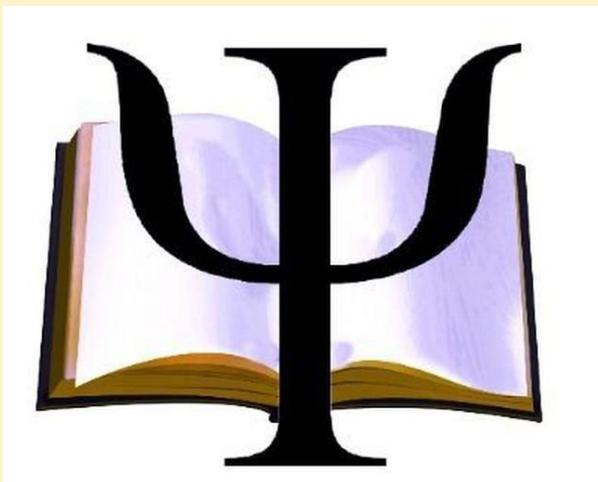


Рекомендации психолога по общению с подростками:



1. Уметь выслушивать подростка.
2. Незаметно вторгаться в круг его неформальных отношений, постараться изолировать его от лидера группы.
3. Обеспечить возможность занять достойное место в коллективе (через поручения, поощрение малейших успехов, поиск и развитие способностей).
4. Проявлять и подтверждать свое доверие к подростку, доверив ответственное поручение или выступление от лица коллектива.
5. Дать возможность самому подростку шефствовать над младшими с такой же судьбой.
6. Знать состояние здоровья ребенка, замечать признаки утомляемости.
7. На проступок надо реагировать мерой наказания, но наказание должно завершать конфликт, а не создавать его.
8. Общение с подростком должно носить успокаивающий характер.
9. Подход к анализу поведения подростков не должен носить оценочный характер, нужно находить положительные, отрицательные моменты поступков и предлагать альтернативные способы поведения.
10. Формировать нормативность поведения через пример отношения родителей к подростку и друг к другу.
11. Построение учебной деятельности на уроках должно отражать учет индивидуальных отличий, что поможет снизить напряженность учащихся, испытывающих неудовлетворенность по поводу учебных затруднений.
12. Учебная деятельность должна способствовать развитию умений думать абстрактно и гипотетически, должна соответствовать постоянно меняющимся потребностям подростков.
13. Во взаимодействии необходимо избегать чрезмерного физического и психологического давления на подростков.
14. Способствовать пониманию и принятию подростками физических изменений.
15. В повседневной жизни пропагандировать ценность физического здоровья, занятий спорта, правильного питания, необходимости соблюдения личной гигиены.

Подросток и его конфликты



Подростковый период – это обострение кризиса отношений взрослых и детей, который проявляется, учитывая социальную ситуацию развития, на таких полях взаимодействия, как «подросток – подросток» и «подросток – взрослый». В роли взрослых выступают учителя и родители, с которыми чаще всего возникают конфликты. Таким образом, конфликтное взаимодействие происходит в трех взаимосвязанных системах:

«подросток – родители» «подросток – учителя» и «подросток – подросток».

Общение подростков со сверстниками – особая сфера их жизни. Иногда оно становится настолько интересным, что отодвигает на задний план обучение, уменьшает привлекательность общения с близкими, хотя психологические механизмы такого влияния часто бывают непонятны учителям и родителям. Конфликтные отношения подростков между собой основываются на борьбе за лидерство. Основными факторами конфликтного поведения выступают уровень притязаний, самооценка и статус.

Отношения подростков и педагогов сопровождаются конфликтами деятельности, отношений и поведения. Педагогические конфликты имеют особенности, связанные со спецификой учебной деятельности, отличиями в статусе и возрасте сторон. Конструктивное поведение учителя в конфликте предусматривают верное определение своей позиции, опору на отношения с родителями, использование влияния класса и педагогического коллектива, уважение к личности подростка, использование рекомендаций по оптимизации взаимодействия с учеником.

Конфликты подростков и родителей обусловлены деструктивностью внутрисемейных отношений, недостатками в воспитании, индивидуально-психологическими изменениями в психическом развитии подростков и индивидуальными особенностями самих взрослых. Конфликтное поведение подростков возникает тогда, когда не учитываются индивидуальные особенности, возрастные изменения в психике, когда не меняются форма и содержание общения взрослых. Неконфликтным отношениям взрослых и подростков благоприятствует повышение педагогической культуры родителей, организация семьи на коллективной основе, подкрепление вербальных требований интересом родителей к внутреннему миру их детей.

