям;
- всеми доступными средствами влиять на формирование культурных традиций семьи;

- формировать навыки и привычки правильного адекватного поведения и отношения, взрослых к детям и детей к взрослым;
- прививать чувство гордости, ответственности за свою семью.

Нетрадиционная форма проведения классного часа располагает к сердечному общению в кругу самых близких и дорогих людей. Дети и родители вместе.

***Подготовительная работа:***

Девизом данного классного часа стало высказывание Б. Спока:

«Любите вашего ребенка таким, какой он есть, и забудьте о качествах, которых у него нет... Результат воспитания зависит не от степени строгости или мягкости, а от ваших чувств к ребенку и от тех жизненных принципов, которые вы ему прививаете».

1. Подготовка пригласительных открыток каждой семье.
2. Подготовить выступление детей.
3. Изготовление подарков.
4. Подготовка визитных карточек с именами, фотографиями интересного человека, от 4 семейных команд-участников.
5. Подготовка рассказа о судьбе какого-либо родственника по примерным вопросам:
  - Ф.И.О., родственное отношение к вашей семье.
  - Дата и место рождения.
  - Где жил, учился и работал?
  - Как сложилась жизнь и чем интересен этот человек?
  - Что из его вещей храниться в вашем доме?
  - Рассказать эпизод из жизни.
- 6.Провести предварительную беседу с участниками.
- 7.Подготовить листочки для остальных семей, которые будут оценивать участников по 4 номинациям:
  - «Самая дружная семья»
  - «Самая активная семья»

-«Самая веселая семья»

-«Самая интеллектуальная семья»

8.Изготовить герб своей семьи.

9.Подготовить семейную фотовыставку.

10.Приготовить помещение так, чтобы каждая семья находилась за отдельным столиком.

***Пригласительная открытка.***

Сегодня встреча пап и мам,

Но вы не хмурьте брови:

Здесь не прочтут морали Вам

И не причинят боли.

Вы будете общаться,

Друг друга узнавать,

А вот свои улыбки,

Вы не забудьте взять. [3. с. 24]

***Ход классного часа***

Эпиграф:

Ребенок учиться тому,

Что видит у себя в дому.

Родители пример тому...

( С. Брант) [6.]

( Звучит музыка к кинофильму « Мой ласковый и нежный зверь». Входят дети.)

1. Гремите громче трубы,

Звонче звените колокола,

На встрече нашей сегодня

Вся моя семья!

2. Всех, кого люблю я  
И сердцем, и душой,  
Сегодня в этом зале  
На празднике со мной.

3. В нашем классе - праздник славный,

Думаю, что нет его важней.

Здесь сегодня наши папы, мамы

Есть ли кто-нибудь на свете

Ближе и родней? [ 2. с. 17, 22, 48]

( Музыка становится громче, танцевальная группа исполняет «Вальс».)

Учитель:

-Добрый день, дорогие гости! Как правило, родителей собирают, чтобы совместно решить проблемы воспитания детей. Сегодня мы то же будем решать, но совсем не проблемы, а интересные и увлекательные задания, которые еще раз докажут нам, что нет у человека дороже подарка в этой жизни, как возможность иметь семью.

Семьи-участники будут соревноваться за одно из званий по 4 номинациям, а остальные гости будут не просто зрителями, а добрыми и справедливыми судьями.

1 конкурс: «Знакомьтесь, моя семья!»

Следует ответить на вопросы:

1. Каков ваш семейный стаж?

2. Кто является главой семьи?

3. Знаменательные события в жизни семьи.

4. Часто ли семья проводит свободное время вместе, как именно?

-Ну, а сейчас вопросы к отдельным членам семьи:

*Для папы:*

-Вредные привычки, есть ли они у вас? Хотели бы вы от них избавиться?

Как?

-Что умеете делать своими руками?

*Для мамы:*

- Ваше любимое занятие?
- Как вы думаете, что красит настоящую женщину?
- Чего вам не хватает для ощущения полного счастья?

*Для детей:*

- Как вы считаете, родители должны баловать детей? Как?
- Есть ли у тебя постоянные обязанности в семье? Какие?
- Какие интересные события, происходившие в семье, тебе хотелось бы повторить?

(Вопросы появляются на интерактивной доске.)

-Спасибо за искренние и очень интересные ответы, а мы переходим к следующему конкурсу.

2 конкурс: «Эрудит»

- Сосчитайте своих предков (прямых, т.е. мамы и папы) в семи поколениях. Кто быстрее?
- Вам нужно решить задачу. Посчитайте сколько родственников в этой семье?

Задам сейчас задачу я.

Послушай, вот моя семья:

Дедуля, бабушка и брат.

