



4 модуль

- ❖ Странности подросткового возраста
- ❖ Интеграция полученных знаний

Коучинг в детско-родительских отношениях

www.co-active.ru

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)

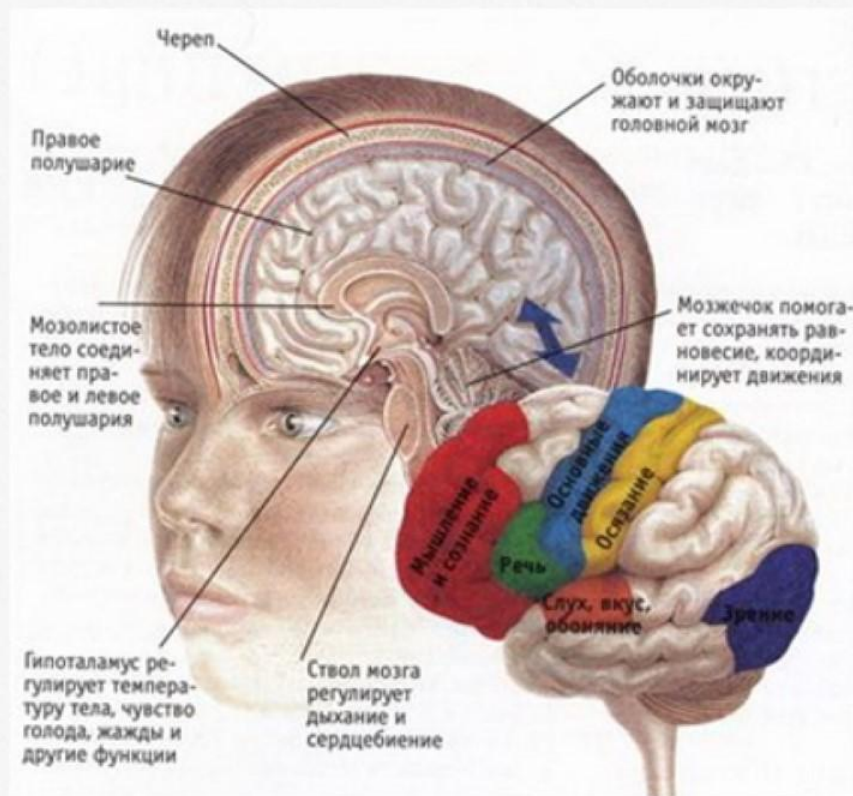


И еще....

