



Консультант **Ирина Николаевна Попова**,  
заместитель руководителя Центра социализации,  
воспитания и неформального образования ФГАУ  
«Федеральный институт развития образования»,  
г. Москва, кандидат педагогических наук

Традиционно взрослые привыкли считать школу главным воспитателем после семьи. И всё было бы хорошо, если бы не подростковый возраст, с наступлением которого проблемы воспитания нарастают как снежный ком. С ними перестают справляться не только родители, но и педагоги. Каким же должен быть учитель, работающий с подростками, и каким его хотят видеть современные тинэйджеры?

Как нивелировать особенности подросткового возраста, когда нежелание учиться вызвано разрывом между фантазиями и действительностью, когда проявление лени — это следствие повышенной утомляемости, хамство и агрессия направлены на самоутверждение, а вычурная одежда, цвет волос, ногтей, тату и пирсинг — выражения своей неповторимой индивидуальности...

Стремительное физическое развитие заставляет их комплексовать из-за внешности, гормональные всплески делают их ранимыми и раздражительными, а первая любовь вообще затмевает всё: отодвигает учёбу и домашние дела, режим дня, отдых и рациональное питание на второй, если не десятый план. Вот с такими взрослеющими девочками и мальчиками встречается в школе каждый учитель... И как быть им, тем, кому волею судьбы нужно укрощать эти строптивые создания, да ещё и обучать чему-то? Готовить к ГИА и ЕГЭ? Выпускать во взрослую жизнь? Понимать причины их поведения, адекватно реагировать, оберегая себя и своё самолюбие, не разрушая самооценку и не опускаясь до криков и грубости? Как быть нам, современным учителям и родителям, хорошими для наших взрослеющих детишек?

Наша консультация посвящена вопросам, на которые, сколько бы не давалось ответов, актуальность поиска решений не ослабевает. Речь идёт о взаимодействии с подростками, о восприятии их поведения, речи, внешнего вида, о желании им помочь даже тогда, когда они этого сами не хотят.

**?** Я учитель литературы и только начинаю работать в школе. Мне сразу достались старшие классы. Это очень непросто. Большая подготовка к урокам. Очень устаю. А тут ещё ребята... Никогда не знаю, чего от них ждать. То они взрослые и серьёзные, то подсмеиваются, а иногда мне кажется, что они меня испытывают. Чего же они хотят?

Марина Н., 22 года

Наверняка, из курса возрастной психологии Вы знаете, что подростковый возраст самый сложный. Но то, что он будет таким,

даже не предполагали. И оказались в гуще событий с ощущением полной неподготовленности. Теперь главное — не поддаваться отчаянию, взять себя в руки и вспомнить, что, работая с подростками, важно не делать промахов в общении и правильно строить Ваши отношения с классом. Здесь могут оказаться полезными некоторые советы:

**1) Спокойная и уверенная интонация:** если преподаватель говорит спокойным, уве-

ренным голосом, это действует положительно даже на раздражённого подростка. Отсутствие ответной агрессии успокаивает, не даёт разгореться конфликту и переложить чувство вины с себя на кого-то.

**2) Меньше критикуйте, чаще старайтесь находить, за что похвалить или поддержать подростка:** любая критика ранит и перечёркивает всё хорошее в отношениях. Подростки воспринимают критику как нелюбовь, неприятие,

не чего-то конкретного, а себя в целом. Замечание и недовольство учителя в глазах подростка является подтверждением того, что он хуже всех. Если Вы будете называть ребёнка «лентяем», это понизит его самооценку и ухудшит его поведение. Клеймо «грубияна», «клоуна», «неряхи» приведёт к ощущению его собственной беспомощности и отчаяния. Чтобы не усиливать конфронтацию, всегда полезно найти то, что достойно поддержки и похвалы. И это могут быть энергичность, активность, жизнерадостность, усилия по достижению цели и многие другие черты, присущие подростковому возрасту.

**3) Включайте здоровое чувство юмора!** Умение перевести инцидент в шутку, а порой посмеяться вместе с учениками над собственной ошибкой. Но не путайте это с язвительностью. Ехидное замечание, пусть даже очень остроумное, губительно для отношений с тинэйджером.

**4) Если обстоятельства нештучные, то необходимо учиться договариваться о правилах взаимоотношений.** Избегайте пустых угроз, которые Вы никогда не исполните. Если ученик раздражён, рассержен, расстроен — не спешите выяснять отношения. Отложите разговор на некоторое время. Подростку необходимо преодолевать препятствия, чтобы оценить свои возможности. А Вам всегда нужно быть готовым к компромиссу.

**5) Учитесь уважать ребёнка!** Это возможно, если идти на диалог, если советоваться, если вы-

слушивать точку зрения и не пренебрегать ею. И ещё. Не стремитесь говорить на их языке. Молодёжный сленг в Ваших устах может выглядеть нелепо. Общаюсь с подростками, нужно говорить доступным языком, без крайностей в выражениях.

**? Здравствуйте! Такая проблема. Я молодой учитель истории и обществознания в школе. У меня трудный класс. Коллеги мне посоветовали на уроках не давать «садиться на шею», а в неформальной обстановке попытаться уменьшить расстояние между нами, чтобы найти общий язык. И вот однажды мои девятиклассники предложили мне боксёрский спарринг. Я проиграл 14-летнему подростку, который уже не один год, как потом оказалось, занимался этим видом спорта, и теперь переживаю, что мой авторитет упадёт окончательно и станет совсем трудно. Посоветуйте, пожалуйста, как быть, как реагировать?**

А.В., 23 года

А это вопрос о тех испытаниях, которым подвергают герои нашего диалога учителей с любым стажем педагогической деятельности, но чаще — молодых. Почему это происходит? Опять-таки из курса возрастной психологии: дети младшего школьного возраста формируют своё представление об учителе по первому впечатлению, а подростки делают это в течение длительного периода, устраивая разные испытания и проверки.

