

Родительский университет
«Ваш ребенок вырос. Особенности младшего подросткового возраста»
21.02.2026

Цель: интеграция воспитательных усилий семьи и школы в формировании подрастающей личности.

Задачи:

познакомить законных представителей учащихся с особенностями поведения младших подростков;

обсудить причины возникновения проблем во взаимоотношениях детей со взрослыми и наметить пути их решения;

предложить практические рекомендации законным представителям учащихся по разрешению конфликтных ситуаций, связанных с агрессивными, спонтанными реакциями подростков.

Ход семинара-практикума:

1. Организационный момент.

Наш сегодняшний разговор пойдет о семье, о детях и проблемах их взросления. Сегодня у нас тематическое собрание на тему «Ваш ребенок вырос».

- Что такое подростковый возраст?

- Какие проблемы могут возникать и как найти выход из различных трудных ситуаций?

Эти вопросы рано или поздно задает себе каждый родитель, когда его ребенок вступает в период взросления. И сегодня на собрании мы обсудим следующие вопросы:

- Особенности подросткового возраста.
- Как вести себя родителям в конфликтных ситуациях со своим повзрослевшим ребенком?

Начать наше собрание я хочу с притчи:

Притча о родителях и детях

Однажды к мудрецу пришел человек:

- Ты мудрый. Помогите мне. Мне плохо. Моя дочь не понимает меня. Она не слышит меня. Она не говорит со мной. Зачем ей тогда голова, уши, язык. Она жестокая. Зачем ей сердце?

Мудрец сказал:

- Когда ты вернешься домой, напиши ее портрет, отнеси его дочери и молча отдай ей.

На следующий день к мудрецу ворвался разгневанный человек и воскликнул:

- Зачем ты посоветовал мне вчера совершить этот глупый поступок? Было плохо. А стало еще хуже. Она вернула мне рисунок, полная негодования.

- Что же она сказала тебе? - спросил мудрец.

Она сказала: «Зачем ты мне это принес? Разве тебе недостаточно зеркала?»

Вывод:

Наши дети – это наше, взрослых, зеркало.

Если мы видим, что с нашими детьми-подростками происходит что-то не так, нужно задуматься: возможно, причина в нас, может, это мы, взрослые, делаем что-то не так.

2. Теоретическая часть «Особенности младшего подросткового возраста».

А начать я вам предлагаю с игры «Ассоциации». Подберите ассоциации к слову подросток, подростковый возраст.

П – поступок, проблема, понимание, поведение

О – оптимизм, огорчение, одобрение

Д – дружба, доброта, доверие, диалог

Р – радость, решение, родители, ребенок, разговор

О – общение

С – ссора, самостоятельность, секрет, строгость, сомнение

Т – требование, трудность, терпение, толерантность, творчество

О – окружение, образование

К – коллектив, конфликт, каприз

Сейчас я предлагаю ознакомиться с психологическими особенностями подростков 10-12 лет.

Мини-лекция «Психологические особенности подростков 10-12 лет»

Каждый возраст хорош по-своему. В то же время в каждом возрасте есть свои особенности, свои сложности. Не исключением является и младший подростковый возраст. Это 4 й – 6й класс, то есть 10-12-летний возраст – пограничный между детством и отрочеством. Такой длинный переходный интервал выделен в связи с тем, что необходимо избежать совпадения двух кризисов, один из которых связан со спецификой переходного периода (возрастной кризис), а другой – с изменениями в организации обучения (условно-педагогическим кризисом). Один из них провоцирует противоречия этого этапа развития ребенка «изнутри», а другой «извне».

Что же происходит с ребенком этого возраста «в рамках возрастного кризиса»?

Именно на границе перехода от младшего школьного к подростковому возрасту решаются специфические задачи личностного развития и взросления человека, идет интенсивное усвоение культурных ценностей, определяющих в дальнейшем его главные жизненные предпочтения.

В связи с началом этапа полового созревания изменения происходят в познавательной сфере младшего подростка: замедляется темп их деятельности, на выполнение определенной работы теперь школьнику требуется больше времени. Дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют

на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Это является причиной замечаний, наказаний, приводит к снижению успеваемости и конфликтам во взаимоотношениях.

