

**СЕМИНАР: ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНЫХ ЯВЛЕНИЙ В ПОДРОСТКОВОЙ
СРЕДЕ.**

ФОРМИРОВАНИЕ ЗОЖ У СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ.

Кризис подросткового возраста

подготовила
педагог дополнительного образования
Шелкова Елена Николаевна

ноябрь 2020

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ-ПОРА ВЗРОСЛЕНИЯ

Согласно периодизации возрастов в отечественной психологии, подростковый возраст занимает промежуток от 11 до 16 лет.

Кризис в данном периоде отличается значительной продолжительностью – темпы физического и умственного развития высоки, потребности возникают быстро, но не удовлетворяются из-за отсутствия социальной зрелости.

У девочек симптомы менее выраженные, проявляются с 10-11 лет, у мальчиков течение более яркое, начало с 12-13 лет.

Длительность определяется социальными условиями и психофизиологическими особенностями. В норме переходный этап завершается к 14-16 годам.

ПРИЧИНЫ ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА



Кризис подросткового возраста характеризуется изменением отношений с окружающими через развитие самопознания. Дети предъявляют повышенные требования к себе и взрослым, однако не способны нести ответственность, самостоятельно справляться с неудачами. Течение кризисного периода определяется совокупностью внешних и внутренних факторов. В одних случаях проявления отсутствуют или слабо выражены, в других – поведение кардинально меняется, ребенок становится конфликтным, эмоционально взрывчатым.

Внешними факторами, усиливающими симптомы кризиса, являются родительский контроль и гиперопека, зависимость в семейных отношениях. Ребенок стремится к свободе, считает себя способным принимать решения, действовать без помощи взрослых. Складывается конфликтная ситуация – существует потребность и стремление брать ответственность за поступки, но отсутствует практический навык, сохраняется несерьезность в отношении исполнения обязанностей.

Внутренние факторы, обостряющие кризис – психологические особенности. К началу подросткового возраста у ребенка сформированы определенные привычки, черты характера, препятствующие возникающим потребностям и стремлениям. Качества, мешающие самоутверждению, самовыражению, рассматриваются как недостатки. Подросток становится раздражительным, склонным винить себя в несостоятельности. Критически воспринимаются навыки общения, внешность, отдельные свойства личности (зависимость, застенчивость, скромность).

КЛАССИФИКАЦИЯ ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА

Отечественный психолог Л. С. Выготский в структуре подросткового кризиса выделил негативную и позитивную фазу. Первая наиболее выраженная, длится несколько лет. В ней происходит свертывание, отмирание старой системы интересов и вызревание влечений, обусловленных половым созреванием. Вторая протекает сглажено, характеризуется оформлением новых жизненных ценностей, привычек, отношений. Негативная фаза как более продолжительная и клинически значимая имеет три варианта течения:

Выраженный негативизм. Конфликтность проявляется во всех областях жизни. Прежние интересы полностью отвергаются, замещаясь импульсивными влечениями.

Смягченные черты отрицания. Негативные установки ребенка отмечаются в отдельных ситуациях как реакции на влияние окружающих. Характерна вариативность поведения дома и в школе.

Отсутствие негативных симптомов. У взрослеющего ребенка возникают новые интересы – к чтению, спорту, путешествиям, отношениям. Старая система интересов сохраняется (ориентация на учебную деятельность, дружбу, поддержание позитивных отношений).



СИМПТОМЫ ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА

В эмоционально-поведенческой сфере основным проявлением становится негативизм. Ребенок противопоставляет себя окружению, враждебен, конфликтен, часто нарушает дисциплину. Наблюдаются перепады настроения с преобладанием недовольства, раздражения, угрюмости. Внутреннее беспокойство приводит к стремлению остаться в одиночестве, изолироваться от людей. Подростки отказываются выполнять обязанности по дому, посещать и принимать гостей, находиться в кругу семьи. На возражения родителей реагируют вспыльчиво, импульсивно. Могут подолгу сидеть в своей комнате, закрыв дверь. Предпочитают реальное и виртуальное общение со сверстниками, поэтому много времени проводят вне дома или за компьютером. Степень выраженности негативизма колеблется от тотальности до полного отсутствия.

Происходит снижение учебной продуктивности. Дети хуже справляются с творческими заданиями – сочинениями, научными проектами. Выполнение упражнений по образцу сохраняется на прежнем уровне. Изменения связаны с перестройкой системы ценностей и развитием абстрактно-логического мышления. Подростки увлекаются музыкой, психологией, философией. Интенсивно развивается самонаблюдение, самовосприятие, рефлексия собственных эмоций, состояний. Повышается чувствительность к критике, переживаниям других людей. Дети начинают вести личные дневники, увлекаются разговорами «по душам» с друзьями, чтением приключенческих произведений, романов.

ОСЛОЖНЕНИЯ ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА

При отсутствии поддержки со стороны родителей подростковый кризис затягивается. Осложнениями являются эмоциональные и поведенческие расстройства.

К развитию неврозов более склонны девочки, к формированию акцентуаций, психопатий патологических влечений – мальчики.

Внутри личностные конфликты негативно сказываются на эмоциональном состоянии – способствуют формированию депрессии, замкнутости, усиливают тревожно-мнительные, истероидные, возбудимые черты.

Частые ссоры в семье, снижение школьной успеваемости подталкивают подростков к бродяжничеству и суицидальному поведению.



ДИАГНОСТИКА ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА

Вопрос о диагностике подросткового кризиса становится актуальным при выраженном негативизме, высокой конфликтности ребенка, снижении интереса к учебе, недостаточной успеваемости. Обследование проводит психолог, врач-психиатр. Определяется факт наличия кризиса, особенности течения, составляется прогноз. Используются следующие методы:

Беседа. Клиническое обследование выявляет характерные эмоциональные реакции, паттерны поведения и мышления. В ходе опроса родителей специалист выясняет доминирующие симптомы, их выраженность, частоту проявления.

