

## **Роль семьи в адаптационный период**

Одним из важнейших условий развития личности учащихся и сохранения их психологического здоровья является обеспечение адаптации детей к образовательной среде. Адаптация ребенка к школе не заканчивается в первом классе, она продолжается фактически до окончания школы, поскольку адаптация – это не обязательно приспособление к экстремальным условиям, чаще это условия не привычные, не такие, как были до этого. Самое распространенное понимание школьной адаптации определяется как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, учителям, формам обучения. Именно в такой ситуации обучения оказываются учащиеся 8-х классов, переходя учиться в старшее звено лицея.

Задача успешного прохождения адаптационного периода учащимися 8 классов может быть реализована лишь при совместной деятельности педагогов и родителей учащихся. Особая роль отводится семье учащихся.

Специфика адаптации восьмиклассников к обучению в старшем звене определяется и особенностями возраста - подросткового, который также накладывает свои особенности на успешность прохождения указанного периода. Поэтому родителям необходимо учитывать эти факты при воспитании и общении со своими детьми.

### **Особенности подросткового возраста**

Подростковый возраст — сложный и во многом противоречивый период жизни ребенка. Резкие изменения, происходящие в физическом и психологическом облике, особенно бросаются в глаза родителям и педагогам. Подростковый возраст — период кризиса в развитии личности ребенка.

Особенности личности подростка можно довольно точно охарактеризовать в двух словах — стремление к самостоятельности. Оно накладывает отпечаток на все стороны личности, поведение, чувства. Восьмиклассники находятся на 3 этапе развития самостоятельности: «Пробую быть самостоятельным, хотя не очень умею». Данный этап сопровождается следующими моментами:

1. Есть свое мнение, не всегда верное
2. Считает именно свое мнение истинно верным
3. Не считается с мнением родителей

4. Поступает так, как хочет
5. Есть стремление попробовать все, что делают его сверстники и взрослые
6. Считает, что он все может и с ним ничего не может случиться (порой забывая о безопасности)

***Для успешного прохождения и оптимизации развития самостоятельности нужно:***

- аргументировать запреты
- обсуждать: если ты поступишь так, то какие будут последствия (испортишь свое здоровье, можешь попасть в плохую компанию, с тобой может случиться что-то плохое)
- считаться с мнением подростка (иначе он не научится считаться с вашим)
- не считать свою позицию на 100% правильной
- поддерживать его, хвалить (возможно, даже не совсем заслуженно, для повышения уверенности в себе)
- не ругать его друзей или тех, с кем он встречается (бесполезно, вызовет только отрицание и негатив), если только тех, с кем он уже расстался или поссорился
- в спорах пытаться договориться

Итак, подросток уже не ребенок, вместе с тем он еще не взрослый. Он не терпит ограничений своей самостоятельности, нередко проявляет резко отрицательное отношение к требованиям взрослых. Чаще всего конфликты подростка со взрослыми возникают в тех семьях, где родители не замечают взросления сына или дочери, продолжают смотреть на них как на «маленьких».

В 13 лет появляется интерес к собственной жизни, к качествам своей личности. Этот интерес значительно возрастает в юношеском возрасте. Первоначально суждения подростка о себе в значительной степени повторяют суждения о нем других людей. На вопрос «Откуда ты знаешь о чертах своего характера?» подростки прямо отвечают, что они знают о своих качествах от родителей, учителей, товарищей, но позднее начинают замечать их и сами. Всё же они раньше начинают оценивать других людей, чем самих себя.

В оценке других подростки часто допускают некоторую поспешность и категоричность. Так, они часто оценивают людей по их отдельным поступкам или качествам, распространяя эту оценку на личность в целом. В результате во многих случаях выносятся неверные суждения о достоинствах человека, его положительных и

отрицательных качествах. Суждения подростков не всегда бывают объективными. Например, они говорят о грубости или скрытности товарищей, но не замечают этого за собой. Далеко не все подростки самокритичны, отличаются умением честно и открыто признавать свои ошибки.

В 13-14 лет то, что было ценно, обесценивается, появляются новые кумиры, подросток перестает прямо копировать взрослых, характер взаимоотношений с взрослыми и родителями часто носят протестный характер. В этом возрасте очень вероятно «заражение» фанатизмом, т.к. подростки тянутся ко всему необычному, часто увлекаются неформальными течениями. Подросток чувствителен к оценке его окружающими. Отсюда известная ранимость, колебания в настроении. Внешне кризис подросткового возраста проявляется в грубости, скрытности поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых, в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения.

