ГУО «Новопогостская средняя школа имени Г.И. Цитовича»

«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СЕМИКЛАССНИКОВ»

Подготовила: Чёрная О.А.
классный руководитель 7 класса

Цель: повышение компетентности родителей о проблеме взросления несовершеннолетних.

Задачи:

акцентировать внимание родителей на психологических и физиологических особенностях семиклассников;

наметить пути преодоления кризисных состояний;

оказать психологическую поддержку;

способствовать развитию чувства ответственности родителей за воспитание своих детей.

Ход собрания:

1. Вступительное слово классного руководителя.

Гармония семейных отношений не означает отсутствие проблем и бесконфликтности. Напротив, чем ближе к идеалу, тем сложнее и тоньше мир возникающих противоречий. Гармония ведь всегда единство различного. Когда мы говорим о богатстве личности, мы неизбежно сталкиваемся с богатством противоречий. Действительно, как совместить в одном человеке самые различные увлечения? Как предотвратить перерастание увлечения в страсть, способную заслонить ребёнку многообразный мир человеческих интересов, порывов, исканий, общения? Как сделать, чтобы разрешение одного противоречия неизбежно выводила подростка на оптимистические рубежи, побуждало бы к самовоспитанию?

Для того, чтобы избежать ошибок в отношениях с подростками, взрослые, и в первую очередь родители, должны хорошо знать природу происходящих в этот период физиологических процессов, возможности организма подростка и предъявлять посильные требования, избегая перегрузок, обеспечить достаточную двигательную активность в режиме дня ребёнка, участие в общественно значимом труде, широко привлекать его к массовым видам физической культуры во внеклассное время.

Тест «Детей воспитывают родители. А родителей? (приложение 1).

Тест дополнит представление участников собрания о себе как о родителе, поможет сделать определенные выводы относительно проблем воспитания детей.

После самоанализа учитель предлагает желающим высказаться, ответив на следующий вопрос: Появилось ли для вас что-то новое в ходе самоанализа о взаимоотношениях со своим ребенком?

Далее, поблагодарив родителей, учитель знакомит их с возрастными особенностями семиклассников.

2. «Портрет семиклассника».

Седьмой класс – это время полового созревания и ускорения физического развития: в организме происходят важные изменения, в том числе появляются вторичные половые признаки.

Этот период – время больших возможностей и больших опасностей. Ребенок как бы заново знакомится с собой, что во многом связано с

происходящими физическими изменениями, ощущениями собственных новых возможностей.

В седьмом классе возникают первое половое влечение (часто неосознанное), новые переживания, потребности и интересы. Возникает желание любить и быть любимым, появляется особый новый интерес к этой сфере человеческих отношений. Наиболее частыми жалобами родителей в этот возрастной период являются жалобы на чрезмерное внимание подростков к своей внешности, на чрезмерную озабоченность сексуальными проблемами, на ранний сексуальный опыт. Нередко именно поведение взрослых, их нежелание понимать закономерность происходящего с их детьми рождает глубокие, серьезные переживания у подростков, создает основу для их конфликтов со взрослыми.

Проблема внешности – одна из самых важных и болезненных для подростка. И чаще всего он своей внешностью недоволен. Подлинные или мнимые недостатки внешности – неуклюжесть, избыточный вес, слишком короткий или слишком длинный рост, прыщи и т.п. – все это основания для очень тяжелых переживаний подростков. Особенно тяжелы они потому, что им кажется, что так будет всегда – эти недостатки будут сопровождать их теперь всю жизнь.

Внешность – чрезвычайно значимая часть Я – всегда открыта для оценки со стороны окружающих, подросток постоянно ждет с их стороны отрицательной оценки. С этим связана особая подростковая застенчивость. Сравнение себя с другими – это основной механизм развития самооценки подростка, и в этот период он особенно значим и силен.

Внешность сверстников и собственная внешность в глазах подростка имеют очень большое значение. Это характерно практически для всех категорий подростков, различных подростковых групп. Слишком быстрое или слишком медленное развитие, резкое отличие от сверстников, а главное – несовпадение с эталонами подростковой группы имеют громадное значение для самооценки подростков.

