



# 4 модуль

- ❖ Странности подросткового возраста
- ❖ Интеграция полученных знаний

**Коучинг в детско-родительских отношениях**

[www.co-active.ru](http://www.co-active.ru)

[www.lager-rosta.ru](http://www.lager-rosta.ru)

# Программа 4 модуля

- o Вся правда о подростках: физиология, гормоны, психическое развитие, особенности восприятия, мышления, страхи и комплексы
- o Права, обязанности и свободы. Как уважать свободу друг друга, и где та самая грань?
- o Базовые принципы взаимодействия и сотрудничества с подростками
- o Интеграция знаний, полученных на 4 модулях обучения
- o Психологический портрет личности ребенка, проектирование своей собственной родительской стратегии (стратегии специалиста по работе с детьми) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка (детей): бессознательные и сознательные стратегии взаимодействия с ребенком.
- o Колесо родительских компетенций (компетенций специалиста), а также зон дальнейшего роста и развития

**Эти странные подростки!**

**1. Глупый, необоснованный риск**



**Подростки рискуют гораздо чаще, если за ними наблюдают друзья**

**2. Резкие перепады настроения, частые приступы дурного настроения, эмоциональные всплески**



**3. Программа группирования. Особая субкультура, странная одежда, вызывающий внешний вид**



**4. Слепое подражание взрослым (алкоголь, курение, наркотики)**

**Подростки приобретают зависимость быстрее, чем взрослые!**



**5. Подростки из-за временного переизбытка гормонов могут путать день с ночью (сбой биологических часов)**



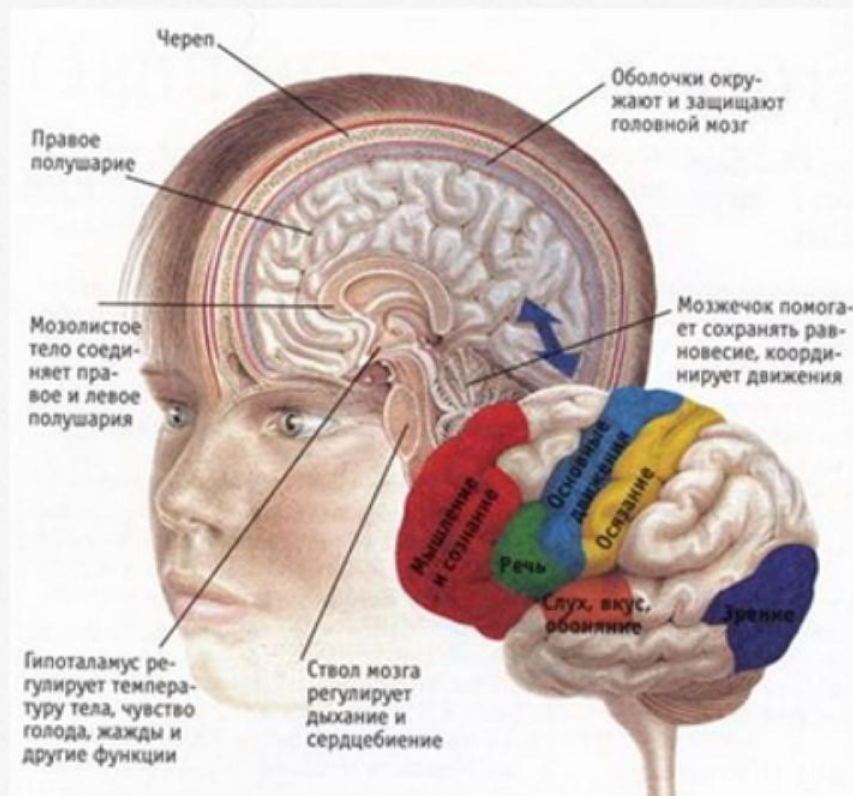
# И еще....

- o Грубость
- o Агрессия
- o Ненависть
- o Жестокость
- o Демонстрация и вызов
- o Вандализм
- o Равнодушие или ненависть к учебе





