

## Какой он, подросток?

Подростковый возраст определяется как переломный, критический. Как и в каждом возрастном периоде, развитие ребенка определяется ведущим видом деятельности. Если у дошкольника таким видом деятельности была игра, у младшего школьника – учение, то подростковый возраст – это возраст искания друга, и ведущим видом деятельности становится общение со сверстниками. Потребность подростка в «дополнении» себя выводит его из состояния самоудовлетворенности и спокойствия, побуждает его к поискам и сближению со сверстниками, в том числе противоположного пола. Явления, сопровождающие созревания, делают ребенка ищущим, неудовлетворенным в своей замкнутости, и его «Я» должно быть раскрыто для встречи с «Ты».

Уже в 10-12 лет подростки становятся необузданны и драчливы, причем им еще непонятны игры более старших подростков, но для детских игр они считают себя слишком большими. Они еще не готовы проникнуться высокими идеалами и личным самолюбием, и в то же время исчезло детское подчинение авторитету. Вслед за этим следует так называемая пубертатная стадия и юность, граница между ними проходит в 17 лет. Если для пубертатной стадии свойственно жизнеотрицание (негативная фаза), то за ней следует жизнеутверждение юности (позитивная фаза).

Л. С. Выгодский выделил несколько основных групп наиболее ярких интересов подростков, назвав их «доминантами»:

«Эгоцентрическая доминанта» - интерес подростка к собственной личности, к своей внешности, к принятию его сверстниками, взрослыми авторитетными для него людьми.

«Доминанта дали» - установка подростка на большие масштабы, которые для него более приемлемы, чем ближние, текущие дела.

«Доминанта усилия» - тяга подростка к сопротивлению, преодолению, к волевым напряжениям, проявляющимся зачастую в упрямстве, хулиганстве, протесте против взрослого вмешательства в его жизнь.

«Доминанта романтики» - стремление подростка к неизвестному, рискованному, к приключениям, к героизму.

Учебная деятельность подростка меняет направление: если раньше она была направлена на внешний мир, то теперь направлена на себя.

Симптоматические особенности развития ребенка в подростковом возрасте проявляются в следующем:

- возникают трудности в общении со взрослыми. Главные события жизни подростка теперь происходят за пределами дома и образовательного учреждения.
- уход в детские компании, референтные группы. Поиск тех, кто понимает твои проблемы.
- ребенок часто ведет дневник где отражает свои внутренние переживания, волнующие его мысли и оценки окружающих его людей и событий.

В целом можно сказать, что центральное новообразование подросткового возраста – это возникновение представления о себе как о взрослом. У подростка возникает огромная потребность признания его «взрослости» окружающими. Он приходит к выводу, что никакой разницы между ним и взрослыми нет. Безусловно, это приводит к конфликтам, поскольку стремление подростка быть взрослым вызывает активное сопротивление самих взрослых. Так как основой новой ситуации развития ребенка в подростковом возрасте становится общение со сверстниками, именно в процессе этого общения осваиваются нормы морали и социального поведения. Если воздействие детского сообщества отрицательное, важно, чтобы взрослым было что противопоставить ему, иначе у подростка появятся все шансы перейти в «группу риска».

В подростковый период следует быть особенно внимательными к взрослому человеку и к выбору методов его воспитания. Предлагаю вам познакомиться с рекомендациями, которые профессор Валентина Зайцева дает родителям подростков. Причем многие из этих рекомендаций применимы и к детям дошкольного или младшего школьного возраста, пока еще не поздно воспитывать ребенка, закладывая крепкую основу здоровых отношений между родителями и детьми.

## **1. В подростковом возрасте дети начинают оценивать жизнь своих родителей**

Подростки, особенно девочки, обсуждают поведение, поступки, внешний вид мам и пап, учителей, знакомых, и постоянно сравнивают. В какой-то момент результат этого сопоставления скажется на ваших отношениях с сыном или дочерью. Он может быть для вас как приятным, так

и неприятным. Так что, если не хотите ударить в грязь лицом, начинайте готовиться к этой оценке как можно раньше.