Сильные отклонения в физическом развитии от бытующего среди подростков «стандарта» относятся к факторам риска. Такие подростки более, чем их благополучные сверстники, подвержены неблагоприятным влияниям, у них чаще формируется негативная самооценка, негативная Я-концепция, отмечается большая зависимость от окружения – в формах подчинения ему или бунта против него. В этот период для подростков остро встают вопросы полового развития и половых отношений. Поэтому очень важно, чтобы родители разговаривали со своими детьми на эти темы.

Школьник должен научиться смотреть на эту сферу как на одну из значимых для счастливой жизни человека. За демонстративными рассказами подростков о собственном сексуальном опыте часто скрывается переживание неуверенности в этой сфере. Особенно следует обратить внимание на случаи, когда подобный опыт демонстрируется подростком взрослому. Обычно это является проявлением двух разнонаправленных тенденций: с одной стороны, стремление доказать свою взрослость, с другой – привычное ожидание

помощи от взрослого. За случаями, когда подросток намеренно придумывает истории о своем сексуальном опыте, пытаясь таким образом утвердить свою взрослость, обычно скрываются трудности самоутверждения. Среди школьников это широко распространено.

Главная задача взрослых в этот период – сделать так, чтобы подросток понимал, что с ним происходит, и осознанно решал встающие перед ним проблемы. В этом возрасте важно укрепить у ребенка чувство собственного достоинства, самоуважения, развить представление о себе, помочь ему улучшить отношения со сверстниками своего и противоположного пола.

Специфика данного возраста хорошо описывается с применением частицы «не»:

не хотят учиться так, как могут;

не хотят слушать никаких советов;

не убирают за собой;

не делают домашние дела;

не приходят вовремя.

Встает вопрос: почему? Мы работаем, стараемся все им отдавать, покупаем разные вещи. А они НЕ... Что делать, чтобы «Не» приходило пореже? Попробуем разобраться.

Основное содержание возрастного периода можно отобразить метафорой прививки. Что происходит во время прививки? В организм попадают некие вредные вещества, которые заставляют его вырабатывать иммунитет, поэтому, когда возникнет угроза реального заболевания, организм уже будет знать, как реагировать на него. Так же и с подростками.

В это время они бросаются в активное узнавание различных аспектов жизни, иногда представляющих даже реальную угрозу, а также в активное опробование своих новых ролей. Им не нужны ничьи советы, ведь им необходимы собственные ошибки. Как это выглядит?

Подростки могут пробовать курить, целоваться, обниматься, употреблять ненормативную лексику, пробовать спиртные напитки. Подчеркнем еще раз, что целью является сам факт опробования, познания, а не получение удовольствия. И через такие пробы они познают себя, свои возможности. А что будет, если не дать им пробовать (ведь это же вредно для здоровья, вдруг привыкнут)? Здесь возможны различные варианты. Самым распространенным является «ядерный взрыв» в более позднем возрасте, когда, к примеру, молодой человек ударяется в секс, употребление алкоголя, занимается рискованными видами спорта, не имея к этому иммунитета, не зная, как это делается, не обладая самоконтролем. Последствия таких действий легко представить. Другой вариант – страх вплоть до внутренней паники. Отказ от вечеринок, от межполового общения вплоть до ухода к виртуальным партнерам. Так, значит, давать им пробовать? Да или нет?

Одного простого экспериментирования для дальнейшей успешной жизни недостаточно. Необходимо, чтобы подросток осваивал взрослую позицию: «Я признаю, что хотеть могу не только я, но и другие люди», «Я отдаю»; и оставлял постепенно детскую: «Я хочу, я беру». Что для этого

нужно? Нужно, чтобы подросток имел возможность вносить реальный вклад в жизнь своей семьи. Поэтому полезно прописать договор о правах и обязанностях подростка, а на каникулах предоставить ему возможность где-нибудь поработать. И тогда многие из тех «не», с которых мы начали свой разговор, будут постепенно уходить из жизни подростка. Он будет учиться не потому, что его заставляют, а понимая, что это нужно ему. Будет сообщать, когда задерживается, потому что, будучи во взрослой позиции, пожалеет маму [1; 2].

В заключение можно сказать, что главная задача взрослых в этот период – сделать так, чтобы подросток понимал, что с ним происходит, и осознанно решал встающие перед ним проблемы.

После данной информации учитель предлагает родителям памятку «Как правильно общаться с подростком» (таблица 1).

Таблица 1. Как правильно общаться с подростком.

