

«Особенности подросткового возраста и как повысить его мотивацию к учебе»

Все мы с вами - люди, за плечами которых огромный жизненный опыт, и не важно, каким он был, положительным или отрицательным, общая цель нашей встречи - это любовь к нашим детям, внимание к их формирующейся личности.

Посоветовать что-то конкретное в какой-либо сложной для вас ситуации, без уточнения обстоятельств трудно, но несколько рекомендаций можно предложить. Сегодня мы поговорим о самых уязвимых точках подросткового возраста, о трудностях, с которыми сталкиваются дети в период взросления и что с этим можно сделать?

Родители часто встречаются с проблемой, что в подростковом возрасте дети становятся более замкнутыми, неуправляемыми и намеренно противоречат взрослым. Часто это возникает из-за того, что родители слишком беспокоятся за своих детей: за их безопасность, или, например, успеваемость. Но дети уже выросли и учатся принимать ответственность за свои решения.

Подросткам хотелось бы спросить совета у родителей о том, как лучше поступить в той или иной ситуации. Им хочется общаться с родителями «на равных». Но часто родители крайне поглощены абсолютным контролем своих детей, накладывая запреты и ультиматумы на многое, дети в свою очередь воспринимают это как недоверие.

Поэтому нужно и очень важно найти в себе силы, чтобы признать, что ваш подросток уже вырос и достоин разговаривать с вами на «взрослом языке».

К 13 годам у ребенка накапливается немало проблем переходного возраста. Постепенно нарастает неуверенность в себе. Появляется тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей, друзей. Часто дети жалуются на быструю утомляемость, головокружения, головную боль, что не всегда является симуляцией, а действительно проявлением особенностей развития. В этот период происходит смена ведущей деятельности: учебной - на сферу общения. Возникает потребность в контактах со сверстниками, желание увидеть себя и узнать себя в общении с другими. И этот интерес ведет ребенка за рамки школы (он задает себе вопрос: «Какой я?»).

Подросток стремится быть и считаться взрослым. Он всячески протестует, проявляет упрямство, когда его контролируют, наказывают, требуют послушания, подчинения, потому что не считаются с его желаниями, интересами. **Все это он делает, чтобы доказать, что он уже не ребенок.**

Еще одной характерной особенностью этого возраста является формирование такой черты, как **агрессивность** (особенно у мальчиков). Это выражается в поступках, которые подчеркивают силу, упорство, настойчивость. И здесь очень важно то, как реагируют взрослые на такое проявление, если они поступают точно так же, агрессивно, то эта черта в

поведении подростка только закрепляется, происходит осознание того, что лишь проявляя агрессию можно воздействовать на других людей.

Часто нам приходится слышать от наших детей обидные или несправедливые высказывания. Но, как правило, эти высказывания вызваны не столько их действительным отношением к нам, сколько эмоциональным ситуативным состоянием.

Важно понять, что подростки не всегда способны себя контролировать.

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

Конечно, терпеть хамство собственного ребенка очень трудно. Так и хочется дать грубияну достойный отпор и поставить его на место. Но будет ли от этого толк? Будьте мудрее, не провоцируйте своего ребенка на грубость. В этом вам помогут некоторые **правила поведения в такой ситуации.**

Советы психолога родителям подростков:

- Цените откровенность своих детей, искренне интересуйтесь их проблемами.
- Общайтесь на равных, тон приказа сработает не в вашу пользу. Дайте понять, что Вы понимаете их.
- **Дайте свободу.** Спокойно свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже вырос, и далее удерживать его возле себя не удастся, а непослушание — это стремление выйти из-под вашей опеки.
- Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.
- Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.
- **Уступает тот, кто умнее.** Чтобы скандал прекратился, сумейте остановиться, заставьте себя замолчать, даже если вы тысячу раз правы. Взрослому это сделать легче, чем подростку с его неустойчивой психикой. Запомните: лавры победителя в отношениях с собственными детьми не украшают.
- **Идите на компромисс.** Еще ничего никому не удалось доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей. Когда и родители, и подростки пытаются доказать свою правоту криками и упреками, шанс уладить конфликт ровняется нулю.
- **Никаких нотаций.** Больше всего подростка бесят нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный, вежливый тон и откажитесь от категорических оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд и собственные выводы.
- Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным, оскорбительным тоном, тем самым Вы унижите его самого.

- Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом.
- Расскажите им о себе, вашей истории первой любви – это поможет найти Вам взаимопонимание с ребенком.
- Если Вы сумеете установить с ним дружеские отношения, то будете иметь возможность не просто контролировать его поведение, но и влиять на его поступки.
- Помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь со множеством проблем, а с другой – стремится оградить свое личное пространство от какого-либо вторжения, и он имеет на это полное право.
- Избегайте крайностей: давать полную свободу так же неверно, как и «закручивать гайки».
- **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 нас.

Подростковый возраст- это особенный и очень важный для дальнейшего становления личности возраст. Основа самооценки ребенка закладывается в зависимости от того, как с ним обращаются родители.

И в заключении хотелось бы сказать:

Больше всего подросткам хотелось бы видеть в Вас- родителях друзей и советчиков. При всей своей тяги к самостоятельности, ваши дети нуждаются в вашей помощи. Семья остается тем местом, где подросток чувствует себя наиболее спокойно и уверенно. Помните: климат собственной семьи - в вашей власти!

«Любите вашего ребенка таким, какой он есть и забудьте о качествах, которых у него нет..»

Спасибо за внимание!