



## Проблемное поведение подростка

Подростковый период является периодом изменений, преобразований в жизни ребенка. Многие дети в этом возрасте разительно меняются. Ласковые, спокойные, послушные вдруг превращаются в неуправляемых и грубых. Грубость, непослушание сильнее всего ранят и обижают родителей. Враждебность, замкнутость подростков пугают и настораживают. Но прежде чем бороться со злом, давайте разберемся в причинах его возникновения. Проблем у переходного возраста много: неуверенность в себе, тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей, друзей.

За любым проблемным поведением школьника стоят определенные мотивы. Причем, одно и то же поведение может быть вызвано разными мотивами. Например, агрессивное поведение может быть вызвано и стремлением к лидерству, и компенсацией повышенной тревожности. И воспитательные методы в каждом случае будут индивидуальны. Поэтому в первую очередь необходимо выяснить мотивы поведения, проблемы ребенка. Мы сможем помочь ребенку, если он чувствует и понимает, что педагоги и родители понимают его проблемы и принимают его таким, какой он есть.

### Причины вызывающего поведения подростков:

1. **Детям не хватает внимания взрослых**, которые вечно заняты. «Отстань!», «НЕ лезь!», «Не приставай!», «Надоел!» - часто слышит подросток. Семья не обеспечивает психологического комфорта, любви, поддержки, и подростки стремятся к лидерству среди своих сверстников.
2. **Высокий уровень тревожности.** В семье не правильно оценивают возможности ребенка: либо занижают возможности и способности. («Ничего хорошего из тебя не получится! Ты не сможешь справиться с этим заданием!»). Либо завышают, когда родители ожидают очень высоких результатов, показывают повышенную обеспокоенность проблемами успеваемости, а подросток не может соответствовать родительским ожиданиям.
3. Многим подросткам трудно совладать со своим **холерическим темпераментом**. Такие дети нарушают дисциплину несознательно.
4. **Отсутствие душевной близости с родителями** гонит подростка из дома во двор, заставляет искать понимания с другими подростками или взрослыми. Одним из новообразований этого периода можно назвать чувство взрослости. Это означает, что во время самого этого периода, у ребенка нет чуткого ощущения "кто он?". Ему еще предстоит в этом разобраться. Он уже чувствует себя "не ребенком", но еще и не взрослым. И этот фактор является одним из тех, что заставляют подростка вступать в конфликты со взрослыми, так как он (подросток) стремится попробовать быть взрослым. Именно попробовать сам, ему недостаточно того, что он видит вокруг себя.

*Социальная сфера.* Ребенку необходимо занять определенное место в своей референтной группе. *Влияние семьи постепенно заменяется влиянием группы сверстников, где дети приобретают новые формы поведения и получают определенный статус. Именно в этот период родители, обижаются на своих детей, думая, что те совсем отходят от них, ощущая себя безразличными для своих детей.* Это не совсем верно. Ребенку важен взрослый, ему важно его признание, понимание, поддержка, однако взрослому человеку важно еще понять, по каким нормам живут люди во взрослом мире. Поэтому некоторые начинают курить, особенно, если в семье есть курящий родитель, некоторые пробуют алкогольные напитки, "пропадают" где-то допоздна. Они тем самым воспроизводят модель поведения взрослого человека. Но своим поведением дети изучают и вашу реакцию. Им важно знать, как вы поведете себя в той или иной ситуации, чтобы сделать для себя вывод – хочет он быть похожим на вас или нет. Это и есть путь становления индивидуальности. **Давайте потренируемся!**

### **Типичная фраза**

#### **Как необходимо говорить**

«Ты должен учиться!»

«Я уверена, что ты можешь хорошо учиться»

«Ты должен думать о будущем!»

«Интересно, каким человеком ты хотел бы стать? Какую профессию планируешь выбрать?»

«Ты должен уважать старших!»

«Ты знаешь: уважение к старшим – это элемент общей культуры человека»

«Ты должен слушаться учителей и родителей!»

«Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться»

«Ты опять врешь!»

«Мне жаль, что я опять выслушиваю неправду», «Мне не нравится, когда меня обманывают, постарайся больше так не делать»

Попробуйте самостоятельно предложить фразы, более мягкие и позитивные, сохраняя общий смысл высказывания.

«Мы в твои годы жили гораздо хуже!»

«Ты должен ценить заботу старших!»

«Сколько можно бездельничать! Ты должен, наконец, заняться учебой!»

«Ты постоянно срываешь уроки! Ты должен сидеть спокойно и внимательно слушать!»

### **Практические рекомендации**

- При общении с подростком применяйте 5 приемов, которые позволят установить контакт с ребенком и лучше его понять.

**Прием 1.** Постарайтесь показать вашему ребенку, что вы его понимаете. Иногда этот прием называют «отраженным выслушиванием». Он состоит из трех частей.

- Демонстрируйте ребенку, что вы слышите то, что он говорит (например, словами «да», «угу», вопросами «а что потом?», «и что же?» и т.д.)

- Позволяйте ребенку выражать его собственные чувства.

- Докажите ребенку, что правильно поняли его рассказ или сообщение (например, коротко пересказав его суть).

**Прием 2.** Внимательно следите за лицом ребенка и его «языком тела». Часто ребенок уверен, что успешно скрывает свои эмоции (грусть, досаду, нетерпение и прочее). Но дрожащий подбородок или блеск глаз скажут вам иное.

**Прием 3.** Выражайте свою поддержку и поощрение не только словами. Это могут быть ваши улыбка, похлопывание по плечу, кивок головой, взгляд в глаза, прикосновение к детской руке.

**Прием 4.** Выбирай правильный тон для ваших ответов. Помните, что тон голоса связан со смыслом ваших слов. Выбирайте верный тон и не отвечайте саркастично – дети могут расценить это как пренебрежение к своей личности.

**Прием 5.** Используйте одобрительные фразы для поддержания разговора и показывайте вашу заинтересованность в нем. Для этого подойдут короткие фразы, показывающие ваше эмоциональное отношение к обсуждаемой теме, например: «Вот это да!», «Да ну, не может быть!» и т.п.

### ***Памятка для родителей***

1. **Дайте свободу.** Свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже вырос и более удерживать его возле себя не удастся, а непослушание – это стремление выйти из-под вашей опеки.
2. **Никаких нотаций.** Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный вежливый тон и откажитесь от категоричных оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд, собственные ошибки и собственные выводы.
3. **Идите на компромисс.** Все равно ничего не удастся доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей.
4. **Уступает тот, кто умнее.** Чтобы скандал прекратился, кто-то первый должен замолчать. Взрослому это сделать проще, чем ребенку с неустойчивой психикой.
5. **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 вас.
6. **Будьте тверды и последовательны.** Несмотря на вашу готовность к компромиссу, подросток должен знать, что родительский авторитет незыблем.