Если Вы слышите	**Обязательно скажите**	**Запрещено говорить**
«Ненавижу всех…»	«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом».	«Когда я был в твоем возрасте… да ты просто несешь чушь!».
«Все безнадежно и бессмысленно»	«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить».	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе».
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом».	«Не говори глупостей. Поговорим о другом».
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять».	«Где уж мне тебя понять!».
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом».	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!».
«У меня никогда ничего не получается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить».	«Не получается – значит, не старался!».

В целом, в этот период большой ранимости подростка в сочетании с возрастающим стремлением к самоутверждению и взрослости любая случайность может привести к неблагоприятным явлениям. Однако следует помнить, что характер течения подросткового периода всегда определяется особенностями среды, в которой происходит развитие подростка, особенностями его взаимоотношений с окружающими. Никаких конфликтов не будет, если родители правильно на всё это реагируют.

3. Рекомендации родителям, как справиться с подростковым кризисом.

Итак, как мы уже выяснили – быть подростком очень тяжело, а уметь выстроить с ним эффективные взаимоотношения – еще сложнее. Поэтому я предлагаю вам ряд рекомендаций, которые помогут вам вместе с вашим ребенком преодолевать трудности переходного возраста:

1. Необходимо внимательно относиться к возрастному развитию своего ребенка, чтобы не пропустить первые, еще смазанные и неотчетливые, признаки наступления подросткового возраста. Время наступления у каждого – своё и никакие общие правила не могут быть догмой.

2. Отнеситесь серьезно к индивидуальным темпам развития вашего ребенка. Не считайте его маленьким, когда он уже начинает ощущать себя подростком. Но и не толкайте в «подростничество» насильно. Возможно, вашему сыну (или дочке) нужно на год или два больше времени, чем его сверстникам. Ничего страшного в этом нет.

3. Выслушайте все декларации вашего подростка, какими бы глупыми и незрелыми они вам не казались. Обсудите и проанализируйте вместе с сыном (или дочкой) каждый пункт. Добейтесь того, чтобы вы одинаково понимали, что именно значит, например, такая фраза, как: «Я все могу решать сам!». Что именно за ней стоит? Я могу сам решать, какую куртку мне надеть на прогулку? Или я могу сам решать, ночевать ли мне дома? Дистанция, согласитесь, «огромного размера». Кроме того, серьезное, лишенное насмешки и пренебрежения обсуждение важно еще и потому, что подросток довольно часто делает свой запрос «с запасом», так же как называет цену рыночный торговец. Именно для того, чтобы можно было поторговаться и уступить. А родители иногда, вместо того чтобы увидеть эту «рыночность» запроса, пугаются непомерности требований и начинают паниковать и запрещать все подряд.

4. Прекрасно, если вы сами и вовремя перережете «связь-резинку». Как можно раньше дайте нашему подростку столько самостоятельности, сколько он может реализовать. Утомительно и занудно советуйтесь с ним по каждому пустяку («Как ты думаешь, какие лучше обои купить? Подешевле и похуже или получше, но подороже?», «А огурцы, какие будем в этом году сажать? Как в прошлом году или попробуем новый сорт?»). Беззастенчиво впутывайте его в свои проблемы и проблемы семьи («Сегодня мой начальник опять ругался, что клиенты жалуются… А что я могу сделать, если половина из них явно нуждается в помощи психиатра! Как бы ты на моем месте поступила?», «Опять у бабушки почка болит. Что будем делать? Вызвать врача или опять те таблетки купить, что в прошлый раз помогли?»). Пусть подросток поймет, что вы не на словах, а на деле, видите в нем равного вам члена семьи.

5. Обязательно сами делайте то, чего вы хотите добиться от своего сына (или дочки). Звоните домой, если где-то задерживаетесь. Рассказывайте не только о том, куда и с кем вы ходите, но и о содержании вашего времяпрепровождения. Давайте развернутые и по возможности многоплановые характеристики своим друзьям и знакомым. Это позволит вам

больше узнать о друзьях вашего сына (или дочки). Чаще приглашайте к себе гостей. Если у вас, родителей, «открытый дом», вы, скорее всего, будете видеть тех, с кем проводит время ваше чадо. И вовремя сможете принять меры, если что-то пойдет не по плану. Рассказывайте о своих чувствах и переживаниях. Возможно, иногда что-то расскажет и ваш ребенок. Делитесь с подростком своими проблемами. Не стесняйтесь попросить у него совета. Вопреки распространенному мнению, иногда подростки очень чувствительны и тактичны в оценке и коррекции именно чужих ситуаций. Кроме того, в этом случае существенно повышается вероятность того, что и со своей проблемой чадо пойдет именно к вам, а не в ближайший подвал.