В этот период детям свойственна повышенная активность, стремление к деятельности, происходит уточнение границ и сфер интересов, увлечений. В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни. Его начинают интересовать вопросы прошлого и будущего, проблемы войны и мира, жизни и смерти, экологические и социальные темы, возможности познания мира, инопланетяне, ведьмы и гороскопы. Многие исследователи рассматривают этот возраст как период «зенита любознательности», по сравнению с младшими и старшими детьми. Однако эта любознательность весьма поверхностна, а также практически полностью не связана со школьной программой. Недаром среди педагогов распространена шутка, что подросток знает все и интересуется всем, что не входит в школьную программу.

Некоторая «неуправляемость» детей данного возраста сочетается с особой восприимчивостью и поведенческой гибкостью, открытостью для сотрудничества и, вместе с тем, с достаточной интеллектуальной зрелостью, что позволяет взрослым (учителям и родителям) строить отношения с ними на основе диалога, на принципах партнерского общения. Дети данного возраста активно начинают интересоваться своим собственным внутренним миром и оценкой самого себя.

Основные изменения, происходящие с младшими подростками, касаются (описаны Д.Б. Элькониным и Т.В. Драгуновой):

- учебной деятельности, которая приобретает смысл как деятельность по саморазвитию и самосовершенствованию;
- сферы общения с товарищами, которое становится «особой формой жизни подростка» и выступает как деятельность по установлению близких отношений в коллективе;
- взросления как новообразования младшего подросткового периода – специфической формы самосознания, социального по своей природе и проявляющегося в «чувстве взрослости»;
- овладения этическими нормами поведения, специфика которого связана с понятием качеств «хорошего товарища», оцениваемых в отношении себя самого. Это также указывает на новый этап в становлении самосознания подростков.

Важным новообразованием этого возраста является чувство взрослости. С его помощью подросток сравнивает и отождествляет себя с другими, находит образцы для усвоения поведения и способов общения, строит свои отношения с людьми, перестраивает свою деятельность. «Чувство взрослости» появляется в потребности равноправия, уважения и самостоятельности, в требовании серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых. Пренебрежение этими требованиями,

неудовлетворенность этой потребности обостряет негативные черты подросткового кризиса.

У подростков существует и потребность благоприятного доверительного общения со взрослыми. Если в семье этого нет, дети испытывают трудности в общении со сверстниками, педагогами, возможно любыми способами привлекают к себе внимания, даже негативными, так как им не хватает родительского внимания и тепла.

В этот период происходит бурное и неравномерное физическое развитие: ускорение роста, несоответствие роста сердечно-сосудистой системы. Сердце растёт быстрее, чем сосуды. Отсюда появляются различные нарушения: потемнение в глазах, головокружения, головные боли.

Замедляется темп их деятельности (на выполнение определённой работы теперь школьнику требуется больше времени, в том числе и на выполнение домашнего задания)

А также происходит нарушения со стороны нервной системы:

- ✓ повышенная возбудимость,
- ✓ вспыльчивость,
- ✓ раздражительность,
- ✓ склонность к аффектам.

Подростки часто отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания. Иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Проявляют негативизм по отношению к взрослым (учителям), трагически переживают ситуации невключенности в группу сверстников (если все против меня – я против всех), надеются на неопределенное светлое будущее, бравируют своей независимостью, приверженностью материальным интересам, испытывают потребность в общении.

Всё это является причиной замечаний, наказаний, приводит к снижению успеваемости и конфликтам во взаимоотношениях.

Вы, родители, должны знать, что все эти особенности объективны и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учёбу и на взаимоотношения в семье, если вы найдёте подходящие формы взаимодействия.

Очень важно в этот период беседовать с ребенком, быть с ним в доверительных отношениях, чтобы ребенок раскрывался, говорил вам о проблемах. Важно разговаривать с ним по душам не только когда ему плохо, но и приятными радостными моментами вы тоже должны делиться. Приводить примеры из своего жизненного опыта. И тогда подросток обязательно станет делиться своими проблемами.

Старайтесь говорить, со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы. Будьте открыты для общения с ребенком, даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.

Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.

Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.

В период полового созревания мальчикам важно получать поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам – со стороны пап.

Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.

Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайтесь внимание на любые изменения в поведении своего ребенка. Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными способами, если он в этом нуждается.

3. Практическая часть «Решение проблемных ситуаций».

Дорогие родители! А сейчас мы с вами перейдем от теоретической части к практической. Каждому из вас очень хорошо знакомы проблемы, с которыми вы сталкиваетесь ежедневно, ведь наши дети – подростки.

Сейчас мы с вами поделимся опытом разрешения этих проблем. Я предлагаю вам практическую часть нашего собрания провести активно и плодотворно в наших же с вами интересах.

Родители делятся на 2-3 команды с помощью разноцветных жетонов.

Задание: Каждая команда готовит для другой команды ситуацию из своей жизни, связанную с проблемами, обусловленными особенностями подросткового возраста. Вторая команда предлагает варианты решения данной проблемы. Затем озвучивается собственный вариант.

Пример ситуации для обсуждения:

Сын или дочь с вами на рынке. Цель – покупка зимней куртки. У вас не совпали мнения по поводу выбора. В результате ваш ребенок сказал: «Покупай что хочешь! Я это носить все равно не буду!».

Группа предлагает:

1. Не торопиться покупать куртку.
2. Отвести подростка в спокойное место: например, в кафе, посидеть, успокоиться.
3. Выслушать аргументы подростка, высказать свои аргументы и принять совместное мирное решение.

Вывод: В любой конфликтной ситуации с ребенком взрослым надо понимать о своей ответственности, помнить о психологических особенностях подросткового периода.

Часто мы невольно совершаем «ошибки» во взаимодействии с подростком. Для того, чтобы устранить их, необходимо не только разобрать механизм ее совершения, но и почувствовать себя на месте своего ребенка.

Упражнение «Как надо говорить?».

Очень важным в общении с подростком является то, как мы разговариваем с ним. Попробуйте на минуту представить себя подростком. Какие слова он слышит чаще всего в школе и дома? Примерно следующие: «Ты должен хорошо учиться!», «Ты должен думать о будущем!», «Ты должен

уважать старших!», «Ты должен слушаться учителей и родителей!», «Опять ты врешь!», «Чтобы в 10 часов был дома!»

Такие высказывания надо свести к минимуму. Лучше вместо «Делай, как я сказал», использовать фразу: «Может быть, ты сделаешь так, как я предложу?».

Как надо говорить?

Типичная фраза	Как надо говорить
Ты должен хорошо учиться!	<i>Я уверена, что ты можешь хорошо учиться.</i>
Ты должен думать о будущем!	<i>Интересно, каким человеком ты хотел бы стать? Какую профессию планируешь выбрать?</i>
Ты должен уважать старших!	<i>Ты знаешь: уважение к старшим – это элемент общей культуры человека.</i>
Ты должен слушаться учителей и родителей!	<i>Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться.</i>
Опять ты врешь!	<i>Мне жаль, что я опять выслушиваю неправду. Мне не нравится, когда меня обманывают. Постарайся больше так не делать.</i>
Чтобы в 10 часов был дома!	<i>Я бы хотела видеть тебя к 10 часам вечера дома, но знаю, что не могу тебя заставить сделать что-либо.</i>

Однако в подростковом возрасте абсолютное послушание и отсутствие собственного мнения негативно влияет на психику ребенка и может говорить о недостаточной зрелости. В таком случае необходимо помогать ребенку, принимать новые социальные роли, заинтересовывать его чем-то новым и оказывать разумную поддержку. Оставлять подростка в этот период наедине с собственными размышлениями необходимо, но далеко не всегда, ведь родители и атмосфера в семье по-прежнему очень важны. Как вести себя родителям? Как вести себя родителям подростка в период кризиса?

Советы психолога по построению общения с подростком:

- Дайте свободу ребенку. 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.
- Никаких нотаций. Больше всего подростка раздражают нудные родительские наравоучения. 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.
- Идите на компромисс. Еще никому не удалось ничего доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей. Когда и родители, и подростки охвачены бурными негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает.
- Уступает тот, кто умнее. Костер ссоры быстро погаснет, если в него не подбрасывать дров, чтобы скандал прекратился, кто-то должен

первым замолчать. Взрослому это сделать легче, чем подростку с его неустойчивой психикой. Помните: лавры победителя в отношениях с собственными детьми не украшают.

