

Семинар-практикум «Психология ранней юности: проблемы и пути их решения»

Цель: способствовать просвещению родителей учащихся по данной теме, помочь осознать важность и значимость этого периода в становлении личности ребенка.

Задачи: расширить представления родителей об особенностях ранней юности; оказать родителям помощь в преодолении трудностей в этом возрасте.

Ход семинара.

1. Вступительное слово. Знакомство с темой, целями и задачами семинара.
2. Мини-лекция «Психология ранней юности»

Юношеский возраст - период жизни человека между подростковым возрастом и взрослостью. В науке юность определяется в границах 14-18 лет и рассматривается как самостоятельный период развития человека, его личности и индивидуальности. В юношеском возрасте в основном завершается физическое развитие организма, заканчивается половое созревание, замедляется темп роста тела, заметно нарастают мышечная сила и работоспособность. Считается, что к 15-16 годам общие умственные способности уже сформированы, однако на протяжении раннего юношеского возраста они продолжают совершенствоваться. В раннем юношеском возрасте продолжается процесс развития самосознания, главным новообразованием ранней юности является готовность (способность) к личностному и жизненному самоопределению.

Ранний юношеский возраст - чрезвычайно важный и ответственный период в развитии личности человека. Еще Ж.-Ж. Руссо говорил о сознательном самоопределении как об основном содержании «второго рождения» личности в юности. К этому следует только добавить, что речь должна идти не столько даже о сознательном самоопределении, сколько о действенном самоопределении. Сознательное самоопределение в известной степени уже есть у подростка, выбирающего образ жизни, ставящего перед собой определенные цели. Самоопределение юноши отличается тем, что он уже начинает действовать, реализуя эти планы, утверждая тот или иной образ жизни, начиная осваивать выбранную профессию. Поэтому ответственность за каждый шаг неизмеримо возрастает, и каждая ошибка может обернуться существенными последствиями.

Юность - судьбоносный период жизни, в котором цена ошибки не двойка, а порой бесполезно прожитые годы. В юности почти каждого человека случаются

первая любовь и первая дружба - события и связанные с ними переживания, которые не только остаются в памяти человека, но и влияют на всю его жизнь.

Юность - уникальный период вхождения человека в мир культуры, когда он имеет не только интеллектуальную, но и физическую возможность много читать, путешествовать, ходить в музеи, на концерты, как бы заряжаясь энергией культуры на всю последующую жизнь. Если этот шанс упускается в юности, часто в дальнейшем бывает невозможным такое свежее, интенсивное и свободное, не связанное профессиональными родительскими или какими-либо иными нуждами приобщение к культуре. Юность ценят все - это возраст, с которым горько расставаться, в который многие хотели бы вернуться. *Выделим следующие основные задачи развития в ранней юности:*

- обретение чувства личной тождественности и целостности;
- обретение психосексуальной идентичности - осознание и самоощущение себя как достойного представителя определенного пола;
- профессиональное самоопределение - самостоятельное и независимое определение жизненных целей и выбор будущей профессии;
- развитие готовности к жизненному самоопределению, что предполагает достаточный уровень развития ценностных представлений, волевой сферы, самостоятельности и ответственности.

Ранний юношеский возраст (16 лет) приходится на школьный период жизни, поэтому проблемы старшеклассников касаются преимущественно страхов и тревог, связанных с самоутверждением в среде сверстников и окружающим социумом, с проблемой выбора направления предстоящей взрослой жизни, а также с учебной деятельностью. Повышенные требования к уровню знаний учащихся старших классов в соответствии с установочной целью дальнейшего обучения в вузе создают условия для возникновения новых учебных факторов, отрицательно сказывающихся на здоровье подростков. Одной из главных причин учебной перегрузки школьников в старших классах является недостаточное усвоение изучаемого материала. Возможно, в предшествующие годы у них недостаточно сформировались основные учебные знания, навыки и умения. Другой причиной тревожности является неорганизованность, неумение выполнить намеченное, нехватка времени, порождающие неуверенность в своих силах, создающие атмосферу эмоционального дискомфорта. Сложные контрольные работы, итоговые зачеты и экзамены тоже отрицательно отражаются на их здоровье. Плохие отметки, конфликтные ситуации с учителями, недостаточное знание предмета, угрожающая возможность потерпеть неудачу, дефицит времени и т. п. являются причиной хронического эмоционального стресса практически у каждого второго старшеклассника.

3. Работа в группах

Педагог-психолог. Подумайте и озвучьте, пожалуйста, с какими проблемами вы сталкиваетесь в настоящее время? Проблемы выносятся на всеобщее обсуждение. А сейчас давайте попробуем найти выход, пути решения озвученных вами проблем.