# Особенности развития и формирования мозга подростков

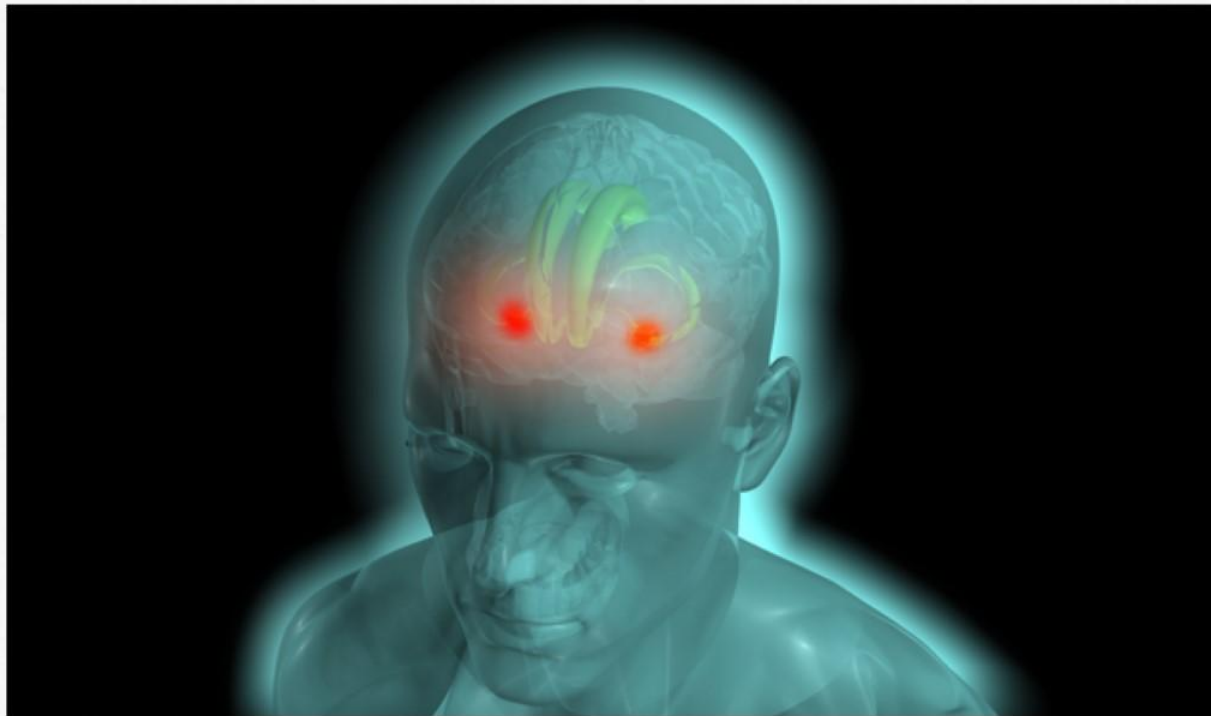


## Префронтальная кора – «обитель разума» формируется до 20 -25 лет

В подростковом возрасте она работает не в полную силу. Подросток не имеет достаточно ресурса, чтобы понимать последствия своих рискованных действий

## Миндалевидное тело (амигдала) -

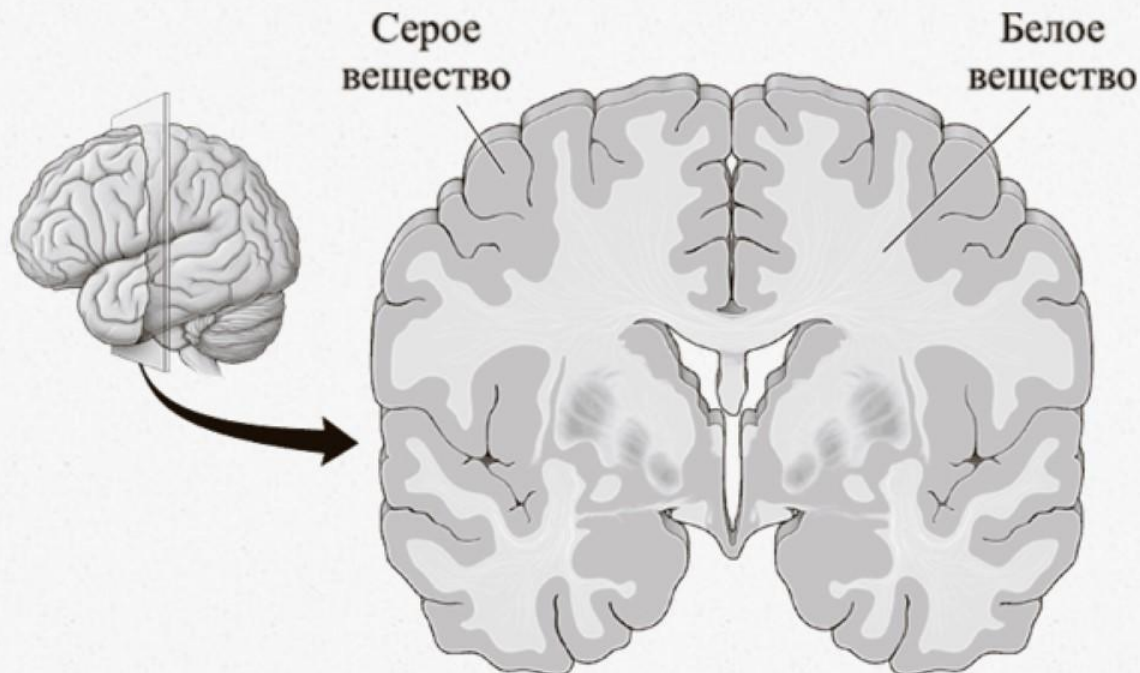
отвечает за интуицию, обрабатывает полученный эмоциональный опыт. Для правильного распознавания эмоций необходимо налаженное взаимодействие между миндалинами и префронтальной корой. В подростковом возрасте это затруднительно.



