

**СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ СОБЕННОСТИ СЕМИКЛАССНИКОВ»**
(для родителей учащихся VII-х классов, 1 четверть).

Щуревич Оксана Васильевна,
учитель математики;
Денисенко Лариса Николаевна,
заместитель директора по
воспитательной работе
ГУО «Солтановская средняя школа»
Речицкого района

Цель: повышение уровня родительской компетентности в вопросах воспитания подростков, возрастных особенностей семиклассников, налаживания детско-родительских отношений и разрешения проблем, связанных с воспитанием подростков в семье.

Задачи:

познакомить родителей с психологическими и физиологическими особенностями подросткового возраста;

определить проблемные вопросы взаимодействия, пути их решения;

дать рекомендации родителям по воспитанию и развитию детей с учетом их психофизиологических особенностей;

способствовать формированию ответственности за воспитание детей.

Форма проведения: семинар-практикум.

Предварительная работа.

1. Подготовка анкет для родителей «Какой он сейчас, мой ребенок-семиклассник?».
2. Составление таблицы «Возрастные особенности семиклассников и действия родителей».
3. Подготовка памяток для родителей (приложение 2).
4. Подготовка педагогических ситуаций (групповая работа).

План проведения.

1. Вступительное слово классного руководителя.
2. Анкета «Какой он сейчас, мой ребенок-семиклассник?».
3. Мини-лекция «Возрастные особенности семиклассников».
4. Просмотр и обсуждение видеоролика «Топ-5 проблем, с которыми сталкиваются родители подростков».
5. Изучение таблицы «Возрастные особенности семиклассников и примерные действия родителей».
6. Разбор педагогических кейсов, коллективный поиск наилучшего выхода из них (форум-театр).

7. Составление памятки для родителей по теме встречи. Подведение итогов встречи.

Ход мероприятия

1. Вступительное слово классного руководителя.

*В подростковом возрасте многие
человеческие достоинства проявляются в
чуждачествах и неподобающих поступках.*

И. Гете.

Уважаемые родители, сегодня мы собрались для того, чтобы познакомиться с психофизиологическими особенностями ваших детей, которые вступили в подростковый возраст. И сегодня мы поговорим о том, как помочь в этот сложный период взросления вашему ребёнку, разберём некоторые конфликтные ситуации, каждый из вас получит памятки. Надеюсь, что этот семинар-практикум пройдёт для вас с пользой.

Актуальной проблемой во все времена была проблема понимания взрослыми особенностей подростков. Все мы замечаем, как меняются наши дети. Некоторые говорят, что ребёнок сильно вырос, кто-то отмечает изменения характера: появились вспыльчивость, эмоциональная неуравновешенность, желание спорить и противоречить родителям даже по пустякам. Ребёнок становится «неудобным», с ним уже труднее договориться, не всегда понятно, как поступить в некоторых ситуациях.

Гармония семейных отношений не означает отсутствие проблем и бесконфликтности.

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 как перегрузок, так и недогрузок; обеспечить достаточную двигательную активность в режиме дня ребёнка; участие в общественно значимом труде.

В 12-13 лет практически все дети пересекают рубеж подросткового возраста. Ведущая деятельность подростка – общение, главное новообразование этого возраста – чувство взрослости.

Чтобы найти ключ к взаимопониманию с ребенком переходного возраста, важно помнить: он уже не ребенок в прямом смысле слова. Сложность ситуации – именно в «переходности» данного периода. Не мешайте подростку «ломать» сложившиеся устои в семье или общении. Пусть он сам обретет необходимый ему или ей опыт, ведь только так произойдет «накопительный» эффект и человек становится взрослым.

2. Анкета «Какой он сейчас, мой ребенок-семиклассник?».

1. Что сейчас ему больше всего хочется?
2. Что он (она) больше всего любит на свете?
3. Что он (она) больше всего не любит на свете?
4. Что он (она) больше всего боится?

5. Что его (ее) раздражает?
6. Что его (ее) обижает?
7. Какая его (ее) любимая музыка?
8. Какое его (ее) любимое занятие?
9. Его (ее) друзья?
10. Какие у него (нее) проблемы?

Анкетирование проходят родители и учащиеся. Подведение итогов анкетирования.

3. Мини-лекция «Возрастные особенности семиклассников».

Седьмой класс – это время полового созревания и ускорения физического развития. Этот период – время больших возможностей и больших опасностей. Ребенок как бы заново знакомится с собой, что во многом связано с происходящими физическими изменениями, изучением собственных новых возможностей.

В седьмом классе возникают первые влечения (часто неосознанные), новые переживания, потребности и интересы. Возникает желание любить и быть любимым, появляется особый новый интерес к этой сфере человеческих отношений.

Наиболее частыми в этот возрастной период являются жалобы родителей на чрезмерное внимание подростков к своей внешности. Нередко именно поведение взрослых, их нежелание понимать закономерность происходящего с их детьми рождает глубокие, серьезные переживания у подростков, создает основу для их конфликтов с взрослыми.