(Работа в группах, затем выступление, обсуждение, если кто-то не согласен)

4. Мини-лекция «Проблемы и пути их решения»

Родителей старшеклассников легко узнать. У них на лицах написана решимость, готовность к сражениям за светлое будущее своих подросших детей. И все бывает хорошо, но иногда этот напряженный процесс вдруг нарушают те, ради кого он затеян. Дети вдруг влюбляются или норовят вильнуть прочь с проложенной родителями дороги. И что прикажете делать? После периода растерянности наступает момент, когда родители решают надеть «ежовые рукавицы». Но прежде чем выходить на «тропу войны», нужно понять, что же на самом деле происходит. Почему человек в 15-16 лет вдруг становится таким неуправляемым? Ведь он рос разумным, хорошо учился и мечтал приобрести профессию и приносить пользу обществу. Вместо этого ранее послушный ребенок начинает грубить, проводить время в компании сверстников и наотрез отказывается учиться.

Психологи утверждают, что именно в этом возрасте происходит завершающая стадия так называемого переходного периода от детства к юности. И фаза протеста здесь - нормальное явление, свидетельствующее о естественном пути развития личности. В это время молодой человек постоянно сомневается в себе. Иногда он видит себя значительным, талантливым и неотразимым, в другой момент он считает, что никому не нужен и не интересен. И результат такой неуверенности - неожиданные резкие перемены в настроении, конфликты с теми, кто не понимает и не поддерживает его. Кроме того, для позднего подросткового возраста характерно неприятие мира взрослых. Подросток сознает, что ему необходимо признать устройство общества и жить в нем. Но в то же время крайне обостренно он воспринимает неискренность, недостатки взрослых и несправедливость. Малейшая искра может в этот момент разжечь костер бунтарства и отрицания всех норм.

Родители в это время тоже выглядят отнюдь не идеальными. И это приводит в замешательство: ведь долгие годы детства самые близкие люди обладали «иммунитетом», были в сознании ребенка непогрешимыми. Порой родители не понимают, что 16-летний человек переживает один из самых трудных этапов своей жизни. На него обрушивается одновременно несколько лавин: гормональная, эмоциональная и интеллектуальная. С одной стороны, он потрясен теми переменами, которые происходят с его телом. Просыпается

сексуальность, которая влечет за собой полную перестройку душевного мира. Общество начинает предъявлять к подростку те требования, которые предъявляет к взрослым, и это тоже меняет самосознание. А с другой стороны, родители продолжают относиться к 16-летнему, как к ребенку: не принимают во внимание его душевые переживания, не интересуются эмоциональной жизнью и вкусами. Отношения с родителями чаще сводятся к разговорам о школе, поведении, дневнике и прочих формальных сторонах жизни. Так теряется доверие, формализуется общение между разными поколениями в семье.

Взрослым кажется, что в 10-м, а тем более в 11-м классе нужно оставить в стороне все развлечения и заниматься только учебой, потому что от этого зависит вся будущая жизнь. А подростку необходимо общение с друзьями - именно сейчас он пробует найти свое место в новом для него мире. Смешно требовать от 16-летнего соответствия системе ценностей 40-летнего. Всему свой срок. Отцу кажется, что поступление в институт и профессиональное самоопределение - это самое важное. Он теперь, пройдя путь обучения, профессиональной карьеры, это понимает. А юная дочь убеждена, что есть вещи и поважнее - быть красивой, наладить отношения с мальчиком и т. д. И задача отца в этом случае не в том, чтобы отказаться от своих убеждений, а в том, чтобы принять и признать проблемы дочери важными, волнующими и заслуживающими внимания. Вообще, старшеклассники, вопреки своему поведению и заявлениям, остро нуждаются в поддержке и помощи старших. Психологический барьер, который часто появляется между родителями и подросшими детьми, мучителен. Потребность в общении именно с родителями не компенсируется сверстниками. Родители, которые понимают это, стараются дать своим детям максимум тепла, заботы и понимания, не ставя условий и не требуя взамен послушания и подчинении.

Нет ничего ужасней ссоры с 16-летними. С одной стороны, взрослые понимают, что перед ними ребенок, а потому используют силу своей власти. А с другой, этот ребенок может хладнокровно отказаться что-либо делать, нагрубить или вообще уйти из дома. В этот момент родители как никогда чувствуют свою беспомощность. Волна ссор и взаимных требований растет, проблема не решается. Психологи утверждают, что самые тяжелые конфликты происходят в семьях, в которых родители уделяют чрезмерное внимание учебе ребенка, быту, достатку, престижности образования, наличию модной одежды. За всеми этими хлопотами пропадает интерес к внутреннему эмоциональному миру ребенка, его истинным интересам и увлечениям. Как правило, взрослые старательно контролируют поведение детей, их взгляды и суждения, оценивают друзей и подруг. Если в какой-то момент ребенок начинает вести себя вразрез с представлениями взрослых, конфликт может затянуться на годы.