Нельзя отрицать, что у человека может сформироваться своеобразное тяготение к периодической драматизации отношений и усилению межличностного напряжения. Это тяготение к эмоциональному напряжению нередко оценивается окружающими как своего рода потребность в конфликтах. Однако оно не осознается самим человеком, а его возникновение связано с глубинными потребностями личности и трудно поддается коррекции.

В качестве еще одной основы конфликтности выступает неадекватность сформировавшихся представлений о других, завышенная самооценка, которая не отвечает реальным возможностям человека, тенденция к самоутверждению за счет других. В этих случаях возможно возникновение стойкой ориентации на преимущественное восприятие негативных качеств окружающих, преобладание в отношениях негативных оценок.

Конфликтность предусматривает определенный уровень психической напряженности. Он может быть разным для разных людей, что связано с уровнем психологической устойчивости человека. Психически стойкие и психически нестойкие люди в сложных ситуациях ведут себя по-разному. У психически неустойчивых подростков отсутствуют эффективные способы преодоления преград, поэтому иногда наблюдается явление самоиндукции негативного эмоционального напряжения: дезорганизованное поведение усиливает стрессовое состояние, которое еще больше дезорганизует поведение, что ведет к возникновению «волны дезорганизации».

Компоненты конфликтности имеют следующий вид:

- **эмоциональный компонент** (состояние личности в ситуации межличностного взаимодействия, неумение управлять своим эмоциональным состоянием в предконфликтных и конфликтных ситуациях);
 - **волевой компонент** (неспособность личности к сознательной мобилизации сил и самоконтролю);
 - **познавательный компонент** (включает уровень восприятия провокационных действий оппонента, субъективность, неумение анализировать и прогнозировать ситуацию);
 - **мотивационный компонент** (отражает состояние внутренних побуждающих сил, которые не благоприятствуют адекватному поведению в конфликте и решению проблемы);
 - **психомоторный компонент** (неумение владеть своим телом, управлять жестикуляцией и мимикой).
- Есть три вида психологических детерминант подростковой конфликтности:
- **детерминанты, связанные с психофизиологическими особенностями развития** (перенесенные травмы мозга или инфекции, наследственные болезни, отставание умственного развития, особенности нервной системы, в частности, процессов возбуждения и торможения);
 - **собственно психологические детерминанты** – особенности личности (половозрастные особенности, ситуация внутрисемейного развития, уровень самооценки, акцентуации характера);



- социальные детерминанты – факторы микро- и макросреды. Соответственно определению понятия «конфликтность» эти детерминанты включают социальный опыт подростка: социальную некомпетентность (недостаточный уровень способов социального реагирования), педагогический менеджмент и, возможно, тип учебного заведения.

Данные психологические детерминанты в различной степени обуславливают подростковую конфликтность, т. е. имеют свою иерархическую структуру.

На наш взгляд, главенствующие положение занимают собственно психологические детерминанты, в частности, ситуация внутрисемейного развития. Семья решающим образом определяет условия жизни ребенка в период, предшествующий подростковому, с одной стороны, предупреждая многие вредные последствия, а с другой – являясь наиболее богатым источником его впечатлений и переживаний.



Кризис в семье приводит к искажению идеалов, Я подростка, что провоцирует вначале изменение поведения, а потом нравственного облика и жизненных установок. Воспитателем разочарованного во взрослых подростка становится улица, где есть круг таких же ребят. Ожесточенность, упрямство и безнравственный лидер при отсутствии привязанности к семье ведут к совершению преступных действий, хотя основой создания своей группы является потребность быть понятым, принятым и повысить свою самооценку. В результате разрушаются учебные и трудовые достижения, что порождает новые конфликты и неудачи, которые подрывают самоуважение и уверенность в себе, поэтому при изучении психологических детерминант конфликтного поведения подростка нужно отделять проявления возрастных особенностей от случаев собственно девиантного поведения, возможные деформации становящейся самооценки от напускного цинизма и пренебрежения социальными эталонами.

В заключение следует сказать, что научный анализ явлений и событий, которые приобретают характер конфликта, становится актуальным. Особый резонанс проблема подростковой конфликтности приобрела в последнее время. Это подтверждает информация, приводимая в СМИ, и увеличение количества социальных запросов на работу психолога с трудными подростками.

Знание факторов подростковой конфликтности необходимо для развития у подростков навыков адекватной самооценки, формирования умений анализировать ситуацию межличностного взаимодействия; для коррекции собственного поведения в отношениях с людьми и, таким образом, для преобразования конфликтности в конфликтоустойчивость с помощью активных методов обучения.