У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, колеблется самооценка, он в это время очень раним, конфликтен, может впасть в депрессию. Подросток склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. **В собственных глазах он должен быть очень умным, красивым, очень смелым и т.д.** Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам, правда, именно такая противоречивая самооценка необходима подростку, для того чтобы развить у него новые, взрослые, критерии личностного развития. Поскольку самооценка подростков противоречива, поэтому в их поведении может возникнуть много немотивированных поступков. Подростки больше других возрастных групп страдают от нестабильности социальной, экономической и моральной обстановки в стране, потеряв сегодня необходимую ориентацию в ценностях и идеалах – **старые идеалы разрушены, новые еще не созданы.** В тоже время перестройка отношения подростка к себе влияет не только на его эмоциональное самочувствие, но и на развитие его творческих способностей и удовлетворенность и жизнью вообще.

*Итак, за что и против чего ведёт борьбу ребёнок в подростковом возрасте?*

- ✓ За то, чтобы перестать быть ребёнком.

- ✓ За прекращение посягательств на его физическое начало, неприкосновенность.
- ✓ За утверждение среди сверстников.
- ✓ Против замечаний, обсуждений, особенно, ироничных, по поводу его физической зрелости.

Подростковый возраст — в высшей степени сложный и противоречивый период становления человеческой личности, требующий от родителей и педагогов больших усилий, напряженного труда. В то же время это возраст неповторимой прелести: бурной энергии, жажды познания, страстного искания истины.

### **Пути решения проблемы. Как общаться с восьмиклассниками в этот период?**

Восьмиклассники особенно зависимы от микросреды и конкретной ситуации. Одним из определяющих элементов микросреды, в отношениях формирующих личность, является **семья**. Для любого подростка очень важна роль семьи. Но в любой семье возникают проблемы психологического характера, которые приводят к кризису подросткового возраста. Сегодня мы попытаемся разобрать пути решения данной проблемы.

- Формирование круга интересов восьмиклассников на основе особенностей их характера и способностей
- Максимальное сокращение периода его свободного времени — «времени праздного существования и безделья»
- Привлечение к таким занятиям как чтение, самообразование, занятия музыкой, спортом, положительно формирующим личность.
- Включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создает возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.
- Снижение проявления агрессии путем посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гантелей и эспандера, железных гирь и боксерских перчаток (пусть подростки колотят друг друга в мирной драке, давая выход накопившейся энергии, чтобы агрессия не накапливалась подобно статистическому электричеству, имеющему свойство взрываться болезненными разрядами)
- Не предъявлять подростку завышенное требование, не подтвержденное способностью восьмиклассника

- Честно указывать подростку на его удачи и не удачи (причем удачи объяснять его способностями, а неудачи – недостаточной подготовкой)
- Не захваливать подростка, объясняя его неудачи случайностью, т.к. это формирует у восьмиклассников эффект неадекватности.

### **Рекомендации для родителей**

Будьте всегда чуткими к делам своих детей.

Анализируйте с детьми причины их удач и неудач.

Поддерживайте ребенка, когда ему нелегко.

Старайтесь не ограждать подростка от трудностей.

Научите преодолевать трудности.

Сравнивайте своего ребенка **только с ним самим!!!** Обязательно отмечая его продвижение вперед.

Постоянно контролируйте ребенка, но без гиперопеки по принципу: «Доверяй, но проверяй!».

Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации (развитие собственной личности).

Информируйте своего ребенка о **границах** материальных потребностей и напоминайте, что духовные потребности должны развиваться постоянно.

Замечайте любое положительное изменение в развитии личности ребенка.

Рассказывайте ребенку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте.

Покупайте своему ребенку книги по психологии, самопознанию.

Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами).

**Помните**, что только личным примером можно что-то изменить в лучшую сторону, т.к. самоактуализация передается от родителей к детям. **У творческих родителей всегда неординарные дети.**

Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии..

Советуйте ребенку следить за своей внешностью: одеждой, прической, личной гигиеной

Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, чтобы избежать недоверия между вами.

Воспитывайте естественное отношение к проблемам взаимоотношения полов, простое, здоровое, которое позволит создать в будущем нормальную семью.

Чаще рассказывайте своим детям о том, какие у Вас были взаимоотношения с противоположным полом в 14-15 лет, делая акцент на благородстве, культуре чувств, уважении друг к другу, ответственности друг за друга.

Вашему ребенку будет интересно узнать, как познакомились его родители, как развивались из отношения.

Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона, следящего за каждым шагом ребенка.

**Помните: недоверие оскорбляет!!!**

Следите за тем, какие книги читает Ваш ребенок, какие фильмы смотрит. Постарайтесь оградить его от тех, которые могут вызвать приступы агрессии или девиантного поведения.

Будьте всегда для своего ребенка прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой).

***Успехов Вам и вашему ребенку!***