# Зарубин Александр Леонидович

# ГБПОУ "Сахалинский горный техникум"

Педагог-психолог

# Подростковый кризис: материалы лекции для педагогов

# Педагогическое общение

Основная форма общения педагога и обучающегося – это общение. Под педагогическим общением понимают профессиональное общение преподавателя с обучающимися на уроке и вне его, имеющее определенные педагогические функции и направленное (если оно полноценное и оптимальное) на создание благоприятного психологического кли­мата, а также на другого рода психологическую оптимизацию учебной деятельно­сти и отношений между педагогом и учащимся.

Для того, чтобы организовать эффективное общение между учеником и педагогом, необходимо знать психологические особенности обучающихся. Еще К. Д. Ушинский, основатель российской научной педагогики, подчеркивал, что если педагогика хочет воспитать человека во всех отношениях, то она должна преж­де всего узнать его во всех отношениях.

В настоящее время проблема познания педагогом лич­ности учащегося приобрела особую значимость, ибо она непосредственно связана с гуманистическими тенденция­ми в современной педагогике.

# Границы подросткового возраста.

Подростковый кризис охватывает период от 10-11 до 15-16 лет. Необходимо сказать, что эти границы нечёткие. Это связано с тем, что одни дети взрослеют раньше, а другие позже. Зачастую подростковый период протекает трудно и для ребенка, и для окружающих его взрослых.

# Половое созревание.

Подростковый возраст связан с перестройкой организ­ма ребенка - половым созреванием. Половое созревание связано с тем, что активно начинают работать не только половые железы, но и все остальные. Что же мы видим? Интенсивное физическое и физиологическое развитие, нередко приводящее к непропорциональности тела, угловатости. В связи с этим, дети могут ощущать себя неуклюжими, неловкими. Вследствие быстрого развития возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении го­ловного мозга, что может вызвать быструю смену физического самочувствия и настроения. У подростков эмоциональный фон ста­новится неровным, нестабильным.

У подростков половых гор­монов вырабатывается больше, чем у взрослых людей. Таким образом, эмоциональная нестабильностьусилива­ет сексуальное возбуждение, сопровождающее процесс полового созревания. Эти ощущения бывают неопределёнными, особенно у девочек, и могут быть связаны со стремлением удовлетворить потребности в привязанности, любви, под­держке, самоуважении.

В силу интенсивного полового созревания, для детей данного возраста характерны сексуальные фантазии, мастурбация (согласно исследованиям, мастурбацией занимается более 90% мальчиков, у девочек этот процент заметно меньше), рассуждения на темы секса, увлечения соответствующей литературой и кинофильмами (не обязательно порнографического содержания, - хотя такое тоже может присутствовать, - это могут быть кинофильмы «про любовь»). Возможно также и проявление сексуальной активности – начало половых связей. Нередко подростки вступают в половую связь с партнёром, к которому не имеют чувств.

Сексуальные переживания нередко вызывают у подростков беспокойство. Они могут считать эти мысли, фантазии, чувства, ощущения неприемлемыми и даже грязными. У мальчиков могут вызвать беспокойство поллюции, у девочек – набухание грудей, появление месячных и прочие изменения.

Для мальчиков характерное явление в этот период – изменения голоса, причем у неко­торых голос резко становится ниже, временами срывается на высоких нотах, что может переживаться доволь­но болезненно. У других голос меняется медленно, и эти постепенные сдвиги ими почти не ощущаются.

# Увеличение интереса к своей внешности.

В подростковом возрасте начинает резко повышается интерес к своей внешности. Из-за этого ребенком остро переживаются все изъяны внешности, действительные и мнимые. Непропорциональность частей тела, неловкость движений, неправильность черт лица, кожа, теряющая детскую чистоту, излишний вес или худоба - все расстраивает, а иногда приводит к чувству неполноценности, зам­кнутости. Их тело может ими представляться уродливым, имеющим какой-либо дефект, вполне очевидный для окружающих, с точки зрения ребёнка, но в действительности его внешность может ничем не отличаться от нормальной.

У мальчиков обычно вызывают беспокойство невысокий рост, слаборазвитая мускулатура, отсутствие волос на теле, недостаточные, по их мнению, размеры половых органов.

Для девочек источником тревоги чаще оказываются излишняя полнота, высокий рост, «неправильные», с их точки зрения, черты лица, угреватость кожи, оволосение отдельных участков тела. У некоторых усиливаются признаки маскулинности (качества, свойственные мужчинам): голос грубеет, движения становятся быстрыми и угловатыми.

Объективные признаки «физического несовершенства», наряду с завышенными претензиями к своей внешности, делают подростков особенно чувствительными к насмешкам, прозвищам или нетактичным замечаниям.

Подростки с нечистой («угреватой») кожей могут избегать компаний, особенно если там есть сверстники противоположного пола. Считающие себя чрезмерно полными (или худыми) стесняются ходить на пляжи, избегают занятий физкультурой или, наоборот, изматывают себя физическими упражнениями, аэробикой, отдавая этим занятиям всё своё свободное время. И делают это подростки не потому, что очень увлечены спортом или танцами, а из-за желания похудеть, стать стройными, красивыми.