Проблема внешности – одна из самых важных и болезненных для подростка. И чаще всего он своей внешностью не доволен. Подлинные или мнимые недостатки внешности – неуклюжесть, избыточный вес, слишком короткий или слишком длинный рост, прыщи и т.п. – все это основания для 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, и 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.

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.

4. Просмотр и обсуждение видефрагмента.

Предлагаю к просмотру и обсуждению видеоролика «Топ-5 проблем, с которыми сталкиваются родители подростков», что о подростковом возрасте говорят специалисты

<https://www.youtube.com/watch?v=GwRaQBv3n6w> .

Если хотите, чтобы подростковый возраст прошел без осложнений, следует соблюдать следующие требования:

1. У подростка очень хрупкий организм, он может часто болеть, у него обостряются хронические заболевания. Надо помочь организму справиться с перестройкой. Для этого строго следите за соблюдением режима дня. Не позволяйте злоупотреблять острой пищей, пить много кофе, есть много шоколада (это крайне вредно для подростка).

2. Подростки часами болтают по телефону, смотрят телевизор, круглосуточно слушают громкую музыку. Научите ребенка дорожить своим временем. Норма просмотра телепередач в этом возрасте – 60 минут в день, а для возбудимых детей и того меньше.

3. Самое важное для ребенка – общение. Разговаривайте с ним каждый день, обсуждайте, что интересного произошло в течение дня. Не выпытывайте у него информацию, лучше организуйте диалог, расскажите о своих проблемах, таким образом, подавая ребенку пример самораскрытия. Чаще обсуждайте с ним разные вопросы семейной жизни.

4. Старайтесь не ругать подростка в случае неудачи. Помогите ему разобраться в причинах случившегося.

5. Чаще хвалите ребенка и проявляйте любовь, не забывайте о тактильном контакте (обнимайте, целуйте).

6. Учítывая, что главное новообразование возраста – чувство взрослости, расширяя обязанности подростка, не забывайте расширять его права.

7. Приучайте подростка к систематическому труду. У него обязательно должны быть обязанности по дому.

8. Создайте дома обстановку нетерпимости к курению и употреблению алкоголя, тогда и у ребенка не появятся подобные вредные привычки.

9. Обязательно организуйте систематические занятия спортом. Следите за тем, чтобы ребенок посещал уроки физкультуры, помогите ему выбрать спортивную секцию.

10. В случае появления у ребенка необычной манеры поведения проанализируйте причины ее появления, при необходимости обратитесь к психологу.

5. Разбор педагогических кейсов, коллективный поиск решений.

1. Мать и отец приходят с работы. В раковине – грязная посуда. Мать кричит, отец ругает ребёнка. Сын демонстративно затыкает уши и уходит в другую комнату. Мать моет посуду.

(Обсуждение).

2. Дочь отпросилась на дискотеку и вернулась позже назначенного времени. Отец возмущён неисполнением требования. Мать считает, что ничего страшного нет и говорит, что в другой раз дочка придёт вовремя.

(Обсуждение).

3. К сыну пришли друзья. Они заперлись в комнате и что-то оживлённо обсуждают. Родители требуют: «Немедленно иди за стол, пора обедать, ребята подождут!».

(Обсуждение).

4. Мальчик встречается с девочкой. Мама приходит после собрания и говорит сыну: «Чтобы я больше тебя с этой девицей не видела! О ней знаешь, что говорят!?».

(Обсуждение).

5. Отец требует от сына в категорической форме, чтобы он прекратил курение. Сын ему ответил: «Ты сначала сам прекрати, а потом будешь от меня требовать».

(Обсуждение).

Рекомендации родителям:

К подростку относитесь как ко взрослому, а значит, его нужно убеждать, а не ругать.

Убеждать необходимо личным примером.

Не кричите на ребенка.

Не применяйте физическую силу. Это унижительно в любом возрасте, а в подростковом, с обостренным чувством собственного достоинства, это нанесет непоправимый вред.

Объясняйте чаще, для чего нужно хорошо учиться, чего достигли вы, хорошо учась в школе и в институте.

Помните, чтобы воспитать человека, нужно обладать безграничным терпением.

Старайтесь, воспитывая, проявлять мудрость, ведь мудрость основана на доброте.

Любите своего ребенка таким, какой он есть. Помните, что подростковый возраст – явление временное. Переживем его как стихийное бедствие.

Подведение итогов

Обобщая всё, о чём мы говорили сегодня, хочется подчеркнуть, что подростковый возраст даёт самое большое количество так называемых «трудных» детей. Но даже совершенно здоровых подростков характеризует предельная неустойчивость настроений, поведения, постоянные колебания самооценки, резкая смена физического состояния и самочувствия, ранимость, неадекватность реакции. Этот возраст настолько богат конфликтами и осложнениями, что некоторые исследователи рассматривают его как один сплошной затянувшийся конфликт. Всё это требует от нас с вами пристального внимания к ребёнку, предельной тонкости, деликатности, осторожности в общении с ним. Любите своих детей! Успехов вам в их воспитании!