Немаловажная проблема в этом возрасте - это выбор профессии. И вместо того, чтобы подбирать профессию «лучше» и «потеплее», нужно начать

кропотливое изучение личности своего ребенка. Для этого подводят беседы, наблюдения, и специальные тестирования. Возможно, понадобится помочь психолога, школьного учителя, друзей. Меньше всего при выборе профессии ребенку подходит принцип: «Это была моя мечта». Именно то, что на ребенка возлагается исполнение несбытий надежд родителей, приводит к полному разладу отношений между младшими и старшими. Делаем вывод: Конечно, «ежовые рукавицы» манят родителей. Так хочется воспользоваться тем, что ты старше, что ребенок материально зависим от тебя... Иногда кажется, что ребенок нуждается в ограничениях и жесткой дисциплине потому, что не в состоянии сам урегулировать свою жизнь. Но закон физики о том, что «действие рождает противодействие», работает и в такой сфере, как человеческие отношения. Да, возможно давление и ограничения принесут временную пользу. Ребенок выучит все то, что нужно, получит хорошие оценки и поступит в нужный институт. Но если к этому не приложится понимание и эмоциональная стабильность, то польза будет весьма сомнительной, т.к. ребенок потеряет шанс научиться самоорганизации и умению делать собственный выбор.

Януш Корчак, непререкаемый авторитет для думающих педагогов и родителей всего мира, борец за право ребенка быть личностью, однажды написал слова горькие и отчаянные: «Облаченные в пурпурную мантию лет, как часто мы навязываем бессмысленные, некритичные, невыполнимые предписания! В изумлении останавливается подчас разумный ребенок перед агрессией язвительной седовласой глупости». Возможно, иногда эту фразу стоит вспоминать в тот момент, когда так хочется надеть злополучные «ежевые рукавицы».

5. Завершение. Подведение итогов.

Наличие проблем неизбежно, особенно в таком сложном возрастном периоде. Но увидеть проблему - значит сделать шаг к ее решению. На прощание мне хочется вручить вам памятки.

ПРИЛОЖЕНИЕ Памятка родителям подростка

- Регулярно показывайте ребенку свои чувства и, прежде всего, любовь.
- Учитесь слушать и слышать своего ребенка.
- Умейте принять его таким, каков он есть.
- Постарайтесь сделать так, чтобы только вы снимали его эмоциональное напряжение.
- Не запрещайте детям выражать отрицательные эмоции.

- Повиновение, послушание и исполнительность будут там, где они предъявляются разумно.
- К агрессивным проявлениям в поведении ребенка приводит агрессивность семьи.
- Поощряйте в ребенке надежду на лучшее.
- Будьте для ребенка примером человека, который постоянно учится. Учитесь вместе с детьми.
- Отмечайте школьные успехи ребенка, устраивая по этому поводу праздники.
- Никогда не сравнивайте вашего ребенка с другими детьми в классе или с детьми ваших знакомых или родственников.
- Обсуждайте с ребенком его жизненные планы, ценности, мечты.
- Ребенку важно видеть, что его родители помогают окружающим. Создавайте в вашем доме атмосферу доброжелательности и заботы друг о друге и об окружающих.
- Показывайте пример уважительных отношений в семье. Не миритесь с унижениями, оскорблением, грубостью.
- Учите ребенка различать агрессивное поведение, пассивное поведение, поведение уверенного в себе человека.
- Не исключайте ребенка из семейных дискуссий, которые касаются его лично. Давайте ему возможность высказаться. Принимая решения, учитывайте его мнение.
- Обсуждайте планы всей семьей. Вместе выстраивайте приоритеты.
- Помните: во всех несчастьях вашего ребенка есть и ваша вина.

Что нельзя говорить ребенку

Остерегайтесь говорить подростку: «Ерунда, не стоит внимания». Подростки воспринимают окружающее гораздо остree, они еще не привыкли к мелким подлостям жизни. То, что кажется вам пустяком, для них может стать трагедией.

Избегайте фраз, которые можно истолковать буквально. Фразу «И зачем я тебя родила?» подросток может воспринять как то, что вы хотите его смерти.

Подросток должен быть уверен, что его любят, несмотря на то, что он делает что-то не так. «Меня не устраивают твои поступки, но не ты сам» - вкладывайте этот смысл во все ваши выговоры.

Даже в порыве гнева не говорите вашему ребенку, что вы от него устали, что он вас раздражает, и самое страшное - что вы его ненавидите... Не срывайте на ребенке злость. В период полового созревания его нервы постоянно на пределе. Вашу ругань он может принять как сигнал «уйти навсегда». Помните об этом.