Такие преувеличенные по значению недостатки внешности, не осознаваемые как нелепые и бессмысленные, могут привести к замкнутости, подозрительности, депрессивности, повышенной заботе о своей внешности (это и походы в спортзал, к косметологу, поиск чудодейственных косметических средств, желание сделать пластическую операцию и проч.).

Они болезненно относятся к любым отклонениям от «нормы», тем более, что за эталоны принимаются кинозвёзды, выдающиеся спортсмены и т.д. Сравнивая себя с ними, подростки находят «недостатки» в своей внешности, а это, в свою очередь, вызывает чувство беспокойства, неуверенности в себе, доходящее иногда до навязчивого страха.

Внешний вид подростка часто становится источником постоянных недоразумений и даже конфлик­тов в семье. Родителей не устраивают ни молодежная мода, ни цены на вещи, так нужные их ребенку. А подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится внешне ничем не отличаться от сверстников. Он мо­жет переживать отсутствие куртки - такой же, как у всех в его компании, - как трагедию.

# Особенности личности подростка.

Подростковый возраст отличается также тем, что примерно в 11—12 лет возникает интерес к своему внут­реннему миру, а затем происходит постепенное усложне­ние и углубление самопознания. Обострение интереса к внутреннему миру наиболее характерно для старшего подросткового возраста. Это может проявляться не только в углублённом пристрастном самоанализе, приводящему к недовольству собой, в потребности в отвлечённых рассуждениях о себе, о своём месте среди людей, в «теоретизировании» о смысле жизни, которые также необходимы для подростка, как и вечные «почему» для ребёнка.

С развитием самопознания связаны и возникающие в подростковом возрасте склонность к уединению, чувство одиночества, непонятности и тоски. Эти новые чувства, не свойственные детям младших возрастов, проявляются в эмоциональных вспышках, тоскливом, удручённом состоянии и появляющейся вдруг на время замкнутости.

Для личности подростка характерно противоречие между тем, каким он хочет быть и тем, какой он есть на самом деле, между тем, что он может и тем, что он реально хочет. Такой «разрыв» приводит к неуверен­ности в себе, что внешне может выражаться в обидчивос­ти, упрямстве, агрессивности. Однако такое несоответствие идеального и реального побуждает многих подростков к самовоспитанию с целью достижения желаемого.

Подросткам свойственна и неустойчивая самооценка и она, как правило, низкая.Самооценка, если говорить коротко, это то, как человек сам себя оценивает, а также то, как он оценивает свою значимость в окружающем мире. Так же, как поведение, их самосознание во многом зависит от внешних влияний. Как-то особенно посмотрела на перемене девочка - и подросток кажется себе лучше и интереснее, чем раньше. Мама спешит на работу, не может прорваться в ванную и ворчит: «Смотреть не на что, а торчит у зеркала два часа» — и представление о своей отнюдь не блестящей внешности оказывается окончательно подорванным.

Одна из ярких особенностей подросткового возраста - личностная нестабильность, противоречивость.Она проявляется, прежде всего, в частых сменах настроения, эмоциональной «взрывчатости».

Противоречивость поведения может проявляться также в следующем. У одного и того же ребенка стремление быть признанным и уважаемым дру­гими может сочетаться с показной независимостью и бравирова­нием своими недостатками, застенчивость — с развязнос­тью, сентиментальность — с черствостью, чувственное фан­тазирование — с сухим мудрствованием. Он может с жаром отстаивать свою позицию (будь то пристрастие к какому-либо направлению в современной музыке или отношение к новому учителю, другу), даже, несмотря на неодобрение окружающих. Подросток может изменить свои взгляды через пару недель, но отстаивать противоположную точку зрения ребёнок будет столь же рьяно.

С противоречивостью подростков, их склонностью впа­дать в крайности, с часто встречающейся у них неустойчивостью поведения, его зависимостью от внешних влияний связано появление именно в этот возрастной период серь­езных социальных проблем, часто называемых подростко­выми. Это ранняя алкоголизация, токсикомания и нарко­мания, противоправное поведение, суи­циды. К ним приводят обычно особые об­стоятельства: изолированность, отсутствие понимания в семье и школе, встреча с асоциальной группой или свер­стником, имеющим соответствующий жизненный опыт.

Нередко подростки лгут, причём по разным причинам. Обычно, подросток начинает врать  во-первых, для того, чтобы привлечь к себе внимание родителей, взрослых, друзей. На втором месте - этозависть, отчаяние, обида или злость. А на третьем — страх перед наказанием или боязнь кого-либо подвести (например, родителей). Однако зачастую подросток сам точно не знает настоящих причин такого поведения.