Наша встреча подошла к концу. Благодарю вас за активное участие в обсуждении важных для всех нас вопросов.

Список использованных источников

1. <https://roduniversitet.bspu.by/wp-content/uploads/2022/02/Adaptaciya-rebenka-v-novom-kollektive-1.pdf>.

2. Катович, Н.К. Формы и методы взаимодействия семьи и школы: пособие для педагогов учреждений общ. сред. образования / Н.К. Катович, Т.П. Елисеева. – Минск : Национальный институт образования, 2011. – 208 с.

3. Кулагина, И. Ю. Психология развития и возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – М. :Трикста, Академический проект, 2011. – 419 с.

4. Осипова, М.П. Педагогическое взаимодействие с семьей: пособие для педагогов учреждений общего среднего образования / М.П. Осипова, Е.Д. Осипов. – Минск : ИВЦ Минфина, 2015. – 189 с.

Высказывание известных людей.

«Беспокоясь о том, кем ребенок будет завтра, мы забываем, что кем-то он является уже сегодня».

- *Сташа Таушер* -

«Пока развивается тело ребёнка, болит и ждёт помощи его душа».

- *Гёте* -

«Упрямый ребенок – результат неразумного поведения матери».

- *Януш Корчак* –

«Будь правдив даже по отношению к дитяти: исполняй обещание, иначе приучишь его ко лжи».

- *Л. Н. Толстой* -

«Для нормального развития детям необходимо, чтобы их слышали».

- *Триш Маджи* -

«Если ребенок ошибается, ему больше нужна помощь, чем выговор или наказание».

- *Марва Коллинз* -

Подростковый возраст охватывает период жизни с 13 до 18 лет (+/- 2 года). Все психологические изменения обусловлены физиологическими особенностями подросткового возраста и рядом морфологических процессов в организме.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА У ПСИХОЛОГОВ НАЗЫВАЮТСЯ «ПОДРОСТКОВЫМИ КОМПЛЕКСАМИ» ПО РЯДУ ПРИЧИН:

- ⇒ повышенная чувствительность к оценке посторонних;
- ⇒ предельная самонадеянность и категоричные суждения по отношению к окружающим;
- ⇒ противоречивость поведения: застенчивость сменяется развязностью, показная независимость граничит с ранимостью;
- ⇒ эмоциональная неустойчивость и резкие колебания настроения;
- ⇒ борьба с общепринятыми правилами и распространенными идеалами.



ЧТО ЕЩЕ НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ?

- ⇒ Родителям важно быть рассудительными и способными предвидеть все возможные варианты развития ситуации;
- ⇒ Родители должны знать особенности подросткового возраста;
- ⇒ Процесс воспитания должен быть подстроен под личные качества подростка;
- ⇒ Необходимо показывать своими поступками, что вам можно доверять;
- ⇒ Никогда не ругайте ребенка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства;
- ⇒ Необходимо создать комфортные условия и поддерживать его положительные начинания и поступки;
- ⇒ Всегда старайтесь положительно оценивать своего ребенка, даже если Вам кажется, что он в чем-то некомпетентен;
- ⇒ Проявляйте максимум внимания, переживайте вместе с ним каждую его неудачу и радуйтесь даже незначительным его успехам;
- ⇒ Попробуйте превратить свои требования в его желания.



ВЕРЬТЕ В СВОЕГО РЕБЕНКА, И ТОГДА ОН ТОЧНО ПОЧУВСТВУЕТ, ЧТО ДОМА ЕМУ ЛУЧШЕ, ЧЕМ ВО ДВОРЕ, ВЕДЬ ДОМА ЕГО ЛЮБЯТ, ПРИНИМАЮТ И УВАЖАЮТ.

САМОЕ ГЛАВНОЕ В ОТНОШЕНИЯХ – ЭТО ДОВЕРИЕ!

Доверяйте своему подростку и говорите с ним как с другом, криком еще никто ничего не добивался. С наказанием и криком вы будете обычными родителями, а вы в таком возрасте должны быть настоящим другом. Другом, с которым можно поделиться своими проблемами и мыслями.



КАК ОБЩАТЬСЯ С ПОДРОСТКАМИ ?

Безусловно, общаться с подростками очень трудно. Но отказаться и просто пытаться общаться меньше, боясь дерзости и недоверия, намного хуже.

Разговоры – это один из способов, когда эффективно может протекать процесс образования и воспитания. Во-первых, знайте, не разговаривайте с ребенком о его внешности: о том, что он или она много раз красили волосы, в разорванных джинсах и об остальных подовных вещах, которые подростки воспринимают крайне серьезно. Это их стиль, средство показать себя и этого не изменить. Говорите на другие, более важные и интересные темы.