## **2. Главное в ваших взаимоотношениях с ребенком – взаимопонимание**

Чтобы его установить, вы должны проявлять инициативу и не таить обид. Не следует как идти на поводу у сиюминутных желаний ребенка, так и всегда противиться им. Но если вы не можете или не считаете нужным выполнить желание сына или дочери, нужно объяснить – почему.

И вообще, больше разговаривайте со своими детьми, рассказывайте о своей работе, обсуждайте с ними их дела, игрушечные или учебные, знайте их интересы и заботы, друзей и учителей. Дети должны чувствовать, что вы их любите, что в любой ситуации они могут рассчитывать на ваш совет и помощь и не бояться насмешки или пренебрежения.

Поддерживайте уверенность детей в себе, в своих силах, в том, что даже при определенных недостатках (которые есть у каждого) у них есть свои неоспоримые достоинства. Стратегия родителей – сформировать у ребенка позицию уверенности: «Все зависит от меня, во мне – причина неудач или успехов. Я могу добиться многого и все изменить, если изменю себя».

В воспитательном процессе недопустима конфронтация, борьба воспитателя с воспитанником, противопоставление сил и позиций. Только сотрудничество, терпение и заинтересованное участие воспитателя в судьбе воспитанника дают положительные результаты.

## **3. Удивляйте – запомнится!**

*Тот, кто производит неожиданное и сильное впечатление, становится интересным и авторитетным.*

Что привлекает ребенка во взрослом? Сила – но не насилие. Знания – вспомните, например, извечные «почему?» у малышей. На какую их долю вы сумели понятно и полно ответить? Ум – именно в подростковом возрасте появляется возможность его оценить.

Привлекают также умения – папа умеет кататься на лыжах, чинить телевизор, водить машину, а мама рисует, готовит вкусные пирожки, рассказывает сказки... Внешний вид – его в большей мере ценят девочки.

Жизнь родителей, их привычки, взгляды оказывают гораздо большее влияние на ребенка, чем долгие нравоучительные беседы. Немаловажное значение для подростков имеют и ваши доходы. Если вы в этой области конкурентоспособны, подумайте заранее, что вы можете положить на другую чашу весов, когда ваш подросший ребенок поставит вас перед этой проблемой.

#### **4. Вы хотите, чтобы ваш ребенок был крепким и здоровым?**

Тогда научитесь сами и научите его основам знаний о своем организме, о способах сохранения и укрепления здоровья.

Это вовсе не означает, что вы должны освоить арсенал врача и назначение различных лекарств. Лекарства – это лишь «скорая помощь» в тех случаях, когда организм не справляется сам. Еще Тиссо утверждал: «Движение как таковое может по своему действию заменить все лекарства, но все лечебные средства мира не в состоянии заменить действие движения».

Главное – научить организм справляться с нагрузками, прежде всего физическими, потому что они тренируют не только мышцы, но и все жизненно важные системы. Это труд немалый и регулярный, но за то и дается человеку «чувство мышечной радости», как назвал это ощущение почти сто лет назад великий врач и педагог П. Ф. Лесгафт. Конечно, физические и любые другие нагрузки должны соответствовать возрастным возможностям ребенка.

Кстати, только физические упражнения, в том числе и на занятиях физкультурой, могут смягчить вред от многочасового сидения за партой. Так что не спешите освобождать от них ребенка. Это не принесет ему даже временного облегчения в напряженной учебной жизни. И совершенно необходимо, чтобы ребенок понимал: счастья без здоровья не бывает.

#### **5. Сколько времени в неделю вы проводите со своими детьми?**

По данным социологических опросов, большинство взрослых в среднем посвящают детям не более 1,5 часа в неделю! Как в этот краткий промежуток вместить разговоры по душам, походы в театр и на природу, чтение книг и другие общие дела?