Опросники. Исследуется эмоционально-личностная сфера подростка: заостренные характерологические черты, способы реагирования в критических ситуациях, степень невротизации, риск социальной дезадаптации. Используется патохарактерологический диагностический опросник (А. Е. Личко), опросник Леонгарда-Шмишека, опросник ЕРІ Айзенка.

Проективные методики. Рисуночные тесты, тесты интерпретации образов и ситуаций позволяют определить отрицаемые, скрываемые и неосознаваемые особенности личности ребенка – агрессивность, импульсивность, лживость, сентиментальность. Применяется рисунок человека, несуществующего животного, человека под дождем, тест Роршаха, метод портретных выборов (тест Сонди).

РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПОДРОСТКОВОМ КРИЗИСЕ

Психологическую помощь в налаживании гармоничных отношений ребенка и родителей, педагогов, сверстников проводит специалист. Он проводит групповые тренинги, ориентированные на развитие рефлексии, принятия себя, предоставляет консультации .

Консультации для родителей подростков помогут родителям понять значение в жизни ребенка физиологических, психологических изменений; обратить их внимание на собственное поведение в этот период.



К способам сглаживания кризисных проявлений относятся:

Поиск компромиссов. В конфликтных ситуациях необходимо находить «точки соприкосновения» интересов. Принимать условие ребенка в обмен на выполнение обязательства («мы не входим в комнату, ты наводишь порядок трижды в неделю»).

Правила для всех. Определенные требования, традиции должны соблюдаться всеми членами семьи. Никому не дается послаблений («едим в столовой, после 9 часов не включаем музыку, выносим мусор по очереди»).

Равноправие. Необходимо вовлекать подростка в обсуждение семейных дел, проблем, планов. Важно предоставить ему возможность высказаться, учитывать его мнение при принятии окончательного решения.

Эмоциональное равновесие. Не стоит поддаваться на провокации подростка. Нужно сохранять спокойствие, демонстрировать уравновешенность в конфликте как атрибут взрослости.

Интерес, поощрение, поддержка. Доброжелательные, доверительные детско-родительские отношения – базовое условие преодоления кризиса. Необходимо интересоваться увлечениями ребенка, хвалить за проявления самостоятельности и ответственности, делегировать обязанности как выражение доверия.

ПРОФИЛАКТИКА ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА

Профилактикой является способность рефлексивно оценивать собственные личностные качества, способности, возможности, недостатки. Формируется чувство ответственности, понимание свободы.

Чтобы предупредить затяжное течение, развитие осложнений кризиса необходимо проявить гибкость в отношениях с ребенком: сохранить доверительные отношения.

Важно обеспечить «суверенитет» — признать самостоятельность и независимость, предоставить право выбора, вовлекать в решение важных семейных вопросов. При этом родители проявляют твердость, заботятся о справедливости и последовательном соблюдении дисциплины, что формирует правильное, ответственное поведение в будущем.



Основные направления профилактической работы:

В хореографическом коллективе «Серпантин» по формированию здорового образа жизни организуются беседы, рассказы, собеседование по правовым темам и профилактике употребления ПАВ.

Проводятся акции, конкурсы рисунков, плакатов против вредных привычек, «Мы против вредных привычек», «Молодежь за здоровый образ жизни». Организуются беседы по теме формирования ЗОЖ : «Путь в бездну», «Здоровье будущего поколения», «Ты в ответе за свою жизнь», встречи со специалистами КДН и педагогом психологом, демонстрация и обсуждение фильмов по формированию законопослушного поведения и здорового образа жизни.

Для своевременного выявления асоциативного поведения среди подростков проводится работа с семьёй, индивидуальные консультации с родителями, часы общения с учащимися и их родителями.

Для подростков организуются оздоровительные и досуговые мероприятия по формированию нравственного и духовного воспитания: «Весёлые старты», экскурсии в музеи, на выставки, концерты, спектакли и т.д.

Формирование гуманистической, воспитательной системы, обеспечивающей подросткам интеллектуальную, социальную и духовно-нравственную подготовку к жизненной адаптации (на примере: поездки на конкурсы, фестивали, участие в благотворительных акциях в Доме милосердия, в КСОН для детей инвалидов и т.д.) содействует осознанию подростками ценности других людей, ценности человеческой жизни, нетерпимость к действиям и влияниям представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью, осознанию себя гражданином на основе принятия общих духовно- нравственных ценностей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аддитивное поведение подростков. - М.: Красико-Принт, 2008. - 128 с.
2. В мире подростка / ред. А.А. Бодалев. - М.: Медицина, 1980. - 296 с.
3. Вагин.Ю.Авитальная активность. Злоупотребление психоактивными веществами и суицидальное поведение у подростков / Юрий Вагин. - М.: Издательские решения, 1994. 1994. - 101 с
4. Косарецкая, С. В. Неформальные объединения молодежи. Профилактика асоциального поведения / С.В. Косарецкая, С.Г. Косарецкий, Н.Ю. Синягина. - М.: Каро, 2006. - 400 с.
5. Косарецкая, С.В. Неформальные объединения молодежи: Профилактика асоциального поведения: моногр. / С.В. Косарецкая. - М.: Каро, 2006

Интернет-источники:

<https://nsportal.ru/shkola/sotsialnaya-pedagogika/library/2016/11/13/rabota-shkoly-po-profilaktike-pravonarusheniy>

https://yandex.ru/search/?lr=23&clid=2270454&win=284&text=профилактика%20антисоциального%20поведения%20подростков&src=suggest_T