Постарайтесь обнаружить и исправить те ошибки в воспитании, которые вы допускали на предыдущих этапах. Если вы, конечно, не сделали этого раньше. Относительно «обнаружить» проблем обычно не бывает. Потому что именно в подростковом возрасте все допущенные ранее ошибки лезут наружу и расцветают пышным цветом [3; 4].

4. Тест «Какие вы родители?» (приложение 2).

Вы излишне терпимы или, наоборот, непомерно регламентируете жизнь своего ребенка? Ответив искренне на вопросы теста, вы узнаете, насколько правильный тон вы выбрали во взаимоотношениях с детьми [5].

5. Рефлексия. *Педагог родителям предлагает поделиться мнениями о полезности и актуальности заявленной проблемы.*

На слайде представлены телефоны (телефоны доверия: Республиканская телефонная «горячая линия» по оказанию психологической помощи несовершеннолетним, попавшим в кризисную ситуацию – телефон доверия для детей и подростков 8 (801) 100 16 11, 8 (017) 246 03 03 круглосуточно, бесплатно, анонимно и другие) по которым родители могут обратиться за профессиональной помощью (эти номера телефонов можно также разместить в родительских чатах).

Далее учитель информирует о разделе официального сайта учреждения образования (дается родителям активная гиперссылка или QR-код), где размещены полезные материалы.

Дорогие родители! Мы все несем ответственность за наших детей. Счастливы они или нет, успешны или нет – это наша с вами забота. Первый и самый важный элемент налаживания доверительных отношений с детьми – это услышать их. Услышать то, что они хотят сказать, услышать их радость и боль, отреагировать, понять, и если необходимо – помочь.

Уважаемые родители если вы заметили, что с вашим ребенком что-то происходит, не стесняйтесь спросить совета у специалистов в этой области. Помогите своему ребенку! Поддержите его.

Список использованных источников:

1. Реан, А. А. Психология человека от рождения до смерти / А. А. Реан. – Спб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2002.

2. Шнейдер, Л. Б. Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога / Л. Б. Шнейдер – М. : Педагогический университет «Первое сентября», 2009.

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : ЧеРо, 2003.

4. Моргулец, Г. Г. Формирование семейных ценностей: игры и тренинги для учащихся и родителей / Г. Г. Моргулец. – Волгоград : Учитель, 2011.

5. Новикова, Г. В. Принципы и правила взаимодействия педагога с семьей ученика / Г. В. Новикова // Справочник педагога-психолога – М. : МЦФЭР Ресурсы образования, 2011. – № 1.

Список рекомендуемой литературы:

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2016. – 304 с.

2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2020. – 304 с.

3. Млодик, Ирина. Книга для неидеальных родителей, или Жизнь на свободную тему / Ирина Млодик. (Родительская библиотека). – М. : Генезис, 2009. – 3-е изд. – 232 с.

4. Маршалл, Марвин. Воспитание без стресса / Марвин Маршалл. – М. : Эксмо, 2013. – 384 с.

5. Это важно знать! [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://rcpp.by/article/eto-vazhno-znat. – Дата доступа: 16.03.2022.

Приложение 1.

Тест «Детей воспитывают родители. А родителей?».

Инструкция

Уважаемые родители! Внимательно прочитайте предложенные вопросы. Постарайтесь ответить на них откровенно. Тест дополнит ваше представление о себе как о родителе, поможет сделать определенные выводы относительно проблем воспитания детей.

Ответы обозначаем буквами:

А – могу и всегда так поступаю;

Б – могу, но не всегда так поступаю;

В – не могу.

Можете ли вы:

1. В любой момент оставить все свои дела и заняться ребенком?
2. Посоветоваться с ребенком, невзирая на его возраст?
3. Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?
4. Извиниться перед ребенком в случае своей неправоты?
6. Овладеть собой и сохранить самообладание, даже если поступок ребенка вывел вас из себя?
7. Поставить себя на место ребенка?
8. Поверить хотя бы на минуту, что вы добрая фея (прекрасный принц)?
9. Рассказать ребенку поучительный случай из своего детства, представляющий вас в невыгодном свете?
10. Всегда воздержаться от употребления слов и выражений, которые могут ранить ребенка?
11. Пообещать ребенку исполнить его желание за хорошее поведение?
12. Выделить ребенку один день, когда он может делать что хочет и вести себя как хочет, и ни во что не вмешиваться?
13. Не прореагировать, если ваш ребенок ударил, грубо толкнул, незаслуженно обидел другого ребенка?
14. Устоять против детских просьб и слез, если уверены, что это каприз, мимолетная прихоть?

