Возрастные особенности подросткового возраста. Техники эффективного общения с подростками

Психолог:Баянова А.В.

10-11; 14-15 лет

«переходный», «трудный», «критический»

Физиологические основы кризиса

- Резкое увеличение роста и веса;
- Начало полового созревания;

Психологические основы кризиса

- Проявление интереса к своему внутреннему миру
- Изменения в характере

Резкие перепады настроения

Изменения в поведении

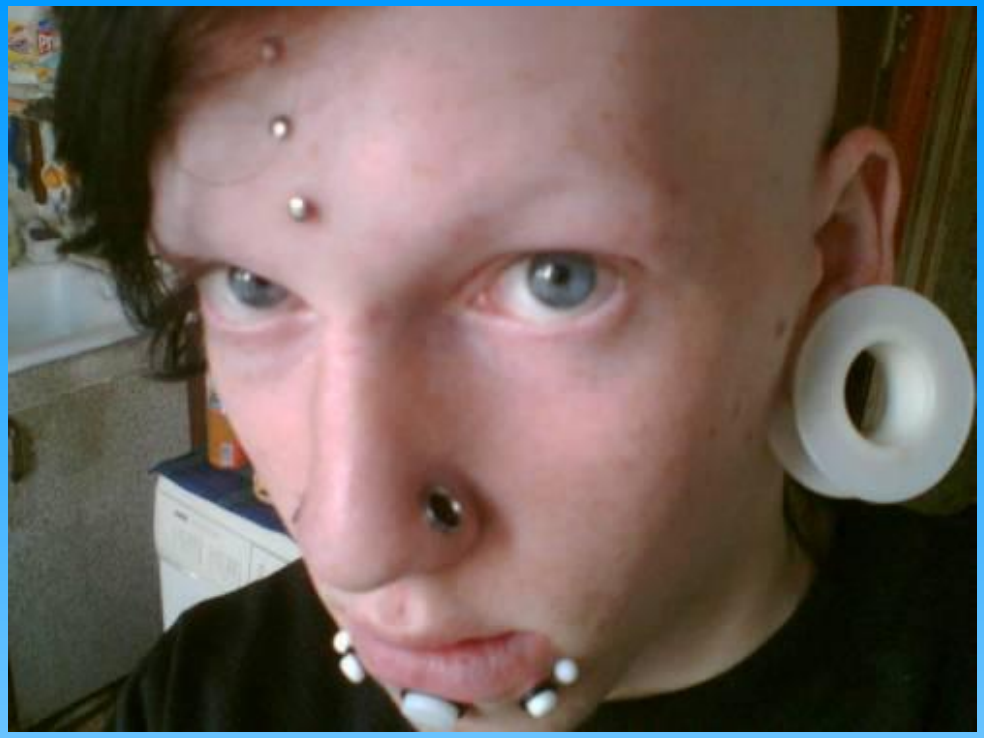
Кризис независимости

- строптивость,
- упрямство,
- негативизм,
- своеволие,
- обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, ранее выполнявшимся,
- протест-бунт,
- ревность к собственности.

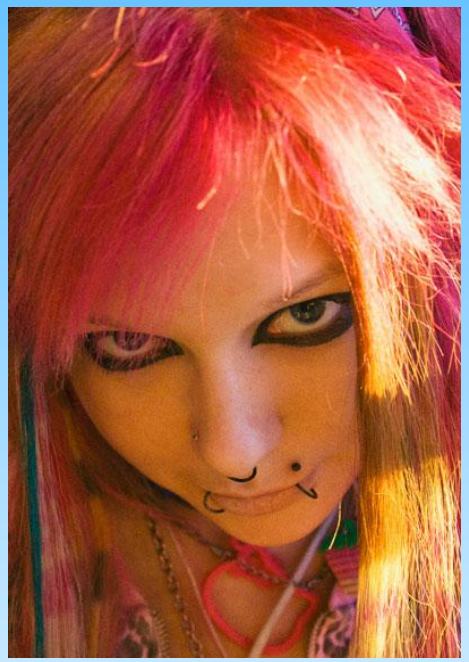
Повышенный интерес к собственной внешности

Повышенный интерес к противоположному полу

Социальные изменения: **смена ведущей деятельности.Потребность в близких отношениях и внимании окружающих, группирование со сверстниками**



Стремление не быть «как все»



С
Днем
города!

Основные новообразования возраста

- Чувство взрослости
  - Потребность в самоутверждении
    - Самооценка

Как общаться с подростком?

Общение – это сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми.

Главное в общении:

- *восприятие*
- *взаимодействие*
- *понимание*

Ошибки в общении учителя с учеником

- Не помнит имена, обращается по фамилии
- Поучительный, унижающий тон разговора
- Расширяем оценку успеваемости подростка до оценки его личности в целом
- Противопоставление успехов одного ученика неуспехов другого

Общие правили эффективного взаимодействия

- Не слушать, а слышать,
- Проявлять интерес к собеседнику,
- Подстраиваться (интонация, темп, поза),
- Использовать «Я-высказывания»,
- Выбирать правильную позицию в общении, исходя из ситуации.

Техника «Я-высказываний»

Схема:

Говорим о своих чувствах+называем действие+выриант разрешения трудной ситуации

Пример: «Меня раздражает, когда кто-то опаздывает. Я была бы очень рада, если бы ты приходил вовремя».

Три «Я»

«родитель» - стремеление руководить, подчинять, брать ответственность на себя

«взрослый» – разумный подход, понимание интересов другого.

«дитя» - зависимость, капризы («хочу немедленно!»)

В	В	В	В
Р	Р	Р	Р
Д	Д	Д	Д

«Не опекайте меня, не ходите за мной, не связывайте каждый мой шаг, не свивайте меня пеленками присмотра и недоверия, не напоминайте и словом о моей колыбели. Я самостоятельный человек. Я не хочу, чтобы меня вели за руку. Передо мной высокая гора. Это цель моей жизни. Я вижу ее, думаю о ней, хочу достичь ее, но взойти на эту вершину хочу самостоятельно. Я уже поднимаюсь, делаю первые шаги. И чем выше ступает моя нога, тем более широкий горизонт открывается мне, тем больше я вижу людей, тем больше познаю их, тем больше людей видят меня. От величин и безграничности того, что мне открывается, делается страшно. Мне необходима поддержка старшего друга. Я достигну своей вершины, если буду опираться на плечо сильного и мудрого человека. Но мне стыдно и боязно сказать об этом. Мне хочется, чтобы все считали, что я самостоятельно, своими силами доберусь до вершины».

В.А.Сухомлинский

Спасибо за внимание!