У нас порядок в доме, лад

И чистота, а почему?

Две мамы есть у нас в дому.

Два папы, два сыночка,

Сестра, невестка, дочка.

А самый младший - я

Какая же у нас семья? [4. с. 53]

( Ответ. 6 человек: дедушка, бабушка, мама, папа, сын и дочь.)

-Следующий конкурс на знание родственных отношений. Вам необходимо разгадать несложный кроссворд:

1. Сын моей матери.
2. Мой родитель.
3. Брат отца или матери.
4. Девочка, у которой родители, как у меня.
5. Та, что дала нам жизнь.
6. «Святая кровь»- мать мужа.
7. Сестра мамы или папы.
8. Сын моего ребенка.
9. Мой наследник.
10. Сын моей сестры или брата.
11. Отец мужа. [ 4. с. 19]

-Обсудите всей семьей и допишите следующую фразу:

**«Главное в семье это...»**

-Все вы знаете, что как в маленькой капле воды отражается состав воды в море, реке, озере, так и в истории одной семьи отражается история целой страны. Вам было дано домашнее задание: рассказать об интересном человеке из вашей семьи, с необычной, интересной судьбой, показать его фотографию.

Б.Окуджава очень хорошо, а самое главное, верно сказал о семейных фотографиях:

*«Льются с этих фотографий*

*океаны биографий,*

*Жизнь, которых вся до дна*

*с нашей переплетена!» [ 7]*

(Звучит музыка и на интерактивной доске идет показ фотографий, сопровождающийся рассказом участников.)

-Вот и подходят к концу наши испытания. Я надеюсь, ваши семьи станут еще сплоченней и дружнее, где каждый займет в семье нужное, значимое место и все будут чувствовать себя единым целым.

Спасибо всем участникам и помните, пожалуйста:

*Семья- это то, что мы делим на всех,  
Всем понемножку: и слезы и смех,  
Взлет и паденье, радость, печаль,  
Дружбу и ссоры, молчанья печать.  
Семья-это то, что с тобой навсегда.  
Пусть мчатся секунды, недели, года,  
Но стены родные, отчий твой дом-  
Сердце навеки останется в нем. [З. с. 33]*

Звучит песня в исполнении вокальной группы «Родители наши», а в это время дети вручают подарки и герб своей семьи. В заключительной части песни, самый старший из присутствующих зажигает свечу и передает ее от семьи к семье, как символ вечного семейного очага.

По окончании выступления все гости садятся за общий стол, где руками мам приготовлено угощение и все пьют чай. В ходе чаепития, после обсуждения и подсчета голосов, присваивается каждой семье звание, вручаются дипломы и медали. Уходя, каждый из гостей получает памятку-открытку.

### ***Памятка для родителей***

-Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой.

-Не давайте обещаний, которых вы не можете исполнить: это ослабляет мою веру в вас.

- Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.

- Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно, с глазу на глаз.

- Не пытайтесь читать мне нотаций. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.

- Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки - смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая при этом, что я ни на что не годен.

- Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращусь в лжеца.

- Не защищайте меня от последствий моих собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.

- Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю вам откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я вообще перестану вам задавать вопросы, и буду искать информацию на стороне.

- Никогда не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это даст мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.

- Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.

- Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.

- Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом.

***Но самое главное! Я вас так сильно люблю! Пожалуйста, ответьте мне тем же...***

ВАШ РЕБЕНОК.

### *Памятка для детей*

- Настоящий сын бережет покой родителей.
- Настоящая дочь заботиться о благе своей семьи.
- Нельзя бездельничать, когда родители трудятся.
- Не вступай в пререкания с взрослыми.
- Не выражай недовольство тем, что у тебя нет той или иной вещи.
- Старайся не делать того, что осуждают старшие, - на глазах у них, ни где-то на стороне.
- Не собирайся в дорогу, не предупредив старших.
- Нельзя оставлять родного человека в одиночестве, особенно если у него нет никого кроме тебя.

*Расти на радость своим родителям!*

*Оправдывай их старания, надежды и тогда у тебя обязательно все получится!*

#### Литература:

1. Э Асадов сборник стихов «Помните» ООО «Издательство «Эксмо», 2014
2. Чудакова Н.В. Праздники для детей и взрослых. М., АСТ, 1996
3. Жиренко О.Е. Праздник - ожидаемое чудо. М., «ВАКО» 2006.
4. Новоселова Т.А. Веселые игры для взрослых. М., «Феникс» 2003
5. Б. Спок «Разговор с матерью». М. «Прогресс» 2010
6. М. Дубникова газета "Вестник района" №48 от 29 ноября 2012 года
7. Б. Окуджава. Избранное. Стихотворения. "Московский Рабочий", 1989.