Результаты

Ответ «А» оценивается в 3 балла, ответ «Б» – в 2, «В» – в 1 балл. Подсчитайте общую сумму баллов.

Если вы набрали от 30 до 39 баллов, это значит, что ребенок – самая большая ценность в вашей жизни. Вы стремитесь не только понять, но и узнать его, относитесь к нему с уважением, придерживаетесь наиболее прогрессивных принципов воспитания и постоянной линии поведения. Вы можете надеяться на хорошие результаты.

Сумма от 16 до 30 баллов. Забота о ребенке для вас – вопрос первостепенной важности. Вы обладаете способностями воспитателя, но на практике не всегда применяете их последовательно и целенаправленно. Порой вы чересчур строги, в других случаях излишне мягки. Кроме того, вы склонны

к компромиссам, которые ослабляют воспитательный процесс. Вам следует серьезно задуматься над своим подходом к воспитанию ребенка.

Число баллов менее 16. У вас серьезные проблемы с воспитанием ребенка. Вам недостает либо знаний, либо желания, стремления сделать ребенка личностью, а возможно, того и другого. Советуем обратиться к помощи специалистов – педагогов и психологов, познакомиться с публикациями по вопросам семейного воспитания.

Приложение 2.

Тест «Какие вы родители?».

Инструкция:

Вы излишне терпимы или, наоборот, непомерно регламентируете жизнь своего ребенка? Ответив искренне на вопросы теста, вы узнаете, насколько правильный тон вы выбрали во взаимоотношениях с детьми. Ответить надо лишь «да» или «нет».

1. Гордитесь ли вы тем, что ваш ребенок уже с детства был аккуратным?
2. Поощряете ли вы его, когда он приносит хорошую оценку?
3. Умеете ли вы правильно отвечать своему ребенку на вопросы, связанные со взаимоотношениями полов?
4. Знаете ли вы точно, что ребенок должен, а чего не должен есть, чтобы его рацион соответствовал требованиям медиков?
5. Часто ли вы целуете или гладите своего ребенка?
6. Настаиваете ли вы на том, чтобы ребенок сам поддерживал порядок в своей комнате?
7. Способны ли вы в присутствии ребенка признать свою ошибку?
8. Уважаете ли вы право ребенка на личную тайну (письма, ведение дневника)?
9. Есть ли у вас привычка часто повторять: «В мое время...» или «Ребенок должен держать язык за зубами»?
10. Делитесь ли вы с детьми своими радостями и горестями?
11. Бывает ли, что вы в качестве наказания запрещаете ребенку смотреть телевизор?
12. Спрашиваете ли вы у ребенка, как он проводит свободное время?
13. Если бы придумали робота-воспитателя, способного идеально воспитывать детей, приобрели бы вы такую машину?
14. Критикуете и наказываете ли вы своих детей в присутствии посторонних?

Результаты.

Теперь посмотрите на приведенную ниже таблицу. Каждый ваш ответ, который совпал с ответами, данными в таблице, оценивается одним баллом. Сложив все баллы и заглянув в ключ теста, вы узнаете мнение психологов о вашем методе воспитания.

1 – Нет	2 – Нет	3 – Да	4 – Да	5 – Да
6 – Нет	7 – Да	8 – Да	9 – Нет	10 – Да
11 – Нет	12 – Нет	13 – Нет	14 – Нет	

1-2 балла. Вы слишком строги и педантичны. Вам стоит быть чуть терпимее.

3-5 баллов. Ваш результат не из лучших. Не будьте так жестки в своих требованиях к детям, дайте им возможность что-то решать самостоятельно.

6-8 баллов. Средний результат, свидетельствующий о неустойчивости вашей позиции. Вы то слишком требовательны к детям, то слишком многое им позволяете.

9-11 баллов. Думается, вы с радостью и разумно воспитываете своих детей, хотя и не знакомы со всеми премудростями педагогики.

12-13 баллов. Вы на редкость хорошие родители, надежная опора в жизни ребенка.