

## **7-8 класс Что ДЕЛАТЬ?!**

Поведение в подростковом возрасте – проявление конфликта между привычной зависимостью и желанием обособления. **7-8 класс – 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)

Основной сферой интересов становится общение со сверстниками. Поэтому качество учебной деятельности может ухудшаться (на уроках подростки стремятся общаться, переписываться). Становится значимым то, какими видят их одноклассники (статус в классе). Может произойти смена лидеров.

К ухудшению дисциплины на уроках может приводить недостаточно быстрый темп. Подростки начинают мыслить быстрее (развивается формально-логическое мышление), с радостью воспринимают задания, в которых нужно поразмышлять, поспорить, придумать различные варианты решения.

При столкновении с теми или иными трудностями во взаимодействии с детьми необходимо учитывать, что подростки могут вести себя агрессивно не в силу «испорченности», а в связи со стремлением сохранить устойчивое представление о себе и окружающих в соответствии со своим опытом, защититься от низкой самооценки.

Хотя интерес к школе и к общению со взрослыми снижается, подростки испытывают сильную потребность поговорить о себе со взрослым. Если такой возможности нет, могут возникать депрессивные настроения, суицидальные мысли, либо резкие агрессивные вспышки, направленные на взрослых.

Никакая педагогическая, психологическая помощь не принимается ребёнком и не приводит к стабильным позитивным результатам, если она не основана на устойчивых, безопасных и принимающих отношениях со взрослым. Подростки могут давать выраженные и неожиданно острые реакции на неправильное обращение со стороны учителей, особенно когда такое обращение попадает на «болевы точки», например, сомнения в своей значимости, неуверенность в восприятии себя окружающими, недовольство своей внешностью и способностями. Нужно, чтобы подросток чувствовал свою ценность для других.

Обращение, проявляющееся в занижении оценок, игнорировании успехов ребёнка, склонности к негативному обобщению и перенесению на личностные особенности любого проступка ребёнка представляет собой психологическое насилие. Особенно тяжело переживаются подростком и сами по себе никогда не бывают полезными «воспитательные» комментарии по поводу ребёнка в присутствии других учеников. Длительные и постоянные воздействия подобного рода наносят серьёзный вред психологическому здоровью ребёнка.

Подростки бросаются в активное узнавание различных аспектов жизни (даже представляющих угрозу), а также в активное опробование новых ролей. Им необходимы собственные ошибки. Подростки могут пробовать курить, целоваться, обниматься, употреблять ненормативную лексику, спиртные напитки. Целью является сам факт познания (себя, своих возможностей), а не получение удовольствия.

Если запретить (не дать) это делать, возможны последствия:

- «взрыв» в более позднем возрасте
- появление страхов
- уход в виртуальный мир

Взрослым подростки делают на тех, кому можно, а кому нельзя доверять. Новому взрослому достаточно сложно завоевать доверие подростков (понадобится немалое время). Наиболее эффективным становится взаимодействие с подростками, основанное на уважении их чувства взрослости и самостоятельности.

Взросление – особая фаза развития, характеризующаяся активацией процессов преодоления трудностей. Негативизм и агрессия – признаки преобразований и урегулирования. Необходимость тех или иных действий можно обсудить с подростками, выстроив картину их последствий.

Необходимо, чтобы подросток осваивал взрослую позицию: «Я признаю, что хотеть могу не только я, но и другие», «Я отдаю» вместо детской «Я хочу, я беру».

### **Позитивная переориентация поведения детей**

Представим, что ученик нас не слушается. Например, не хочет работать на уроке, или совершает какой-то поступок, который кажется нам недопустимым, например, начинает громко разговаривать во время урока. Может быть он совершает что-либо другое, что мы называем плохим поведением. Как мы обычно поступаем в таких случаях?

Сначала делаем замечание. В какой форме?

А потом, наверное, наказываем. Как?

Это эффективно?

Абсолютно нет, если вспомнить, что регулярные наказания порождают обиду, боль, страх. За этим следует гнев, злость, формирование агрессивности.

Ребёнок же, привыкший вести себя прилично из-за внешних воздействий, не развивает внутренний контроль своего поведения. И, безусловно, в отсутствии авторитетов он найдёт способы делать так, как хочет, только с ещё большей силой.

**Каким же образом реагировать на так называемое «плохое» поведение?**

Необходимо воспринять плохое поведение как информацию, которую отправляет нам ребёнок. Первая реакция эффективного учителя – «Что ученик хочет мне сказать своим поведением?»

**Обычно послания детей можно отнести к одной из 4х групп:**

1. Привлечение внимания. «Заметьте меня!»; «Лучше так, чем никак»
2. Борьба за власть. «Я – личность!»; «Пусть мне будет плохо, но в какой-то момент я почувствую себя сильным»
3. Месть. «Мне больно, обидно!»; «Я восстановлю справедливость и перестану чувствовать себя никчёмным»
4. Избегание неудач. «Я не верю в себя, я в отчаянии»; «Нечего стараться, всё равно ничего не получится», «Мне всё равно»; «И пусть плохой»; «И буду плохой!»

Стремления подростков вполне положительны и закономерны и выражают естественную потребность во внимании, признании и уважении личности, чувство справедливости, желание успеха. Подростки остро страдают от нереализации этих потребностей и от попыток восполнить эту нехватку неэффективными способами. Они не знают как иначе, и, поэтому, любое серьёзное нарушение поведения – крик (сигнал) о помощи! Для того чтобы помочь, нужно понять причину непослушания, обратив внимание на собственные чувства (при повторном непослушании):

· Раздражение - привлечение внимания

Обычная реакция педагога – замечание, выплёскивание эмоций.

Эффективная реакция педагога – игнорирование выпада, оказание внимания вне ситуации, невербальные знаки внимания (погладить по спине, голове, улыбнуться).

· Гнев - власть

Эффективная реакция педагога – смягчить своё требование, предоставить право выбора, согласиться и отложить на потом.

Вне ситуации постоянно подтверждать значимость ребёнка для окружающих, отмечать сильные стороны, относиться с уважением, использовать просьбы вместо указаний, не требовать невыполнимого, уменьшить контроль.

· Обида - месть

Эффективная реакция педагога – устранить причину боли (извиниться). Дать себе остыть; поговорить наедине с ребёнком о его и собственных чувствах, о настоящих причинах поведения, о последствиях. Признать свои ошибки (они всегда есть).

· Безнадёжность, отчаяние - избегание неудач

Эффективная реакция педагога – перестать требовать, сбросить на ноль ожидания, давать доступные задачи, не критиковать, поощрять, избавлять от провалов.

Определившись с чувствами, самое главное – не реагировать привычным образом. Не исправлять, а помогать.

Данный путь, несомненно, долгий и трудный. Основная сложность состоит в необходимости в каком-то смысле менять, перестраивать себя (переключать эмоции). Причём, вначале возможно усиление плохого поведения. Подростки не сразу поверят в искренность ваших намерений и будут проверять их.