# Появление чувства взрослости.

В подростковом возрасте начинает отчётливо проявляться чувство взрослости. Мальчики стремятся быть такими, какими бывают взрослые мужчины, а девочки такими, какими бывают взрослые женщины.

Новая позиция проявляется в разных сферах, чаще все­го - во внешнем облике, в манерах. Еще совсем недавно свободно, легко двигавшийся мальчик начинает ходить враз­валку, опустив руки глубоко в карманы и сплевывая через плечо. У подростка могут появиться сигареты и обязательно - новые выражения. Девочки начинают ревностно сравнивать свою одежду и прическу с той одеждой и причёсками, которые она видит на улице, обложках журналов. При этом они могут выплескивать на окружающих эмо­ции по поводу имеющихся расхождений.

Подражание взрослым не ограничивается манерами и одеждой. Подражание идет и по линии развлечений, ро­мантических отношений. Независимо от содержания этих отношений копируется «взрослая» форма: свидания, за­писки, поездки за город, дискотеки и т.п.

Подросток начинает не только копировать поведение взрослых, он начинает относиться к самому себе, как к взрослому.

Появившееся чувство взрослости проявляется следующим образом. Подросток желает, чтобы и взрослые и сверстни­ки относились к нему не как к маленькому, а как к взрос­лому. Он претендует на равноправие в отношениях со стар­шими, идет на конфликты с ними, отстаивая, таким образом, свою «взрослую» позицию. Чувство взрослости проявляется и в стремлении к самостоятельности, желании оградить некоторые сторо­ны своей жизни от вмешательства родителей. Таким образом, может отвергаться не только контроль за успеваемостью, временем выполнения домашних зада­ний и т.п., но зачастую и помощь. Кроме того, появляются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения.

# Особенности межличностного общения.

В подростковом возрасте становится очень важным близкое межличностное общение. Учёные считают, что если в дошкольном возрасте основным видом деятельности является игра, в младшем школьном – учение, то в подростковом возрасте ведущей деятельностью является общение. Ввиду этого для подростков характерно объединение в группы, а также снижение успеваемости. Если же потребность в полноценном общении со значимыми взрослыми и сверстниками не удовлетворяется, у детей появляются тяжелые пережива­ния. Отсутствие понимания и эмоциональ­ного тепла в семье приводит подростка в группы сверстни­ков, где он находит необходимые ему отношения. Нередки случаи, когда подростки, таким образом, оказываются в антисоциальных группах. Интересы таких групп, как правило, направлены во вред обществу (правонарушения, пьянство). Объединение подростков в такие группы может быть проявлением протеста протест против уклада жизни и опеки старших, а также своеобразным проявлением реакции эмансипации (панки, скинхеды и проч.). Подростковая группа, при этом, может сыграть важную роль в формировании личности ребёнка.

Необходимо отметить, что под влиянием приятеля или группы («за компанию») дети совершают поступки, на которые самостоятельно не решились бы и о которых поз­же могут жалеть: воровство, алкоголь, табакокурение, поздний приход домой. Такая подверженность влиянию извне связано с тем, что морально и нравственно большинство подростков (около 90%, по мнению учёных) ещё не созрело. То есть у них ещё не сформированы свои личные ориентиры, моральные нравственные установки либо они не устойчивы.

Отношения с взрослыми*,* прежде всего с родителями, - еще одна значимая сфера отношений подростков. Влияние родителей уже ограничено — им не охватываются все сферы жизни, как это было в младшем школьном возрасте.

В то же время для подростков характерно стремление к *эмансипации* от близких взрослых. В чём проявляется реакция эмансипации? Она проявляется в стремлении к освобождению от контроля и опеки взрослых, в протесте против установленных правил и порядков, в стремлении к независимости, самостоятельности, самоутверждению себя как личности. Указанное, в свою очередь, проявляется непереносимостью возражений и критики в свой адрес, нетерпимым отношением к опеке и покровительству, плохой адаптацией к существующим порядкам и законам. Эмансипация может проявляться в непослушании, грубости, упрямстве, прямым игнорированием мнений и распоряжений взрослых, существующих порядков, традиций. В крайних случаях, эмансипация может проявляться в употреблении наркотиков, алкоголе, правонарушениях. Иногда подростки порывают с семьей (могут и не порвать, но желание может озвучиваться), вопреки желанию семьи бросают учёбу и поступают на работу, ведут подчёркнуто независимый образ жизни. Другой подобного рода реакцией служит бродяжничество, сексуальная «свобода». Ещё одно проявление – подростковая культура, которая предусматривает специфичные, отличные от принятых у взрослых вкусы, манеру поведения, моду, язык и т.п. Стремление быть современным, не похожим на взрослых есть не что иное, как борьбы за самостоятельность, одна из форм самоутверждения. Нередко понятие «быть современным» представляет для подростка лишь сумму внешних признаков, а «борьбы со старым» и самостоятельность ограничивается «свержением» авторитетов, голословной критикой или игнорированием существующих порядков.

