



Муниципальное автономное образовательное
учреждение города Новосибирска "Средняя
общеобразовательная школа № 222"

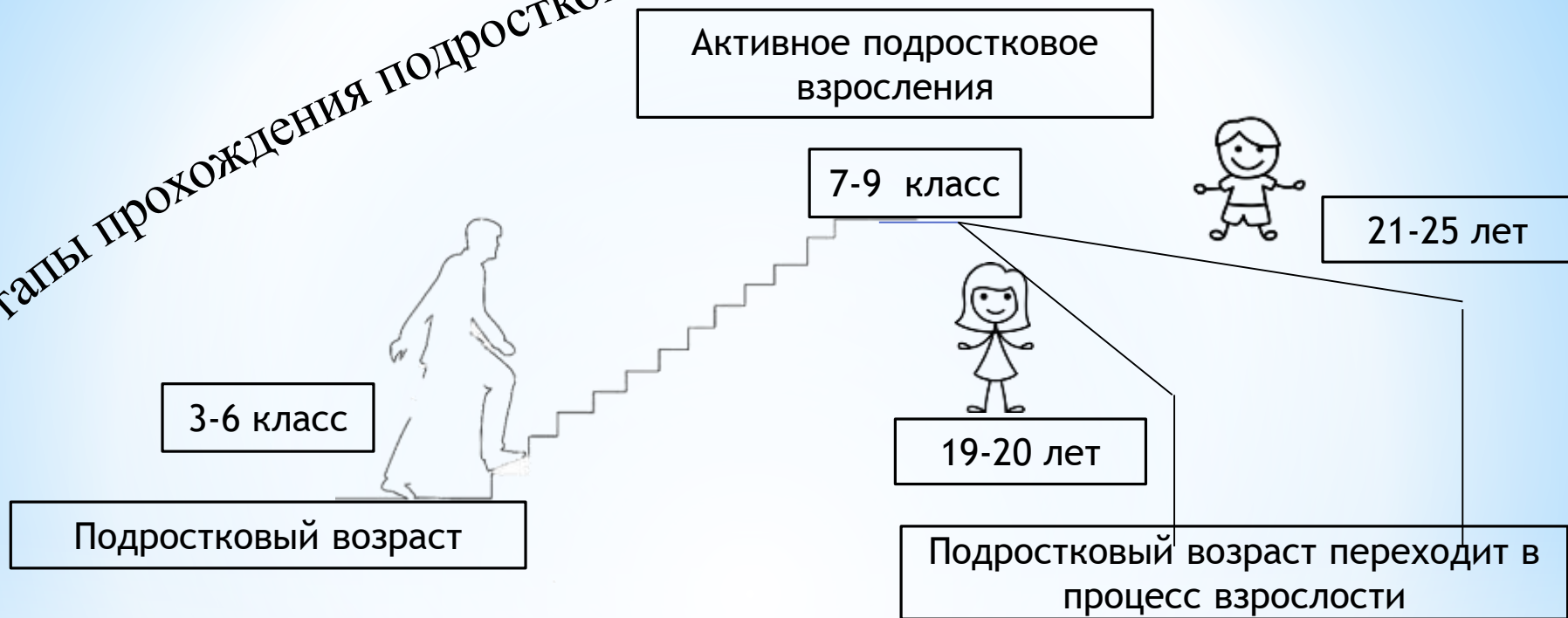


Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в предподростковый и подростковый кризис

Гетман Наталья Викторовна

руководитель социально- психологической службы
педагог-психолог высшей квалификационной категории, к.п.н.

Этапы прохождения подросткового кризиса



В подростковом возрасте происходит пик эмоциональной неуравновешенности. Подростки легко возбуждаются и не всегда могут справиться со своим состоянием. Это может приводить к ухудшению дисциплины, особенно на последних уроках или после контрольных работ: подростки начинают громко говорить, хохотать. Смех становится одним из способов отреагирования нарастающего возбуждения.

Настроение подростков подвержено резким перепадам (переходы от безудержного веселья к депрессивной пассивности). Возрастает обидчивость, раздражительность. Даже незначительное замечание нередко приводит к бурной реакции.

Специфика данного возраста хорошо описывается с применением частицы НЕ

- Не хотят учиться так, как могут.
- Не хотят слушать никаких советов.
- Не приходят вовремя.
- Не убирают за собой.

А также характерны:

- Непостоянные дружеские связи.
- Снижение самооценки.
- Борьба за самостоятельность.
- Обидчивость, раздражительность, упрямство.
- Переутомление, снижение внимания (особенно после 4 урока)



Роль родителей в процессе взросления подростка

1. Избегайте оценок личности, напротив, высказывайте отношение к поступкам, к поведению.

2. Развивайте самосознание (спрашивайте о смыслах поступков, о намерениях) **Помня о правах ребенка, не будем забывать и о его обязанностях. Принимая самостоятельность ребенка, не сводите ее к вседозволенности.**

3. Постарайтесь выяснять, какие трудности в общении испытывает подросток и подсказать ему, как правильно обратиться, что сказать. Они только учатся общаться, им в этом нужна помощь и поддержка.

4. Проявляйте свой интерес к общению не навязчиво. Некоторые вещи подросток не сможет вам рассказать. У него есть на это право.

Не давите на него, а просто показывайте, что вам это интересно, что он может рассказывать то, что считает нужным. Вам можно доверять



Роль родителей в процессе взросления подростка

1. Проявлять тепло и эмоциональный отклик во взаимоотношениях, оказывать поддержку;
2. Создавать атмосферу эмоциональной привязанности в семье;
3. Проявлять постоянную заинтересованность в ребенке, заботу о нем;
4. Уметь признавать свои ошибки в общении с детьми;
5. Не сравнивайте ребенка с окружающими;
6. Доверяйте ребенку (но контролируйте), будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть.
7. Чаще используйте телесный контакт;
8. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что;
9. Демонстрируйте образцы успешного и безопасного поведения, будьте во всем примером ребенку.



В случае необходимости родители и сами дети всегда могут получить профессиональную помощь не только у педагогов-психологов, социальных педагогов и логопедов школы, но и в центрах психолого-педагогической помощи.



Центр психологического консультирования Диалог

Контакты

+7 383 271-12-10

пн-пт 10:00–19:00, перерыв 13:00–14:00

[Народная ул., 69, Новосибирск](#)

МКУ Городской психологический центр Родник

Контакты

+7 383 276-02-11, +7 383 276-02-12, +7 383 276-02-10, +7 383 276-02-13

пн-пт 10:00–18:00

[Народная ул., 13, Новосибирск](#)

ГБУ НСО ОЦДК

Контакты

+7 383 276-02-23, +7 383 276-05-09

пн-чт 09:00–18:00, перерыв 13:00–14:00; пт 09:00–17:00, перерыв 13:00–14:00

[Народная ул., 10, Новосибирск](#)



По всем вопросам вы можете
обращаться к руководителю
социально-психологической службы
Гетман Наталье Викторовне
Рабочий телефон +7 993 996 3768

Наша совместная
задача
не избегать
трудностей,
а научиться их разрешать вместе
безопасным способом,
приобретая новый опыт.

