

## **Возрастные особенности**

7-8 класс – пик эмоциональной неуравновешенности. Подростки легко возбуждаются и не всегда могут справиться со своим состоянием. Это может приводить к ухудшению дисциплины, особенно на последних уроках или после контрольных работ: подростки начинают громко говорить, хохотать.

Настроение подростков подвержено резким перепадам (переходы от безудержного веселья к депрессивной пассивности). Возрастает обидчивость, раздражительность. Даже незначительное замечание нередко приводит к бурной реакции.

**Специфика данного возраста хорошо описывается с применением частицы НЕ**

- Не хотят учиться так, как могут
- Не хотят слушать никаких советов
- Не приходят вовремя
- Не убирают за собой

**А также характерны:**

- Непостоянные дружеские связи
- Снижение самооценки
- Борьба за самостоятельность
- Обидчивость, раздражительность, упрямство
- Переутомление, снижение внимания

Основной сферой интересов становится общение со сверстниками. Поэтому качество учебной деятельности может ухудшаться (на уроках подростки стремятся общаться, переписываться). Становится значимым то, какими видят их одноклассники (статус в классе). Может произойти смена лидеров.

К ухудшению дисциплины на уроках может приводить недостаточно быстрый темп. Подростки начинают мыслить быстрее (развивается формально-логическое мышление), с радостью воспринимают задания, в которых нужно поразмышлять, поспорить, придумать различные варианты решения.

При столкновении с теми или иными трудностями во взаимодействии с детьми необходимо учитывать, что подростки могут вести себя агрессивно не в силу «испорченности», а в связи со стремлением сохранить устойчивое представление о себе и окружающих в соответствии со своим опытом, защититься от низкой самооценки.

Хотя интерес к школе и к общению со взрослыми снижается, подростки испытывают сильную потребность поговорить о себе со взрослым. Если такой возможности нет, могут возникать депрессивные настроения, суицидальные мысли, либо резкие агрессивные вспышки, направленные на взрослых.

Подростки бросаются в активное узнавание различных аспектов жизни (даже представляющих угрозу), а также в активное опробование новых ролей. Им необходимы собственные ошибки. Подростки могут пробовать курить, целоваться, обниматься, употреблять ненормативную лексику, спиртные напитки. Целью является сам факт познания (себя, своих возможностей), а не получение удовольствия.

Взрослых подростки делят на тех, кому можно, а кому нельзя доверять. Наиболее эффективным становится взаимодействие с подростками, основанное на уважении их чувства взрослости и самостоятельности.

### **Пути эффективного взаимодействия с подростками**

Формирование круга интересов подростка на основе особенностей его характера и способностей. Максимальное сокращение периода его свободного времени – «времени праздного существования и безделья». Включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.

Снижение проявления агрессии путём посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гимнастического инвентаря.

*Не предъявлять подростку завышенные требования, не подтверждённые его способностями.* Честно указывать на его удаchi и неудачи (причём удаchi объясняйте его способностями, а неудачи – недостаточной подготовкой). Не захваливать подростка, объясняя его неудачи случайностью, т.к. это формирует у подростка эффект неадекватности.

### **«Психологические особенности подросткового возраста»**

Подростковый возраст – сложный и во многом противоречивый период жизни ребенка. Резкие изменения, происходящие в физическом и психологическом облике, особенно бросаются в глаза родителям и педагогам. Подростковый возраст – период кризиса в развитии личности ребенка.

Особенности личности подростка можно довольно точно охарактеризовать в двух словах – стремление к самостоятельности. Оно накладывает отпечаток на все стороны личности, поведение, чувства. Восьмиклассники находятся на третьем этапе развития самостоятельности: «Пробую быть самостоятельным, хотя не очень умею». Данный этап сопровождается следующими моментами:

1. Есть свое мнение, не всегда верное
2. Считает именно свое мнение истинно верным
3. Не считается с мнением родителей
4. Поступает так, как хочет
5. Есть стремление попробовать все, что делают его сверстники и взрослые (покурить и т.д.)
6. Считает, что он все может и с ним ничего не может случиться (не заботится о безопасности)

Итак, подросток уже не ребенок, вместе с тем он еще не взрослый. Он не терпит ограничений своей самостоятельности, нередко проявляет резко отрицательное отношение к требованиям взрослых. Чаще всего конфликты подростка со взрослыми возникают в тех семьях, где родители не замечают взросления сына или дочери, продолжают смотреть на них как на «маленьких».