Протест приводит некоторых подростков в особые нефор­мальные группы или движения со своими знаками отличия и идеологией: панки, рокеры, скин­хеды, репперы, металлисты, фашисты и представители других подростково-молодежных объединений.

В особо тяжелых ситуациях у подростков может появиться суицидальное поведение — мысли о смерти, соответству­ющие высказывания, угрозы, попытки самоубийства. Суи­цид редко бывает результатом сознательного выбора, чаще — отчаянным шагом при полной невозможности раз­решить свои проблемы.

При всём при этом не нужно забывать, что подростки очень сильно нуждаются в родителях, их любви и заботе, в их мнении, они испытывают сильное желание быть самостоятельными, равными с ними в пра­вах. В этом случае родителям стоит принять чувство взрослости своего ребёнка. Основные сложности в общении, конфликты возника­ют из-за жёсткого родительского контроля над поведением, учебой подростка, его выбором друзей и т.д. Конфликты возникают также в том случае, если к подростку относятся как к маленькому ребенку либо, когда от него ожидается то детское послушание, то взрослая самостоятельность.

**Зависимость личностных особенностей подростка от стиля родительского воспитания**

Личностные особенности подростка во многом зависят и от стиля родительского воспитания. Выделяют следующие формы родительского воспитания: авторитарный стиль, гипоопеку и гиперопеку.

Авторитарныеродители требуют от подростка беспре­кословного подчинения и не считают, что должны ему объяснять причины своих указаний и запретов. Они жестко контролируют все сферы жизни, причем могут это делать и не вполне корректно (например, читать и потом прилюдно обсуждать дневник, которые ведёт их ребёнок). Дети в таких семьях обычно замы­каются, и их общение с родителями нарушается. Часть под­ростков идет на конфликт (например, мальчик, отстаивая свои права на самостоятельность, может в отсутствие род­ственников врезать замок в дверь своей комнаты). Но чаще дети авторитарных родителей приспосабливаются к стилю семейных отношений и становятся неуверенными в себе, менее самостоятельными и менее нравственно зрелыми, чем их сверстники, пользующиеся большей свободой.

Еще более тяжелый случай, когда авторитарные родители относятся к ребёнку эмоционально холодно, с равнодушием, отвержением и жестокостью. Дети из таких семей редко относятся к людям с доверием, испытывают труд­ности в общении, часто сами жестоки, хотя имеют силь­ную потребность в любви. Боль­шинство малолетних преступников и юных бродяг, перио­дически сбегающих из дома, пережили жестокое обраще­ние в семье.

Гипоопека. Это сочетание безразличного родительского отношения с отсутствием контроля. Подросткам позволяет­ся делать все, что им вздумается, их делами никто не инте­ресуется. А подростки, как бы они иногда ни бунтовали, нуждаются в родителях как в опоре, они должны видеть образец взрос­лого, ответственного поведения, на который можно было бы ориентироваться. Таким образом, неконтролируемое по­ведения детей, становится непредсказуемым, зави­симым от других, внешних влияний. Если ребенок попада­ет в асоциальную группу, возможны алкоголизм, наркомания и другие формы социально неприемлемого поведения.

Гиперопека *—* излишняя забота о подростке, чрезмерный контроль над всей его жизнью, основанный на тесном эмо­циональном контакте, — приводит к пассивности, несамо­стоятельности, трудностям в общении со сверстниками. Отношения, складывающиеся по принципу «жить за ребен­ка», излишняя близость становятся тормозом на пути лич­ностного роста подростка и его родителей.

Психологи считают, что наиболее благоприятный стиль воспитания для подростка – это демократический стиль. Демократичныеродители ценят в поведении подростка и самостоятельность, и дисциплинированность. Они сами пре­доставляют ему право быть самостоятельным в каких-то об­ластях его жизни; не ущемляя его прав, одновременно тре­буют выполнения обязанностей. Контроль, основанный на теплых чувствах и разумной заботе, обычно не слишком раздражает подростка; он часто прислушивается к объясне­ниям, почему не следует делать одного и стоит сделать дру­гое.

Родители, придерживающиеся демократического стиля, позволяют своему ребёнку реализовать появившееся чувство взрослости, что, во-первых, позволяет минимизировать переживания и конфликтные ситуации в семье, во-вторых, способствует формированию взрослой зрелой личности, способной взять на себя ответственность за свою жизнь.

**Стили педагогического общения**

На личность подростка, безусловно, оказывает влияние стиль педагогического воспитания. Выделяют авторитарный, демократический и попустительский стили.

При авторитарном стиле исследователи выявили тенденцию к жесткому управ­лению и всеобъемлющему контролю. Такие преподаватели значительно чаще, чем другие, прибегают к тону приказа, делают резкие замечания. Характерным являются также нетактичные замечания в адрес одних учеников и беспричинные, необоснованные похвалы в сторону других.