## Миелин (белое вещество)

Повышает эффективность передачи нервных импульсов в разные отделы мозга. Мозолистое тело (мостик между правым и левым полушарием) почти полностью состоит из белого вещества.

**ВНИМАНИЕ: Процесс формирования белого вещества заканчивается к 30 годам**



# **ВАЖНО ПОМНИТЬ!**

1. В подростковом возрасте мозг не сформирован полностью, хотя возможно ребенок внешне кажется взрослым
2. Нельзя надеяться, что подросток будет принимать правильные решения: у него для этого не хватает оборудования!
3. У взрослого есть веские основания установить подростку четкие границы и правила

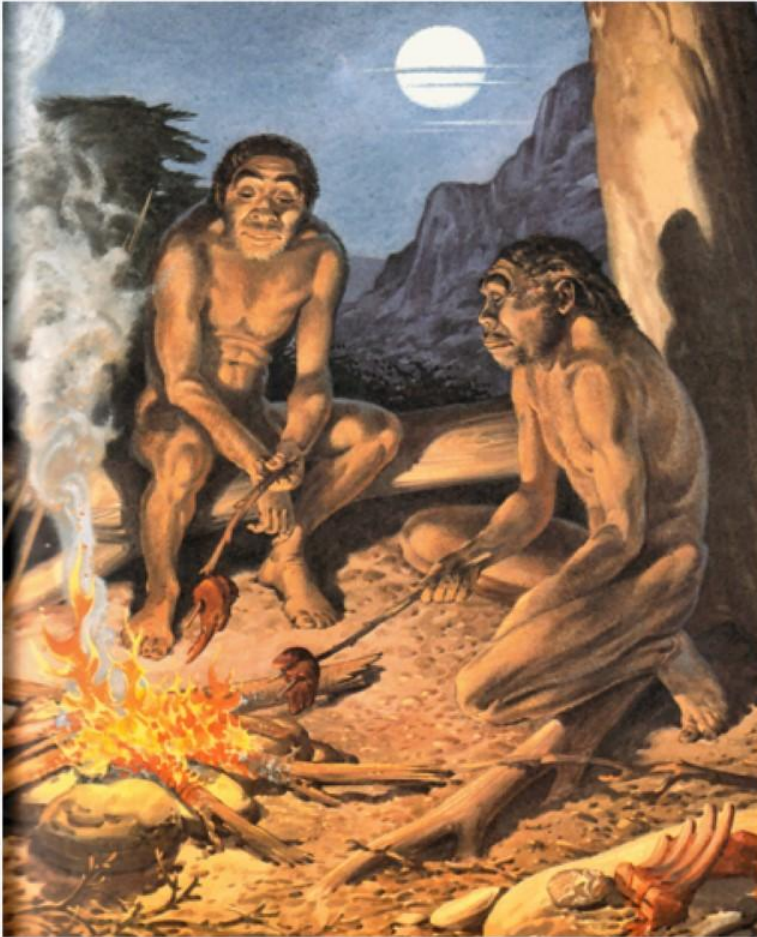
**Подростки ожидают , что  
МЫ...**



- o Будем рядом (когда им это действительно нужно), даже когда они говорят, что этого не хотят
- o Научим их мечтать по крупному
- o Будем верить в них, даже когда у них «сносит крышу»
- o Будем иногда веселиться и дурачиться вместе с ними
- o Установим им четкие правила и границы безопасности
- o Будем проявлять твердость и последовательность в своих требованиях и наказании
- o Будем замечать и ценить их достижения
- o Порой будем пропускать «мимо ушей» сорвавшиеся слова и готовы прощать

# Как вести себя с юным «неандертальцем»?

## Руководство для мам



- o Будьте рядом, когда вы ему нужны
- o Используйте его прагматизм. Он будет то-то делать, если это имеет смысл для него
- o Он любит четкие и лаконичные конструкции. Ему нужна определенность и знание границ
- o Смиритесь с таймменеджментом «неандертальца»: он делает все в последний момент
- o Давайте ему время на размышление
- o Говорите кратко и по делу
- o Будьте готовы слушать, когда он хочет говорить
- o Старайтесь не давать советов, если он их не просит
- o Обязательно говорите, что любите его