- 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.

- Будьте тверды и последовательны. Дети – тонкие психологи. Они прекрасно чувствуют слабость старших. Поэтому, несмотря на вашу готовность к компромиссу, сын или дочь должны знать, что родительский авторитет незыблем. Если же взрослые демонстрируют подростку собственную несдержанность, истеричность, непоследовательность, трудно ждать от него хорошего поведения.

Эти несложные рекомендации могут помочь избежать конфликтов и сделают атмосферу в семье в период кризиса комфортнее.

Период, когда ребенок становится подростком, сложен не только для него, но и для нас – тех взрослых, которые с ним взаимодействуют. Неудивительно, что у нас тоже могут возникнуть те или иные трудности во взаимодействии с ним. В зависимости от индивидуальных особенностей у подростков могут возникнуть специфические трудности при прохождении подросткового возраста. При всей своей тяге к самостоятельности, ваши дети нуждаются в вашей помощи. А семья остается тем местом, где подросток чувствует себя наиболее спокойно и уверенно.

Если у вас есть конкретные вопросы, мы можем обсудить их в рамках индивидуальной беседы.

Завершить собрание я также хочу притчей:

Притча о перевернутом камне.

Один странствующий искатель истины увидел большой камень, на котором было написано: «Переверни и читай».

Он с трудом перевернул его и прочел на обратной стороне: «Зачем ты ищешь нового знания, если не обращаешь внимания на то, что уже знаешь?».

Эта притча как нельзя лучше подтверждает сегодняшний разговор о наших детях.

Зачастую проблемы в поведении наших детей, их трудности – в нас самих: в нашем диктате и попустительстве, в нашей лжи и непостоянстве, в нашем эгоизме и себялюбии.

Необходимо посмотреть на проблему глазами подростка, и тогда военные действия, которые вы ведете с подростком, перестанут быть необходимостью, а в душе воцарится мир и душевный комфорт.

Самые главные слова, которые сегодня нужно сказать своему подростку: «Я тебя люблю, мы рядом, мы вместе и мы все преодолеем».

5.Рефлексия.

В заключение нам бы хотелось узнать ваше мнение по поводу нашей встречи.

Напишите на этих стикерах, что вам показалось интересным, и какие методы взаимодействия вы хотели бы предложить, ведь известно, что воспитание детей – рискованное дело, ибо в случае удачи последнее приобретено ценою большого труда, в случае же неудачи, горе несравнимо ни с каким другим. Нам будет интересно любое ваше мнение. Затем мы разместим на доске.

Выражаем вам огромную благодарность, за то, что вы сегодня нашли время и посетили школу.

Список литературы

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – 3-е изд., испр. и доп. – М.: ЧеРо, 2003.
2. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления. /2-е издание, дополненное.: Питер; Спб.; 2015.
3. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. — М.: ТЦ «Сфера», 2015.
4. Шнейдер Л.Б. Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога – М.: Педагогический университет «Первое сентября».

Рекомендации для родителей по взаимодействию с детьми младшего подросткового возраста



1. Будьте всегда чуткими к делам своих детей.
2. Анализируйте с детьми причины их удач и неудач.
3. Поддерживайте ребенка, когда ему нелегко.
4. Научите преодолевать трудности.
5. Сравнивайте своего ребенка только с ним самим, обязательно отмечая продвижение вперед.
6. Постоянно контролируйте ребенка, но без гиперопеки по принципу: «Доверяй, но проверяй!».
7. Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации (т.е. развитии собственной личности).
8. Информировуйте своего ребенка о границах материальных потребностей и напоминайте, что духовные потребности должны развиваться постоянно.
9. Замечайте любое положительное изменение в развитии личности ребенка.

10. Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами). Помните, что только личным примером можно что-то изменить в лучшую сторону, так как самоактуализация передается от родителей к детям. У творческих родителей всегда неординарные дети.
11. Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии.
12. Советуйте ребенку следить за своей внешностью: одеждой, прической, личной гигиеной.
13. Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, чтобы избежать недоверия между вами.
14. Воспитывайте естественное отношение к проблемам взаимоотношения полов, простое, здоровое, которое позволит создать в будущем нормальную семью.
15. Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона, следящего за каждым шагом ребенка.
16. Помните: недоверие оскорбляет!!!
17. Следите за тем, какие книги читает Ваш ребенок, какие фильмы смотрит. Постарайтесь оградить его от тех, которые могут вызвать приступы агрессии или девиантного (противоречащего правилам и нормам) поведения.
18. Будьте всегда для своего ребенка прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой).



Памятка для родителей Младший подростковый возраст

Психологические особенности младшего подросткового возраста

1. Начало бурного психофизиологического

развития: изменение пропорций тела и силы мышц приводят к временным нарушениям координации движений, возникают трудности в устной и письменной речи. Гормональная перестройка, подростковый кризис 12-13 лет.

2. Ориентация на группу сверстников: общение со сверстниками пронизывает все сферы жизнедеятельности подростка; появляется многочасовое телефонное общение. Активно развиваются дружеские связи, наблюдаются признаки первой любви.

3. Двойственность потребностей подростка по отношению к взрослому: нуждается одновременно в том, чтобы ему дали проявлять самостоятельность как взрослому, и нуждается в опеке, защите, как ребенок.

4. Чувство взрослости (переориентация с детских норм на взрослые: желание подростка приобрести умения и качества взрослого человека, воплощающие образцы «настоящего мужчины» и «идеальной женщины», стремление делать что-то полезное).

5. Самооценка складывается на основе объективной оценки всей его деятельности (когда оценивают другие), на оценке собственных способностей, интересов в учебе («могу – не могу») и на оценке своей внешности («красивый – некрасивый»).

6. Мотивация учения.
У подростков, с одной стороны,

снижается мотивация учения, т.к. возрастает интерес к окружающему миру, преобладает мотив общения со сверстниками.

С другой стороны, именно этот период является благоприятным для формирования новых, зрелых форм учебной мотивации: учение приобретает личностный смысл («учусь для себя»).

7. Специфика интересов: интересы во многом обслуживают потребность в общении со сверстниками. Появляется «мода на интересы» – безоглядность какого-нибудь увлечения, когда интерес вдруг приобретает для подростка сверхценный характер (музыка, графити, спорт и т.д.).

8. Подростковые обманы и ложь возникают на почве боязни не соответствовать группе сверстников и одновременно пойти против воли родителей. Это заставляет подростка «выкручиваться» — врать и друзьям и родителям, чтобы сохранить свою самооценку и положение.

9. Подростковая эмоциональность: подростки сопротивляются открытому «детскому» выражению чувств со стороны родителей (объятиям, поцелуям, ласковым словам) и сами при этом не умеют «по-взрослому» выражать чувства. Возникает определенная неловкость в детско-родительских отношениях: и те и другие сомневаются в любви друг друга и даже конфликтуют по этому поводу.

10. Возникновение «ценностного конфликта»: активное отстаивание подростком собственного понимания справедливости, обвинение взрослых

в том, что они сами не следуют тем нормам и ценностям, которые проповедают.

11. Подростковая лень связана с функциональным состоянием подростка. Бурный рост, созревание организма, психологические изменения приводят к повышенной утомляемости, снижению работоспособности.

Как наладить отношения с подростком?

- научиться правильно понимать ребенка и доводить до его сознания, что он понят правильно;
- удерживать себя от негативных чувств к ребенку, даже мысленных (они могут становиться реальной, отрицательно воздействующей силой, создавать негативную ауру в семье);
- чтобы отучить ребенка от вредных привычек, следует сделать здоровый образ жизни семейным;
- понимать, что в подростковом возрасте ребенок повторяет стадии раннего развития в более усложненной форме, стремясь удержать чувство безопасности и беззаботности детства;
- установить с подростком партнерские отношения, позволить ему принимать участие в семейных решениях, особенно тех, которые касаются непосредственно его.

