



Современный портрет «трудного» подростка



Психологический портрет трудного подростка может включать особенности характера, поведения, эмоциональной сферы и влияние семейного окружения на формирование личности. Важно учитывать, что понятие «трудный подросток» не имеет чётких границ, объединяет детей, значимо различающихся по индивидуальным характеристикам.



Поведение на уроках: как это выглядит и почему?

Типичные проявления «трудного» поведения подростка на уроках — это нарушения дисциплины, которые мешают проведению занятий, провоцируют конфликты и нарушают рабочую атмосферу в классе.



Такое поведение может быть связано с разными факторами, и важно не бороться с последствиями, а разобраться в причинах. Своевременное выявление причин «трудного» поведения и индивидуальный подход помогут наладить отношения с подростком и создать благоприятную образовательную среду.

Анализ причин поведения: «Что стоит за этим?»

Некоторые факторы, способствующие плохому поведению на уроках: скука, незаинтересованность предметом — «зачем мне это надо», эмоциональная нестабильность, обида, неуверенность, конфликты.

Такое поведение может проявляться как способ привлечения внимания или выражения недовольства.



«Язык» поведения: как понять невербальные сигналы

Понять невербальные сигналы плохого поведения трудного подростка на уроке можно, обращая внимание на позы, жесты, взгляд и интонацию.



Подростки редко говорят прямо, и их эмоции могут проявляться через невербальные средства.



Наблюдение за невербальными сигналами помогает учителю скорректировать подход и создать более комфортную атмосферу для обучения.

Позы

Примеры невербальных сигналов, которые могут указывать на плохое поведение, и как их можно расшифровать. Позы: закрытая поза, поза, направленная на привлечение внимания, поза, указывающая на усталость. Жесты могут также свидетельствовать о негативном состоянии подростка, например, нервное постукивание пальцами или постоянное поправление одежды могут указывать на дискомфорт или раздражение.



Жесты

Примеры невербальных сигналов, которые могут указывать на плохое поведение, и как их можно расшифровать.



Жесты: сжимает кулаки, поджимает губы, кусает или сжимает губы. Поза может также свидетельствовать о негативных эмоциях: скрещённые руки, откинутаая назад голова или напряжённое выпрямление тела.

Взгляд

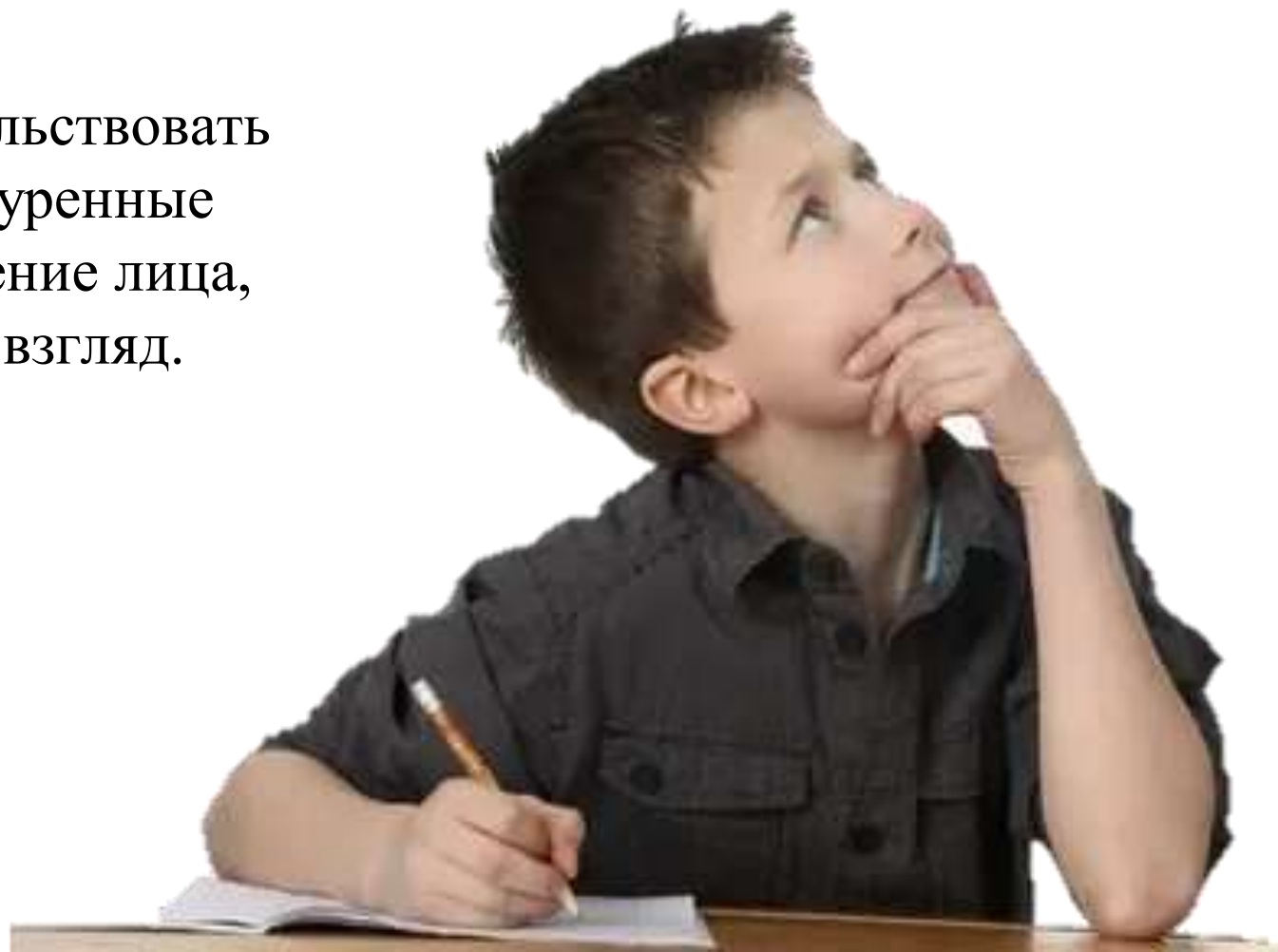
Взгляд: избегание зрительного контакта, взгляд исподлобья, скользящий, безразличный взгляд.