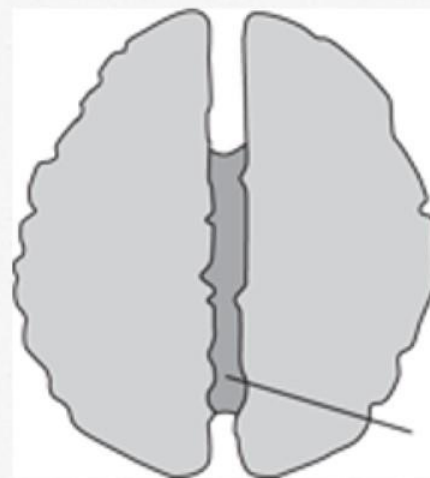
# Листолаз ядовитый или особенности Девчачьей Вселенной





# Мозолистое тело

- o - представляет собой сплетение нервных волокон, объединяющее правое и левое полушария, координируя работу обеих половин мозга в одно
- o Женское мозолистое тело на 30% толще, чем мужское!
- o В мозге девочки-подростка передача информации и ее синхронизации с эмоциональными центрами происходит гораздо быстрее, чем у мальчика! Информация в девчачьей вселенной гораздо сильнее заряжена эмоциями



Мозолистое тело

# Техника безопасности взрослого в Девчачьей Вселенной

- o Не пытайтесь понять законы Девчачьей Вселенной! Это невозможно!
- o Просто будьте рядом
- o Предоставьте ей убежище, где она сможет передохнуть от постоянных катаклизмов Девчачьей Вселенной
- o Будьте «Якорем Реальности», чтобы девчонку не унесло в океан фантазий и мечтаний (это про внешность и бесконечные стремления к идеалу)
- o Не принимайте в серьез слова вашей дочери, сказанные в запале
- o Говорите с ней и слушайте заинтересованно. Ей необходимо, чтобы вы принимали участие в ее жизни!

## Как создать для подростка правила, которые работают?

- o Правил должно быть мало
- o Правила должны быть понятными и прозрачными как для родителя, так и для подростка. Они должны быть справедливыми!
- o В установленных рамках должно быть не слишком свободно, но и не слишком тесно
- o Правила должны пересматриваться по запросу подростка и по мере его взросления
- o Есть четкая, понятная ответственность за нарушение правила. Она не обсуждается
- o Есть четкая и разумная система отработки штрафов и возврата утраченных благ



# Помните!

Если вы не  
создадите правила  
для подростка, то он  
их придумает сам

# Как использовать наказание?

Два вида наказаний,  
которые гарантированно  
работают:

1. **Забирать что-нибудь хорошее**

(любимые предметы, занятия, время...)

2. **Устраивать что-нибудь плохое**

(выполнение неприятных обязанностей: уборка, поездка, мытье окон, стирка, глажка...)

Хорошо, когда есть набор карточек с исправительными работами и четкими критериями, чтобы подростком мог выбирать



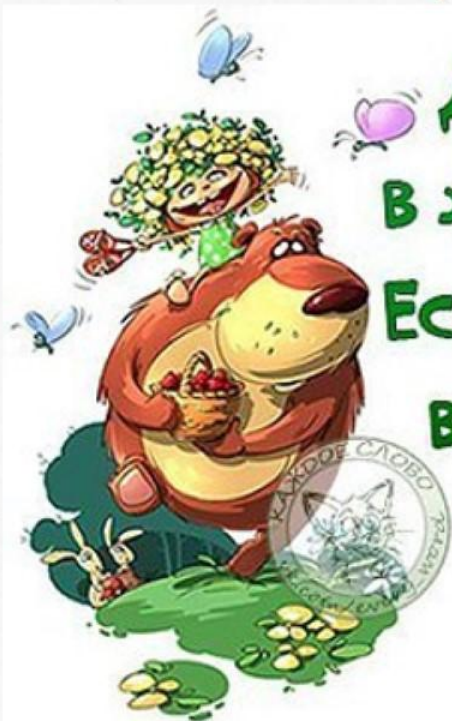
## **Три простых вопроса, которые помогают в сложных ситуациях**

- 1. Когда все пошло наперекосяк?**
- 2. Как можно улучшить ситуацию  
(даже совсем немного)?**
- 3. Как добиться желаемого?**

Исследуйте и пробуйте различные подходы к мотивации и взаимодействию с вашим подростком.

Если ваш метод работает- продолжайте делать это! Если – нет, просто начните делать что-то другое.

**И помните: подростковый возраст когда –то закончится, а отношения длятся всю жизнь!**



Два чувства нас спасают  
в жизни – ЛЮБОВЬ И ЮМОР...

Если у вас есть одно из двух,  
вы – счастливый человек!

Если у вас есть оба... –  
вы НЕПОБЕДИМЫ!



Благодарю за активное участие!