

**Протокол
общешкольного родительского собрания
«Риски подросткового возраста»**

Дата проведения собрания: 08 октября 2022 года

Присутствовало: 70 родителей обучающихся 6-7 класса

1. Повестка дня:

1. Анализ сочинения – размышления учащихся «Со мною что-то происходит...».
2. Тематическая беседа: «Риски подросткового возраста».
3. Подведение итогов.

Задачи: обсудить с родителями особенности подросткового возраста, его риски

Форма проведения: разговор по душам

Подготовительная работа: сочинение - размышление учащихся «Со мною что-то происходит...»

Ход беседы

«Промедление может
обернуться чем угодно, ибо время
приносит с собой как зло, так и
добро, как добро, так и зло»
Никколо Макиавелли

I. Вступительное слово заместителя директора по ВР.

II. Анализ сочинений учащихся по теме собрания:

Учащиеся заранее пишут сочинения по предложенной классным руководителем теме. Предлагается учащимся эпиграф и поясняется задача написания сочинения-размышления:

Со мною что-то происходит,
Ко мне мой старый друг не ходит.
Приходят в праздной суете
Разнообразные не те...

«Иногда с людьми происходят странные вещи. То, что очень нравилось, перестает нравиться, с кем дружил, с тем рассорился, кого очень любишь - обидел. Люди задают себе вопрос: почему я совершаю такие поступки, и кто виноват в том, что я их совершаю? Попробуйте ответить себе».

III. Тематическая беседа: «Риски подросткового возраста». Проводит педагог-психолог Розыева О.Н.

Самый проблемный возраст ребенка – это пубертатный кризис (12-14 лет). Говорят, что **подростковый** возраст – **самый** трудный возраст ребенка, поскольку в это время происходит сильнейшее развитие организма: переход от детства к взрослому состоянию. Этот период требует максимального внимания родителей к внутренним переживаниям своего **ребенка**. Очень важно родителям установить доверительные отношения и не навязывать свое мнение.

Потребность в риске – ещё одна особенность **подросткового возраста**. Это продиктовано желанием самоутвердиться.

Очевидно, чаще всего **подросток** рискует сам, по собственному выбору: ради положительных эмоций и снятия стресса, для получения адреналина, в надежде на новый опыт, новые отношения, неудачу или по другим причинам. При этом чаще всего **подростки** связывают **риск** с вредным для здоровья поведением и страхом потери контроля.

Что не нужно делать в этот период?

- Не подрывайте доверия
- Не пытайтесь изменить ребёнка «под себя»

- Не молчите
- Не осуждайте

Основанием значительного числа проблем с подростками (от плохих отметок и заканчивая самоубийствами и наркоманией) выступает пассивно-агрессивное поведение.

Как нельзя воспитывать подростка?

- Вы настаиваете на откровенности
- Вы игнорируете мнение **подростка**
- Вы нарушаете личное пространство
- Вы не всегда последовательны
- Вы непредсказуемы в проявлениях доброты и злости
- У вас размытые требования
- Вы надеетесь на понимание и ждёте сопереживания
- Вы обесцениваете чувства **подростка**

Основная ценность для него – свобода. Свобода в понимании **подростка** – это возможность делать то, что он хочет. Он экспериментирует со всем, что его окружает, и с самим собой. Это его способ познания мира.

Какие признаки свидетельствуют о тяжелом эмоциональном состоянии:

- постоянная вялость, апатия на протяжении значительного времени; «потухший» взгляд, слабоинтонированная - речь, «бесцельное» времяпрепровождение;
- снижение или потеря аппетита, нарушение сна;
- резкое сокращение общения со сверстниками вплоть до полной изоляции;
- потеря интереса к прежним увлечениям при отсутствии новых занятий и дел;
- появление безразличия к собственному внешнему виду (не изменение или ухудшение с точки зрения родителей внешнего вида подростка, а именно потеря его собственного интереса к одежде, облику, производимому впечатлению).

В таком состоянии, если подросток к тому же чувствует себя одиноким, никому не нужным, он может пойти и на экстремальные меры «разрешения» проблемы. Депрессия в этом смысле гораздо более негативный прогностический фактор, чем агрессия, раздражение, резкие демонстративные угрозы покончить с собой.

Что могут сделать родители в такой ситуации?

1. Прежде всего, поговорить с подростком. Здесь очень важна честность и искренность. Скажите о своей тревоге и беспокойстве, о том, как вам трудно видеть происходящие с ним изменения. Спросите, можете ли вы чем-то помочь. Если это уместно, расскажите о собственном опыте, когда вы переживали что-то подобное, когда вам было тяжело и тоскливо. Выразите свою готовность и стремление его понять.

2. Если ваш сын или дочь захотят поговорить с вами о своем состоянии и о причинах такой подавленности, выслушайте очень внимательно и бережно. В этой ситуации им нужно понимание и участие, а не советы и утешения. Не стоит говорить фразы «не стоит из-за этого расстраиваться», «это все ерунда», «забуди». Гораздо лучше сказать: «Это действительно трудно (неприятно, обидно, грустно и т.д.). Неудивительно, что ты огорчен (подавлен, расстроен, переживаешь и т.д.)». Зачастую просто возможность выговориться, когда тебя слушают внимательно и сочувственно, приносит значительное облегчение. И еще - не давайте советов, не пытайтесь разрешить эту ситуацию, если только ваш ребенок сам не попросит об этом. Отнеситесь с доверием и уважением к его способности справиться со сложной проблемой. Практические рекомендации - ценная вещь, однако подростки больше нуждаются в ощущении своей собственной состоятельности. Вы поможете больше, укрепив их веру в себя. Желательно прямо об этом сказать: «Я знаю (верю, чувствую...), ты справишься (преодолеешь это)». Бывают исключения, когда подросток в силу возраста или личных особенностей не в состоянии изменить сложившееся положение вещей. И все же нужно очень тщательно взвесить, насколько ваше вмешательство необходимо, и обязательно обсудить это с самим подростком.

3. Если ребенок не хочет обсуждать происходящее с вами (это случается довольно часто в силу специфики возраста, а не ваших отношений), подумайте и предложите ему

поговорить с кем-то другим, кому он доверяет. Это может быть родственник или знакомый, двоюродный брат, дядя или тренер, учитель. Лучше не настаивать и уж тем более не организовывать встречу помимо желания подростка. А просто предложить это как возможность, позволив ему самому выбрать и человека, и время, и место. Если в ближайшем окружении таких людей не находится, неплохая альтернатива - обратиться за консультацией к психологу. Опять-таки лучше, если он сделает это сам. Вариантов много - есть центры, платные и бесплатные, множество специалистов, по возможности телефонной и интернет-связи облегчают процесс.

В случае если все вышеперечисленные признаки сильно выражены и наблюдаются уже давно, необходима консультация квалифицированного специалиста (психолога, психотерапевта, психиатра).

4. Проводите с подростком больше времени, больше общайтесь, расскажите о своих делах, обсудите что-то для обоих интересное, подумайте о деятельности, которая вас двоих могла бы увлечь. Очень важно, чтобы сын или дочь чувствовали ваше участие, любовь и понимание, которые не требуют слов и больше проявляются в интонациях, эмоциональном настрое, в простых бытовых действиях.

Так или иначе, подавленность, депрессивные настроения знакомы почти всем, и почти всем удается справиться и пережить такие состояния. В большинстве случаев для этого достаточно, чтобы рядом были чуткие, тактичные, любящие люди.

IV. Подведение итогов

Родители обмениваются мнениями об услышанном в ходе собрания.

Председатель:



Аникина Е.В.

Секретарь:



Галюк Е.В.