Интонация

Интонация: резкий тон, колкости, сарказм или наоборот начинает бубнить.

Мимика также может свидетельствовать о негативном настрое: нахмуренные брови, презрительное выражение лица, пристальный или злобный взгляд.



Принципы эффективного взаимодействия

Принципы эффективного взаимодействия: принятие и безоценочность, эмпатия и активное слушание, установление границ и правил, поиск ресурсов и сильных сторон, сотрудничество с родителями и специалистами, личный пример педагога.

Необходимо регулярно анализировать результаты взаимодействия для выявления эффективности применяемых методов и корректировки подходов. Важно также создавать доверительную атмосферу, способствующую открытому общению и развитию.

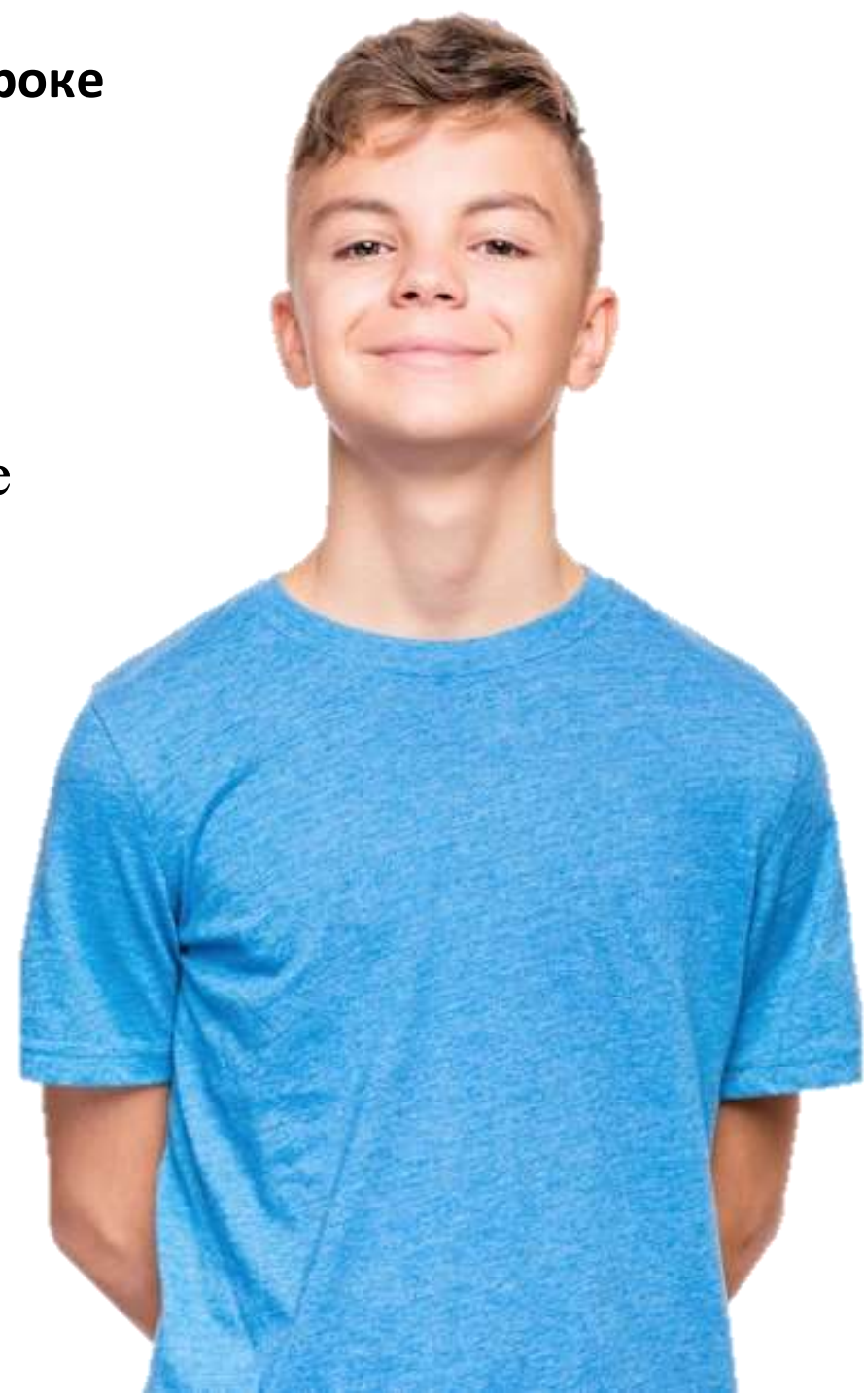


Эффективные методы работы с «трудным» поведением на уроке

Правило 1. Научитесь акцентировать внимание на поступках (поведении), а не на личности ученика

Когда вы обсуждаете с учениками их поведение, придерживайтесь объективного стиля: избегайте таких слов, как «плохо», «неправильно», «глупо», «по-хамски».

Субъективные, оценочные слова только вызывают раздражение ученика, «заводят» нас самих и в итоге уводят от решения проблемы. Вместо этого формулируйте свои замечания нейтрально, фокусируясь на описании конкретных ситуаций и фактов.



Правило 2. Обезоруживайте спокойствием

Ситуация, когда ученик-подросток выводит из себя и срывает урок, знакома многим учителям. Это может быть громкое заявление, отказ выполнять задание, провокационное поведение или просто навязчивое отвлечение внимания. В такие моменты очень легко поддаться эмоциям, что может только усугубить ситуацию. Но есть способы сохранить самообладание и эффективно справиться с вызовом.

1. Осознайте свои эмоции: "Стоп, я чувствую..."

Первый и самый важный шаг – это научиться распознавать свои эмоции в моменте. Когда вы чувствуете, как внутри закипает гнев, раздражение или беспомощность, остановитесь на секунду. Скажите себе мысленно: "Я чувствую злость", "Я чувствую разочарование". Это не значит, что вы должны подавлять эти чувства, а скорее признать их наличие. Осознание – это уже половина победы.

2. Дыхание – ваш лучший друг: "Глубокий вдох, медленный выдох"

Физиологическая реакция на стресс – это учащенное дыхание. Чтобы противостоять этому, сознательно замедлите свое дыхание. Сделайте несколько глубоких вдохов через нос, задержите дыхание на пару секунд и медленно выдохните через рот. Это поможет успокоить нервную систему и снизить уровень адреналина. Попробуйте сделать это незаметно, пока ученик говорит или пока вы переводите взгляд.