Для подростка характерно разнообразие интересов, что при правильном воспитании может оказать серьезное влияние на развитие его способностей и склонностей. Знания подростка углубляются, он начинает изучать научные дисциплины, у него появляется повышенный интерес к отдельным предметам. Однако это наблюдается не у всех подростков. Особенности многих восьмиклассников проявляются в **пренебрежительном отношении к обучению**,

плохая успеваемость: всячески избегая выполнять какие-либо обязанности и поручения по дому, готовить домашние задания, а то и посещать занятия, так как учеба в это время отходит на второй план.

В подростковом возрасте обострена боязнь прослыть слабым, несамостоятельным, маленьким. Чтобы показать свою самостоятельность, подросток нередко проявляет упрямство и грубость, хотя он и может осознать, что был не прав.

Случайная удача или похвала со стороны взрослых может привести подростка к переоценке себя, к излишней самоуверенности, зазнайству. Даже временная, случайная неудача может вызвать неверие в свои силы, развить чувство неуверенности, робости, застенчивости. Поэтому требуется особый такт со стороны родителей, учителей и воспитателей при общении с подростками.

Подростковый возраст – в высшей степени сложный и противоречивый период становления человеческой личности, требующий от родителей и педагогов больших усилий, напряженного труда. В то же время — это возраст неповторимой прелести: бурной энергии, жажды познания, страстного искания истины.

### **Рекомендации родителям**

- ✓ Будьте всегда чуткими к делам своих детей.
- ✓ Анализируйте с детьми причины их удач и неудач.
- ✓ Поддерживайте ребенка, когда ему нелегко.
- ✓ Старайтесь не ограждать подростка от трудностей.
- ✓ Научите преодолевать трудности.
- ✓ Сравнивайте своего ребенка **только с ним самим!!!**, обязательно отмечая продвижение вперед.
- ✓ Постоянно контролируйте ребенка, но без гиперопеки по принципу: «Доверяй, но проверяй!».
- ✓ Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации (развитие собственной личности).
- ✓ Информировать своего ребенка о **границах** материальных потребностей и напоминайте, что духовные потребности должны развиваться постоянно.
- ✓ Замечайте любое положительное изменение в развитии личности ребенка.
- ✓ Рассказывайте ребенку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте.
- ✓ Покупайте своему ребенку книги по психологии, самопознанию.
- ✓ Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами).
- ✓ **Помните**, что только личным примером можно что-то изменить в лучшую сторону, т.к. самоактуализация передается от родителей к детям.
- ✓ Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии.
- ✓ Советуйте ребенку следить за своей внешностью: одеждой, прической, личной гигиеной.
- ✓ Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, чтобы избежать недоверия между вами.

- ✓ Воспитывайте естественное отношение к проблемам взаимоотношения полов, простое, здоровое, которое позволит создать в будущем нормальную семью.
- ✓ Чаще рассказывайте своим детям о том, какие у Вас были взаимоотношения с противоположным полом в 14-15 лет, делая акцент на благородстве, культуре чувств, уважении друг к другу, ответственности друг за друга.
- ✓ Вашему ребенку будет интересно узнать, как познакомились его родители, как развивались из отношения.
- ✓ Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона, следящего за каждым шагом ребенка.

**Помните: недоверие оскорбляет!!!**

- ✓ Следите за тем, какие книги читает Ваш ребенок, какие фильмы смотрит. Постарайтесь оградить его от тех, которые могут вызвать приступы агрессии или девиантного поведения.
- ✓ Будьте всегда для своего ребенка прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой).
- ✓ Учите подростка отвечать за свои поступки. Начните это делать, прежде всего, с собственных установок на ситуацию.