Авторитарный препо­даватель определяет не только общие цели деятельности и задания, но и указывает способы его выполнения, жестко решая, кто с кем будет работать. Задания и спо­собы его выполнения даются ученикам поэтапно. Такой подход снижает моти­вацию деятельности, так как человек точно не знает ее конечных целей. Как правило, такой подход свидетельствуют о недоверии преподавателя к самостоятельности и от­ветственности учеников. Или, как минимум, это может означать, что учитель предполагает, будто у его группы эти качества развиты очень плохо. Недооцениваются также развитие таких качеств, как коллективизм и инициативность.

Вместе с тем, авторитарные преподаватели жёстко пресекают всякое проявление ини­циативы, рассматривая ее как недопустимое самоуправство. Подобное поведение строится на представлениях педагога о том, что инициатива подрывает его авторитет и веру в его ком­петентность. Авторитарный педагог рассуждает примерно следующим образом: «Если кто-то из учеников предлагает улуч­шения за счет иного хода работы, значит, он косвенно указывает на то, что я этого не предусмотрел».

О детях такие педагоги зачастую отзыва­ются негативно: как об импульсивных, ленивых, недисциплинированных, безответ­ственных и т.д. Такие представления авторитарных педагогов являются в значительной степени осознанной или подсознательной мотивиров­кой, оправдывающей их жесткий стиль руководства.

При авторитарном стиле исследователи отметили проявления враждебности во взаимоотношениях учеников в сочетании с покорностью и даже заискиванием перед преподавателем. Оказалось также, что ученики, попавшие к авторитарному учите­лю, куда более отрицательно воспринимают учебное заведение, чем те, кто обучается у педагога другого стиля.

Главной особенностью попустительского стиля заключается в том, что, что педагог самоустраняется от ответственности за происходя­щее. Это наихудший стиль педагогического общения, потому что при нём выполняется меньше всего работы, да и качество её оставляет желать лучшего. Ученики таких преподавателей отмечают низкую удовлетворен­ность работой в группе, хотя никакой ответственности за нее не несут, а работа скорее напоминает игру.

Примером попустительского стиля является история с молодым педагогом Пал Ванычем Ариковым, описанная в повести «Республика Шкид». Он выдавал своё панибратское общение за новое слово в педагогике. Вместо уроков литературы ученики болтали с ним, как с равным, пели, бездельничали, но вскоре сообразили, что такая «уче­ба» не приносит никаких плодов, и сами отказались от якобы «демократического» педаго­га.

Демократический стиль. Преподаватели, придерживающиеся демократического стиля, оценивают факты, а не личность. Но главной особенностью является активное участие группы в об­суждении хода предстоящей работы и ее организации. В результате у участников развивается уверенность в себе, стимулируется самоуправление. В таких группах возрастает общительность и доверительность взаимоотношений. Участники группы проявляли живой интерес к работе, позитивную внутреннюю мотивацию деятель­ности. Значительно повышается качество и оригинальность выполнения заданий. Демократический стиль способствует также развитию групповой сплоченности, развитию чувства гордости общими успехами, взаимопомощи и дружелюбию во взаимоотношениях.

Если вновь обратиться к повести «Республика Шкид», то подлинный демократический стиль в работе проявлял директор школы, Виктор Николаевич Сорокин, твердо знавший, что ребятам необходима и возможность проявить инициативу, и сдерживающее их буйные порывы руководство, знавший, что необходимо соизмерять силы учени­ков с их способностями и эмоциональными выплесками.

**Как общаться с подростком?**

**(рекомендации педагогам)**

Изучают подростка все учителя, а видят его лишь немногие. Изучать надо целенаправленно и осознанно. Изучение подростка нельзя проводить в отрыве от той среды, в которой он рос и которая его окружает.

При работе с подростками действуйте терпеливо и последовательно, поскольку в такой работе не может быть быстрых положительных результатов.

Никогда не ставьте на подростке крест, ведь его обострённое самолюбие и социальная поза возникли именно вследствие предыдущих социальных сбоев, которые постоянно напоминают о себе и подпитывают нежелательное поведение.

Особая роль в процессе общения педагога с обучающимися принадлежит эмпатии. Способность к сопереживанию ведет к установлению эффективных, поло­жительных взаимоотношений с учащимися. Проявление эмпатии находит эмоциональный отклик у учащегося, и между ним и педагогом устанавливаются положительные отношения, а это, в свою очередь, также повышает продуктивность педагогического общения.

В работе с «трудными» подростками проявление эмпатии имеет особое значение, так как для многих из них испытывают нехватку сочувствия, сопере­живания.

С одной стороны, более глубокое и адекватное отражение личности учащихся позволяет педагогу принимать свои решения более обоснованно, а значит, повы­шает продуктивность воспитательного процесса. С другой стороны, проявление эмпатии находит эмоциональный отклик у учащегося, и между ним и педагогом устанавливаются положительные отношения. А это в свою очередь также не мо­жет не повышать продуктивность педагогического общения.