3. Переключите фокус: "Что я могу сделать сейчас?"

Вместо того, чтобы заикливаться на поведении ученика и своих негативных эмоциях, переключите свое внимание на то, что вы можете сделать в данной ситуации. Спросите себя:

Какова цель моего урока? Как я могу вернуться к ней?

Какое поведение ученика меня беспокоит? Что я могу сказать или сделать, чтобы это прекратить?

Есть ли другие ученики, которым нужна моя поддержка?

4. Не принимайте на свой счет: "Это не личное"

Подростковый возраст – это время бунта, поиска себя и проверки границ. Часто такое поведение не направлено лично против вас, а является проявлением внутренних проблем ученика, его неуверенности, желания привлечь внимание или просто неумения выражать свои эмоции иначе. Постарайтесь отделить себя от ситуации.

Обратитесь за поддержкой: "Я не один"

Не стесняйтесь обращаться за помощью к коллегам, школьному психологу или администрации. Обсуждение ситуации с кем-то другим может дать вам новый взгляд и эмоциональную разрядку. Коллеги могут поделиться своим опытом и предложить эффективные стратегии.



Правило 3. Обсудите проступок позже

Поговорить о некрасивом поведении ученика или его неверном решении нужно обязательно, но только не в момент самой выходки. В тот момент, когда вы оба — и учитель, и ученик — возбуждены, вам вряд ли удастся взаимодействовать конструктивно.



Лучше выбрать время для спокойного обсуждения, чтобы обе стороны могли выслушать друг друга и найти решение.

Правило 4. Позвольте ученику «сохранить лицо»

Ученики, особенно властолюбцы, не успокаиваются, пока не устроят представления.



Вместе с тем они знают, что учитель сильнее. В результате такие ученики всё-таки сделают то, о чём вы их просите, но по-своему. Они играют в игру, которую можно так и назвать «По-своему».

Правило 5. Демонстрируйте модели неагрессивного поведения

Конфронтация выбивает из колеи обоих участников конфликта, эмоции легко выходят из-под контроля.

В этой ситуации люди часто начинают общаться агрессивно. Наибольшая польза этого правила в том, что дети довольно быстро перенимают эту неагрессивную модель.





Спасибо за внимание!

В этой презентации мы рассмотрели особенности поведения «трудных» подростков на уроках и основные принципы и методы работы с ними.

Надеемся, что представленная информация будет полезна в практической деятельности и поможет улучшить взаимодействие с учащимися, проявляющими «трудное» поведение.

