



СОВЕТЫ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

Уважаемые родители!

Мы, взрослые, хотим, чтобы школьная жизнь ребенка была наполнена положительными эмоциями. Для этого мы должны создавать комфортные условия и поддерживать у ребенка желание учиться, ходить в школу, общаться с учителями и одноклассниками.

Но, для того, что бы это сделать нам нужно знать КАК это сделать ПРАВИЛЬНО. Главное - не навредить.

Надеюсь, что наши советы помогут и родителям и педагогам в нелегком деле воспитания.

В этом выпуске – материалы о семиклассниках, их проблемах и способах их решения.

Верьте в своего ребенка, и у вас все получится!

Возрастные особенности семиклассников

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

1) Половое созревание и неравномерное физиологическое развитие, обуславливающие эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения.

2) Изменение социальной ситуации развития: переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости.

3) Появление «чувства взрослости», желание подростка признания своей «взрослости».

4) Смена ведущей деятельности: учебную деятельность вытесняет интимно-личностное общение со сверстниками.

5) Познание себя через противопоставление миру взрослых и через чувство принадлежности к миру сверстников.

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 первые половые 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 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, и подросток

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ❖ ИНТЕРЕСУЙТЕСЬ МНЕНИЕМ ПОДРОСТКА.
- ❖ ПРЕДОСТАВЛЯЙТЕ ЕМУ ПРАВО ВЫБОРА.
- ❖ ПЕРЕДАВАЙТЕ ВЗРОСЛЕЮЩЕМУ РЕБЕНКУ ПОЛНОМОЧИЯ, С КОТОРЫМИ ОН МОЖЕТ СПРАВИТЬСЯ.
- ❖ ПОМОГАЙТЕ ПОДРОСТКУ ОБХОДИТЬСЯ ПРАВИЛЬНО С ЕГО САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬЮ.
- ❖ ПЕРЕДАВАЙТЕ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.

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 имеет 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 половые проблемы. Поэтому очень важно, чтобы родители разговаривали со своими детьми на эту тему. 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, пытаюсь 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.

Поговорим об ответственности

Каждый родитель согласится, что рано или поздно ребенок должен взять ответственность за свою жизнь полностью в свои руки. Если удалось установить хорошие и теплые отношения с ребенком в период его роста и взросления, то родитель становится просто добрым советчиком. Быть ответственным – значит самостоятельно принимать решение и осознавать необходимость действия.

УРОВНИ ОТВЕТСТВЕННОСТИ:

ПЕРВЫЙ УРОВЕНЬ:

РЕБЕНОК В КАЧЕСТВЕ ПОМОЩНИКА. РОДИТЕЛЬ ОБУЧАЕТ, ВЫДЕЛЯЕТ ГЛАВНЫЕ МОМЕНТЫ ЗАДАЧИ, РАССКАЗЫВАЕТ ОБ ОЖИДАЕМОМ РЕЗУЛЬТАТЕ;

ВТОРОЙ УРОВЕНЬ:

РЕБЕНОК НУЖДАЕТСЯ В НАПОМИНАНИИ И КОНТРОЛЕ. НО КОНТРОЛЬ И НАСТАВЛЕНИЕ ДОЛЖНО ПРОХОДИТЬ В СПОКОЙНОЙ И ТЕРПЕЛИВОЙ МАНЕРЕ.

ТРЕТИЙ УРОВЕНЬ:

РЕБЕНОК ВЫПОЛНЯЕТ ЗАДАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНО. (ЕСЛИ РОДИТЕЛЬ ХОРОШО ВЫПОЛНИЛ УСЛОВИЯ ПЕРВЫХ ДВУХ УРОВНЕЙ).

Условия воспитания ответственности:

1. Уважение.

- Помните, что подросток – личность, претендующая на равные со взрослыми отношения и права. Уважайте его право выбора, в том числе право на совершение ошибки.

- Общение должно быть в виде диалога, где существует равенство позиций взрослого и подростка.

- Будьте более внимательным к проблемам ребенка, ведь в его восприятии они имеют не

меньшую значимость, чем проблемы взрослых.

- Старайтесь осознавать, что мир взрослого и мир ребенка - два разных мира, что система их ценностей может отличаться. Нужно, чтобы он чувствовал, что взрослые уважают его как личность.