Согласно данным одного из отечественных исследований, 92,2 % под­ростков, состоящих на учете в инспекции по делам несовершеннолетних, чувст­вовали недостаток положительных эмоциональных контактов, находились в со­стоянии психологической изоляции в своих учебных коллективах. Согласно данным другого исследования, 35 % подростков-правонарушителей проживают в семьях, для ко­торых характерны нездоровые отношения между родителями и детьми, наличие ярко выраженных асоциальных установок, действующих в семье.

Пример действенности проявления эмпатии показан в романе Дж. Сэлинджера «Над пропастью во ржи». Герой романа, запутавшийся в собственных проблемах и погруженный в стресс подросток, обращается к единственному из мира взрослых человеку за помощью. Этот человек – его бывший (обратите на это внимание) школьный учитель. Так почему же он обращается за помощью именно к нему? Дело в том, что его бывший учитель сопереживает мальчику, в то время как родители и другие учителя только и делают, что выражают бес­покойство и диктуют свою волю.

Никто не отрицает несомненной важности проявления эмпатии в педагогиче­ском контакте с такими детьми. Однако приходится с сожалением констатировать, что в реальности дети нередко подвергаются еще большему давлению, нежели в семье. В некото­рых случаях неспособность к проявлению эмпатии в сочетании с низким педаго­гическим профессионализмом существенно усугубляет процесс негативного раз­вития личности подростка, прямо приводит к причинению вреда нервно-психическому здоровью учащихся за счет непрофес­сиональных действий педагога (такое явление обозначается термином «дидактогения»).

Важным фактором качественного педагогического общения играют способность принять в расчет другие возможные точки зрения и способность взглянуть на ситуацию глазами учащегося, умение встать на место ученика и рассуждать с его позиции.

В случае возникновения конфликтных ситуаций, не следует стараться одержать победу любой ценой, кое в чём можно и уступить. Следует учесть, что взрослый человек не может быть во всём прав, он не гарантирован от ошибок. Умейте признавать свои ошибки!

В ситуации противостояния не рекомендуется действовать прямой атакой. Лучше выбрать подходящий момент (иной раз лучше один на один) и без раздражения высказать свое мнение, вносящее поправки в услышанное и увиденное. В ходе диалога можно вскрыть причины неправильных взглядов подростка, показывать, в чем ошибочность его рассуждении, и таким путем развивать и направлять его мыслительный процесс.

Старайтесь не вступать в пререкания. Практика показывает, что дети-подростки перестают грубить, дерзить, когда видят, что это неэффективно для привлечения внимания взрослых. Так что держитесь нейтрально, не отвечайте. Просто откажитесь продолжать разговор, пока ребенок грубит, и делайте так  всегда. Даже если подросток неправильно и грубо себя ведет, делайте ему замечание только с глазу на глаз, а не в присутствии других взрослых или подростков. Дети в этом  возрасте  очень  болезненно воспринимают любую критику в свой адрес, это может привести к  оппозиционному поведению и лишь усилит грубость.

В случае возникновения конфликтной ситуации следует говорить с учащимися вежливо, тактично, избегать резких выражений, контролируйте свои эмоции, сдерживать гнев или негодование.

Следующим важным фактором, способствующим установлению положительных отношений с подростком, является выбранная педагогом манера общения. Здесь можно сказать следующее. Умейте выслушивать подростка. Старайтесь также избегать во взаимодействии чрезмерного психологического давления.

Научитесь говорить с ребенком на равных, не сюсюкайте и не подавляйте — дайте ему почувствовать свою значимость, чтобы он не искал другие способы для получения этого ощущения.

Следует также учесть, что если педагог позволяет себе поведение в порицательном, уничижающем, отчитывающем, поучительном, авторитарном тоне, он тем самым только провоцирует подростка на ответные агрессивные действия, действия протеста, действия, которые, по сути своей, являются защитными механизмами психики. Стоит помнить, что для подростков характерны реакции протеста, негативизма, стремления противопоставить себя миру взрослых, стремлением свергать авторитеты и авторитетные мнения.

Не позволяйте себе оскорблять обучающегося. Исключить угрозы и шантаж. Не пытайтесь загнать подростка в угол, поставив его в затруднительное положение. Тем самым вы только вызовите ответную агрессивную реакцию. Помните, что в случае противостояния – ваша задача исправить ситуацию, а не накричать и не задавить авторитетом.

Следует также иметь в виду, что на проступок надо реагировать мерой наказания, но наказание должно завершать конфликт, а не создавать его.

Выказывайте отношение только к поступкам, а не к личности учащегося (не «ты грубиян», а «ты проявил грубость»). Подход к анализу поведения подростков не должен носить оценочный характер, нужно находить положительные, отрицательные моменты поступков и предлагать альтернативные способы поведения. Старайтесь не сравнивать ученика с другими, особенно если это сравнение не в его пользу. Найдите сильные стороны, качества подростка и опирайтесь на них в деле воспитания.