- 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

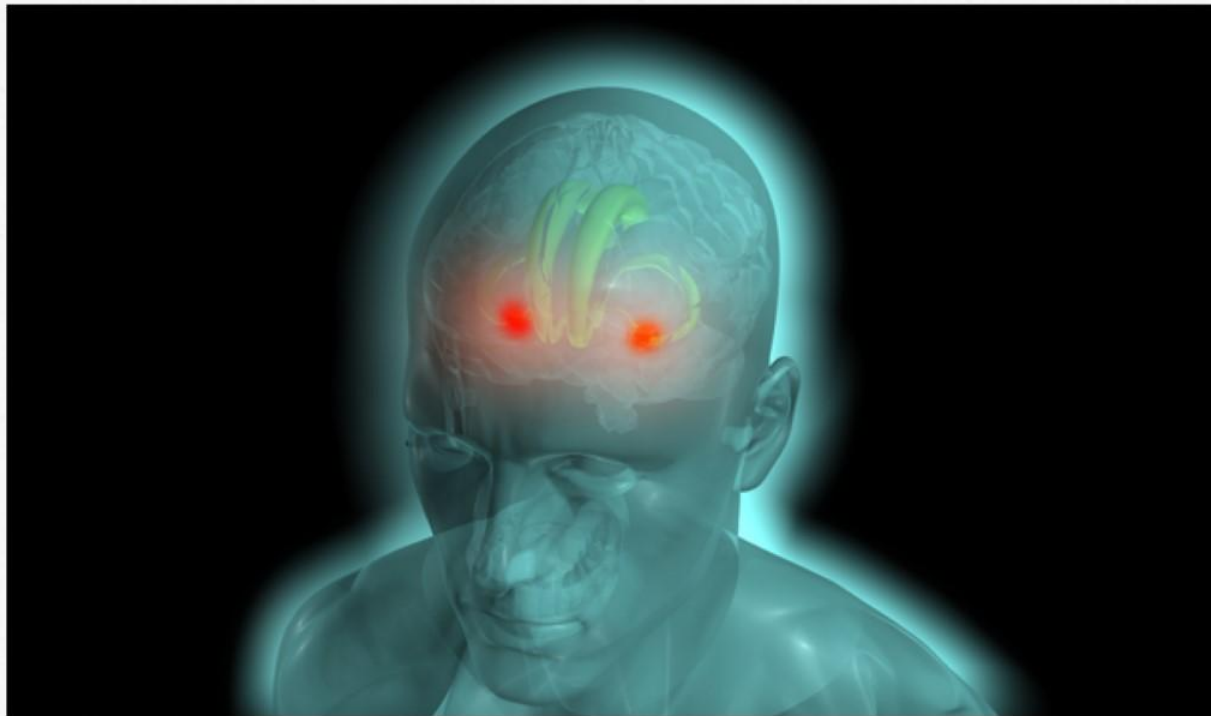


Префронтальная кора – «обитель разума» формируется до 20 -25 лет

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

Миндалевидное тело (амигдала) -

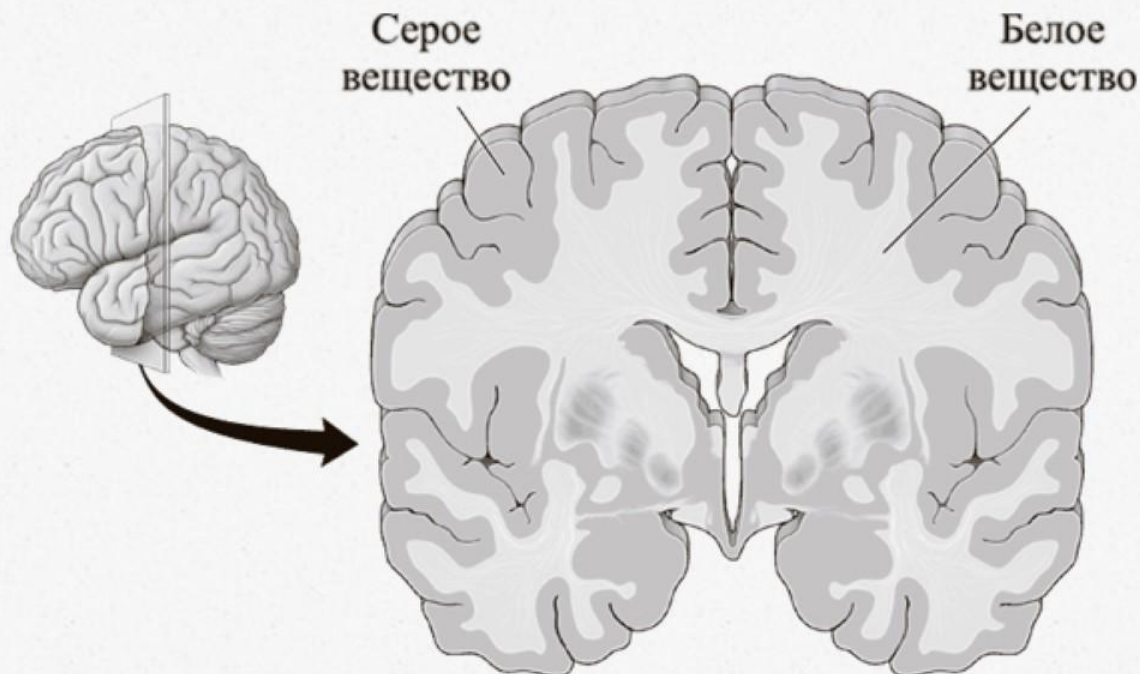
отвечает за интуицию, обрабатывает полученный эмоциональный опыт. Для правильного распознавания эмоций необходимо налаженное взаимодействие между миндалинами и префронтальной корой. В подростковом возрасте это затруднительно.