- Предмет разговора с ребенком должен быть конкретным, затрагивающим суть дела. При этом нельзя касаться личности («ты такой, сякой»), т.к. возникает «круговая оборона», защита своей чести, своего «Я», особенно это касается ситуаций конфликтов, споров, ссор. Разбирая конфликтные ситуации, оценивайте только действия, демонстрируя, что не нравятся именно они, а не сам ребенок как личность.

2. Разумные ограничения.

- Разработайте систему последовательных требований, правил и санкций за их нарушение, а также поощрений. Необходимо, чтобы ребенок принимал участие в обсуждении, был в курсе этих правил и согласился с мерами наказаний. Требования и правила должны быть хорошо аргументированы и понятны ребенку. Наказания должны применяться последовательно, а не быть угрозой только на словах.

- Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

3. Продолжительность и постепенность.

- Принимая самостоятельность ребенка, не сводите ее к вседозволенности. Пусть он определит время возвращения домой, объем задания. Тогда вам легче будет контролировать принятое самим ребенком решение.

- Постепенно учите ребенка самого справляться со своими трудностями. Пусть



самостоятельно ставит цели и определяет пути их достижения.

- Помогите ребенку выстраивать собственный путь, а не ведите его за собой.

- Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным», ответственным за свои решения и поступки.

4. Учет возрастных и индивидуальных особенностей.

- Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

- Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.

- Старайтесь никогда не сравнивать ребенка с окружающими или с собой (даже в сердцах), особенно если это сравнение не в его пользу.

- Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.

5. Учет личного опыта.

- Вспомните, вы тоже когда-то были подростками, вам тоже как-то приходилось справляться с трудностями взросления.

- Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА. О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении. И не стесняйтесь предлагать помощь. Например,

вместо того, чтобы сказать «Ты опять получил в «двойку» («тройку») по русскому языку! Ты меня расстраиваешь», лучше сформулируйте свое послание следующим образом: «Я очень переживаю за твои оценки, мне кажется, что ты можешь учиться гораздо лучше. Может быть, я могу тебе чем-то помочь?».

Таким образом, приучение детей к ответственности происходит - как и все в воспитании, - в форме обмена между родителем и ребенком. Дети могут взять на себя ответственности ровно столько, сколько отец или мать готовы отдать.

МАМА. ПАПА. ПОМОГИТЕ МНЕ СТАТЬ ЛУЧШЕ...

Познавательные процессы: чтение, монологическая и письменная речь.

Мама и Папа, проверяя мои уроки, просите меня воспроизводить основной смысл прочитанного. Так я буду развивать монологическую речь.

Ведущий вид деятельности: интимно-личностное общение.

Мама и Папа, я испытываю сильное желание быть самостоятельным и равным с вами в правах. Но мне все равно нужна ваша любовь. Дайте мне эмоциональное семейное тепло, и тогда я буду благополучно развиваться дальше.

Социальная ситуация развития: общение со сверстниками

Мама и Папа, если вы знаете, что моя компания не занимается чем-то из ряда вон выходящим, то не стоит слишком оберегать меня от общения. Многие состоявшиеся музыканты, художники, поэты признают, что родители не одобряли их тусовки. Чтобы косвенно держать ситуацию под контролем, постарайтесь наладить контакт с кем-то из моих друзей.

Мотивация: активное стремление к личностному самосовершенствованию.

Мама и Папа, я никогда не стану объяснять вам причины своего поведения. Но за немногословными фразами, за моей реакцией на ваши замечания вы можете догадаться, что творится в моей душе. Не берите на себя ни роль

судьи, ни роль нападающего. Внимательный слушатель и помощник – вот что требуется мне от вас.

Новообразование: чувство взрослости.

Мама и Папа, никогда не подшучивайте надо мной. Ваша безобидная насмешка по поводу внешности, неловкости ситуации может больно ранить мою юную душу. Я склонен воспринимать в штыки любую шутку, касающуюся меня лично.



Общение: Общение со сверстниками носит информационный характер. От взрослых ждет сотрудничества

Мама и Папа, обсуждайте со мной все семейные вопросы, не скрывайте трудности, с которыми сталкивается наша семья. Все это часть взрослого мира, в который я так стремлюсь. Позиция: «Ты еще не подросток», - обижает и отталкивает человека, считающего себя взрослым. Объяснить мне можно все, главное – подобрать нужные слова