При работе с детьми устанавливайте с ними зрительный контакт. Убедитесь, что они смотрят на вас, а не в сторону (если нет, то попросите посмотреть на вас — этот прием работает и со взрослыми). Когда вы смотрите друг другу в глаза — ребенок в вашем распоряжении, можно формулировать свою просьбу или вопрос. Если делать так все время, когда вам нужно внимание ребенка, это приучит его слушать вас.

Будьте внимательным слушателем, не отвлекайтесь на посторонние дела, когда ребенок вам что-то рассказывает. Ребёнок не научится слушать других, если ему не у кого будет этому научиться. Обращайтесь к подростку по имени. В процессе общения старайтесь вести диалог на равных. Старайтесь инициативу общения держать в своих руках. Умейте смотреть на вещи глазами подростка. Общаясь с подростком, старайтесь развивать в себе готовность к педагогической импровизации.

Обращаясь к ребенку, говорите меньше, а не больше. В таком случае у вас повышается вероятность быть понятым и услышанным. Почему? Потому, что детям требуется больше времени на осмысление того, что они слышат, прежде чем что-то ответить (у них совсем другая  скорость переработки информации, чем  у взрослых). Таким образом, если вы задаете подростку  вопрос или просите о чем-нибудь, подождите, хотя бы, пять секунд — ребенок воспримет больше информации и, вполне возможно, даст адекватный ответ. Следует говорить, по возможности, кратко и точно, избегайте длительных монологов. В этом возрасте ребенок становится восприимчивее, если знает, что не придется выслушивать целую лекцию. Например: «Убери, пожалуйста, в шкафу перед тем, как пойдешь отдыхать», «Сейчас тебе надо выучить физику» и т. д. Иногда достаточно одного слова-напоминания: «Уборка!», «Литература!».

В ряде случаев необходимо использовать пониженный, приглушенный голос. Он обычно застает человека врасплох, и ребенок обязательно остановится, чтобы послушать вас.  Учителя  часто  успешно используют этот прием, чтобы привлечь внимание разбушевавшегося класса.

При общении с подростком немаловажное значение (особенно в отношении детей-сирот, детей, которые проживают в неблагополучных семьях) имеют различного рода «психологические поглаживания», которые могут представлять из себя следующее.

Необходимо систематически хвалить подростка, особенно спустя некоторое время после наказания. Он убедится, что претензии были к его поступку, а не к личности в целом. Концентрируйте внимание подростка на уже достигнутых успехах. Не оставлять без похвалы любое положительное проявление подростка. Полезно доверять подростку ответственные поручения, в частности, выступления от лица коллектива.

Следующим немаловажным фактором установления контакта с подростком является то, какое место он занимает в коллективе, насколько ему в нём комфортно. Поэтому, обеспечьте возможность занять достойное место в коллективе (через поручения, поощрение малейших успехов, поиск и развитие способностей и проч.); совершенствуйте работу по формированию коллектива, не допускайте в нем изолированности трудных подростков. Совершенствовать работу по формированию классного коллектива, не допускать в нем изолированности трудного подростка.

Помимо сказанного, можно ещё дать следующие рекомендации.

Построение учебной деятельности на уроках должно отражать учет индивидуальных отличий, что поможет снизить напряженность учащихся, испытывающих неудовлетворенность по поводу учебных затруднений.

Советуйтесь с подростками в разных  вопросах — не исключено, что они предложат какое-нибудь свежее решение. Предоставлять возможность высказать свое мнение, предложить пути выхода из ситуации. Таким образом, вы поможете подростку реализовать обострённое чувство взрослости.

Целесообразно использовать следующую группу педагогических приемов:

* «авансирование личности» - предоставление определенного блага, высказывание положительного мнения о подростке, даже если он этого еще пока не заслужил в полной мере. Аванс побуждает к проявлению лучших качеств;
* дать понять подростку, что неблаговидный поступок – досадное недоразумение, случайность и больше не повториться, так как ошибки возможны, но нужно извлекать из них полезный опыт;
* В целях усиления положительного влияния на подростков через коллектив используются следующие приемы;
* прием доверия – подросток выполняет наиболее значимое общественное поручение коллектива, в котором он сможет проявить свои знания и умения;
* прием постепенного приручения к деятельности на общую пользу – поручения повторяются, усложняются и мотивируются их общественной значимостью;
* прием поддержки коллективистских проявлений – поощрение и одобрение коллективом, усилий подростка при выполнении общественной работы при доброжелательных отношений к нему окружающих;
* прием недоверия – коллектив высказывает сомнения в том, что поручать или нет какое-либо дело данному подростку из-за негативных его личных качеств, побуждая его тем самым к самокритике;
* прием осуждения безнравственности эгоистических установок и взглядов подростка;
* прием побуждения подростка к объективной оценке своего поступка;
* прием включения подростка в коллективные общественно-значимые виды деятельности, где он должен проявить свои отношения к совместным коллективным делам, умение сотрудничать с одноклассниками.

**Резюме**

Границы подросткового возраста следующие: от 10-11 до 15-16 лет. В подростковом возрасте происходит серьёзная гормональная перестройка организма, в связи с чем происходит интенсивное физическое и физиологическое развитие. С гормональной перестройкой связана и нестабильность эмоционального фона.