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

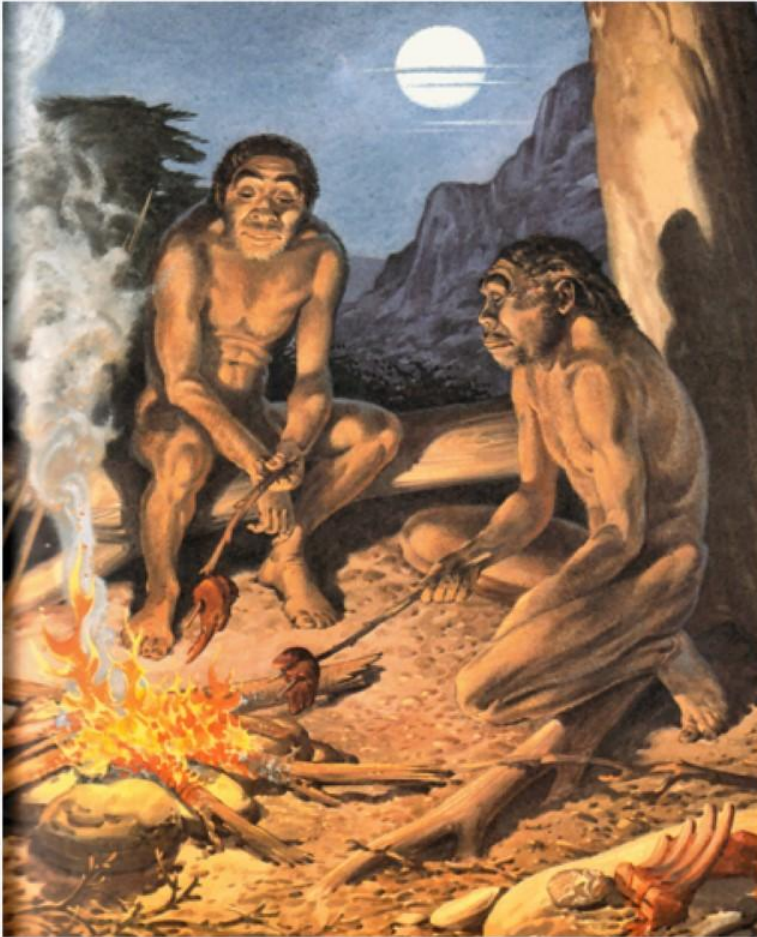
**Подростки ожидают , что
МЫ...**



- 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



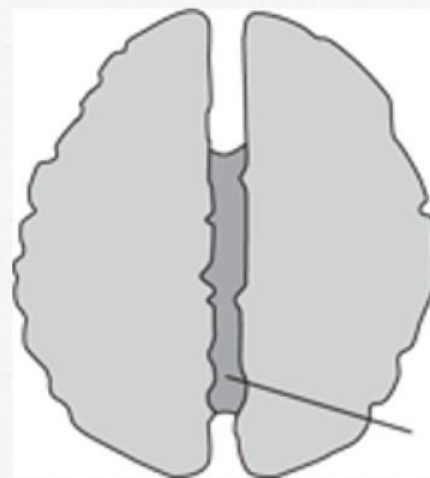
- o Будьте рядом, когда вы ему нужны
- o Используйте его прагматизм. Он будет то-то делать, если это имеет смысл для него
- o Он любит четкие и лаконичные конструкции. Ему нужна определенность и знание границ
- o Смиритесь с таймменеджментом «неандертальца»: он делает все в последний момент
- o Давайте 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



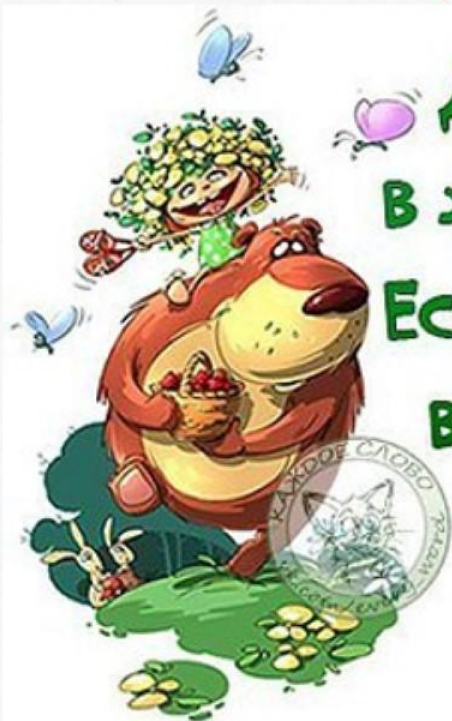
Три простых вопроса, которые помогают в сложных ситуациях

- 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 делятся 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!