Конечно, это не вина, а беда большинства родителей, которые вынуждены проводить на работе весь день, чтобы наполнить бюджет семьи.

Но дети не должны быть предоставлены сами себе. Хорошо, если есть бабушки и дедушки, способные взять на себя часть проблем воспитания. А если их нет?

Обязательно подумайте, чем будет заниматься ваш ребенок в часы, свободные от учебы и приготовления домашних заданий.

## **6. Берегите здоровье ребенка и свое, научитесь вместе с ним заниматься спортом, выезжать на отдых, ходить в походы**

Какой восторг испытывает ребенок от обычной сосиски, зажаренной на костре, от раскрошившегося кусочка черного хлеба, который нашелся в пакете после возвращения из леса, где вы вместе собирали грибы!

А день, проведенный в гараже вместе с отцом за ремонтом автомобиля, покажется мальчишке праздником более важным, чем катание в парке на самом «крутом» аттракционе. Только не пропустите момент, пока это ребенку интересно.

То же самое касается и привычки к домашним делам. Маленькому интересно самому мыть посуду, чистить картошку, печь с мамой пирог. И это тоже возможность разговаривать, рассказывать, слушать. Пропустили этот момент – «уберегли» ребенка, чтобы не пачкал руки, все – помощника лишились навсегда.

## **7. Желание взрослых избежать разговоров с детьми на некоторые темы приучает их к мысли, что эти темы запретные**

Уклончивая или искаженная информация вызывает у детей необоснованную тревогу. И в то же время, не надо давать детям ту информацию, о которой они не спрашивают, с которой пока не могут справиться эмоционально, которую не готовы осмыслить.

Лучший вариант – дать простые и прямые ответы на вопросы детей. Так что и самим родителям надо всесторонне развиваться – не только в области своей специальности, но и в области политики, искусства, общей культуры, чтобы быть для детей примером нравственности, носителем человеческих достоинств и ценностей.

## **8. Не оберегайте подростков излишне от семейных проблем**

Как психологических (даже если произошло несчастье, чья-то болезнь или уход из жизни, – это закаляет душу и делает ее более чуткой), так и материальных (это учит находить выход).

Подростку необходимы положительные и отрицательные эмоции. Для успешного развития ребенка полезно изредка отказывать ему в чем-то, ограничивать его желания, тем самым подготавливая к преодолению подобных ситуаций в будущем. Именно умение справляться с неприятностями помогает подростку сформироваться как личности.

Роль взрослого человека состоит прежде всего в том, чтобы помочь ребенку стать взрослым, то есть научить его противостоять действительности, а не убегать от нее. Отгораживая ребенка от реального мира, пусть даже с самыми благими намерениями, родители лишают его возможности приобрести жизненный опыт, найти свой путь.

Никогда не лгите ребенку, даже если это продиктовано лучшими убеждениями и заботой о его спокойствии и благополучии. Дети каким-то неведомым образом чувствуют ложь в любой форме. А тому, кто обманул раз-другой, доверия ждать уже не приходится.

## **9. Если вы уже успели наделать ошибок в воспитании, вам будет труднее, чем в начале пути**

Но если в своем воспитаннике вы выявите хотя бы капельку хорошего и будете затем опираться на это хорошее в процессе воспитания, то получите ключ к его душе и достигнете хороших результатов.

Такие простые и емкие советы воспитателям можно встретить в старинных педагогических руководствах. Мудрые педагоги настойчиво ищут даже в плохо воспитанном человеке те положительные качества, опираясь на которые можно добиться устойчивых успехов в формировании всех других.

## **10. Если вы поняли, что были не правы, пренебрегали мнением сына или дочери в каких-либо важных для них вопросах, не бойтесь признаться в этом сначала себе, а потом и ребенку**

И постарайтесь не повторять этой ошибки снова. Доверие потерять легко, а восстанавливать его долго и трудно.