Подростковый возраст сопряжён также с увеличением интереса к своей внешности, что, в сочетании с резким физическими и физиологическими изменениями, переживается весьма болезненно.

Можно выделить следующие характерные особенности, происходящие в личности подростка: увеличение интереса к своему внутреннему миру, что сопряжено с появлением рефлексии, развитием самопознания, склонности к уединению, появлению чувства одиночества, непонятости, тоски.

Для подростков характерна неустойчивая, как правило, низкая самооценка. Характерна также личностная нестабильность, склонность к проявлению резко противоположных черт характера, склонность «впадать» в крайности. Весьма сильно проявляется чувство взрослости, что проявляется в подражании различным проявлениям мира взрослых, эмансипации от мира взрослых, а также в выраженной склонности отстаивать свою позицию, вкусы, взгляды и т.д.

Основным видом деятельности для подростков становится межличностное общение. Неудовлетворённость же данной потребности нередко приводит к асоциальному (в частности, включению в асоциальные группировки), отклоняющемуся поведению.

Личностные особенности подростка во многом зависят от стиля родительского воспитания. Авторитарный стиль воспитания способствует формированию неуверенности в себе, такие дети менее самостоятельны и менее нравственно зрелые, часть подростков испытывает трудности в общении, относятся к людям недоверием.

Гипоопека способствует непредсказуемости поведения ребёнка, способствует их зависимости от других, внешних влияний.

Гиперопека приводит к пассивности, несамостоятельности, трудностям в общении со сверстниками.

Демократический стиль позволяет реализовать появившееся чувство взрослости что, во-первых, позволяет минимизировать переживания и конфликтные ситуации в семье, во-вторых, способствует формированию взрослой зрелой личности, способной взять на себя ответственность за свою жизнь.

В педагогическом общении выделяют авторитарный, попустительский и демократический стили общения.

Для авторитарного стиля характерно подавление инициативы, педагоги в большей степени, нежели при других стилях, склонны отзываться о детях в негативном ключе. Авторитарный стиль снижает мотивацию обучающихся, способствует проявлению враждебности. У таких преподавателей ученики проявляют более низкую мотивацию, а также враждебность во взаимоотношении друг с другом.

При попустительском стиле педагог самоустраняется от ответственности за происходя­щее. Главной особенностью данного стиля заключается в том, что, что педагог самоустраняется от ответственности за происходя­щее. При таком стиле выполняется меньше всего работы, качество которой оставляет желать лучшего. Ученики таких преподавателей менее удовлетворены выполняемой работой.

Наиболее оптимальным педагоги и психологи считают демократический стиль. Педагоги, придерживающиеся данного стиля, склонны оценивать факты, а не личность. Ученики таких педагогов принимают активное участие в деятельности, в них развивается уверенность, стимулируется самоуправление. В таких группах возрастает общительность и доверительность взаимоотношений. Участники группы проявляли живой интерес к работе, позитивную внутреннюю мотивацию деятель­ности. Демократический стиль способствует также развитию групповой сплоченности, развитию чувства гордости общими успехами, взаимопомощи и дружелюбию во взаимоотношениях.

Среди рекомендаций по общению с подростками можно выделить следующие аспекты: следует проявлять эмпатию, децентрацию, идентификацию, воздерживаться от грубого, резкого тона с высока, предпочтительней разговаривать на равных. Очень важно умение слушать, включение подростка в общественно-полезную деятельность через выполнение поручений, при организации учебного процесса следует опираться на индивидуальные особенности личности, в случае возникновения конфликта, по возможности воздержаться от противостояния, необходимо также систематически и целенаправленно изучать личность подростка

**Список использованных источников**

1. Бордовская., Н.В. Реан А.А. Педагогика. Учебник для вузов ⎯ СПб: Издательство «Питер», 2000. ⎯ 304 с.
2. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н.Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов выс­ших учебных заведений. — М.: ТЦ «Сфера», 2001. - 464с.
3. МБОУ «СОШ №5» г.Щигры Курской области – официальный сайт - <http://www.shig-sosh5.ru/soczialno-psixologicheskaya-sluzhba/psixolog-uchitelyam/624-rekomendaczii-po-obshheniyu-s-podrostkami.html>
4. ОУ «Березовский государственный профессиональный лицей строителей» - официальный сайт - http://www.berezagpl.by/pedagog1.htm
5. Психология человека от рождения до смерти / под редакцией Реана А.А. - СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2002. - 656 с.
6. Сапогова Е.Е. Психологи развития человека. Учебное пособие. - Издательство Аспект Пресс, 2005г -460 стр.
7. Шаповаленко И.В. Возрастная психология: психология развития и возрастная психология. — М.: Гардарики, 2005. — 349 с.
8. Школа успешного учителя - http://edu-lider.ru/kak-obshhatsya-s-podrostkom/