Скорее всего, ученики почувствовали ваше желание найти общий язык и установить

с ними дружеские отношения. Но подростки редко выдерживают тонкую грань между искренними неформальными отношениями и панибратством, которое как раз и приводит к тому, что называется «садиться на шею».

Чтобы найти общий язык и быть в доверительных отношениях, нужно быть максимально естественным. Играть и что-то изображать из себя долго невозможно. Никогда не ставьте себе такой цели.

Пусть Вас не беспокоит неудачный спарринг. Вы ведь — не боксёр, а учитель. Не нужно бояться это признать. Будьте спокойны, доброжелательны. Не бойтесь сказать, что Вы чего-то не знаете или не умеете. На трудный вопрос всегда можно ответить: «Я не знаю. Или я затрудняюсь ответить. Спасибо тебе, что ты задал такой вопрос. Я разберусь и обязательно постараюсь найти ответ». Дети очень многое готовы простить молодому учителю, но они редко прощают оскорбления, унижения, а самое главное, они очень чувствуют фальшь. Будьте искренни и доброжелательны!

**? Я — учитель со стажем. Но работать с подростками становится всё сложнее. Меня всё чаще посещает вопрос: «Как их можно чему-то научить?». Буду рада полезным рекомендациям.**

Е.И., 43 года

Вопрос поставлен как эмоциональный призыв, а не как рациональное желание уточнить

или конкретизировать дидактические приёмы работы с учащимися школы II—III ступени. Поэтому и ответ будет иметь характер отклика на беспокойное состояние переживающего за своё дело человека.

Когда чувствуешь, что не получается провести урок на подъёме, когда в глазах учеников не находишь живого отклика и интереса, безусловно необходимо провести профессиональную рефлексию своей деятельности. И в спокойной обстановке разобратся, что мешает получить удовольствие от процесса. Среди ответов могут оказаться усталость, перегрузки, эмоциональное неприятие конкретного класса или отдельных детей, а возможно, и неуверенное владение содержанием темы урока или раздела, отсутствием собственного интереса к излагаемому материалу и ряд других проблем.

Чтобы эффективно управлять образовательным процессом, современному педагогу крайне важно держать себя в активной профессиональной форме и постоянно работать над своим личностным развитием. Сегодня можно обнаружить массу рекомендаций, как учителю стать интересным для своих учеников-старшеклассников. Среди наиболее убедительных можно отметить приёмы психологического аутотренинга Владимира Леви. Так, например, приём «Свечение». О нём психотерапевт в своей книге «Исповедь гипнотизёра» пишет как о необходимом для ежедневной тренировки для специалистов, работающих с людьми. Свечение — это настройка глаз на работу с человеком. Глаза должны лучиться ин-

тересом, желанием общаться, пониманием, сочувствием (при необходимости). Жизнь и свет в глазах учителя не смогут оставить равнодушными сердца учеников. Если у учителя искра в глазах, то и молодёжь более заинтересована на уроке.

Другая не менее важная сторона психологической атмосферы на уроке: педагогу важно уметь преподносить материал доходчиво и интересно, связывать материал с контекстом современной жизни, объяснять, где это может пригодиться, устраивать обсуждения спорных тем, рассматривать точки зрения нескольких учёных, терпеливо объяснять трудные места тем, кто не понял. В этой ситуации вопросы учеников не должны оставаться без ответа.

Научить кого-то чему-то без потребности и желания что-то узнать и освоить практически невозможно. Это было предметом ещё педагогами древности. И здесь главная — проблема мотивации. Ей посвящено много серьёзных психолого-педагогических исследований. А в настоящее время Интернет просто переполнен рецептами мотиваторов, начиная от постановки проблемных вопросов типа «Как думаешь, если ты напишешь девушке смс с тремя ошибками в слове, это добавит тебе шансов на свидание?» до футуристических прогнозов туманного будущего: «Хорошо учиться не тот, кто «умный», а тот, кто стремится к знаниям. Если начать прикладывать усилия сейчас, то можно добиться-

ся даже лучшего результата, чем вчерашние отличники». Есть среди таких предложений и весьма оригинальные: «По последним исследованиям психологов, чтение книг про активных, целеустремлённых героинь помогает девушкам стать активнее и сбросить вес». Хочется предупредить, что значительно меньший отклик, чем ещё лет пять назад, вызывают мотиваторы, связанные с обещанием награды: помощь на контрольной, поездка в музей (в театр, в цирк) всем классом или будущее великого бизнесмена (политика, инженера и т.п.) ещё далеко, а вот конец четверти не за горами. Ради интересной поездки можно постараться ликвидировать «хвосты» и подтянуть оценки.

Для современного подростка, как впрочем и в более ранние времена, самыми сильными мотивами были и остаются искренний личный интерес к проблеме, предвосхищение разнообразных видов активности в решении этой проблемы и получение реального результата, близкого и конкретного, а не отсроченного во времени и гипотетического по содержанию.

Гибкость и находчивость, оптимизм, справедливость и искреннее желание понять и принять подростков такими, какие они есть, помогут построить прочный мост между Вами и классом и, как следствие, сформировать устойчивый интерес к Вашему предмету. В этом деле главное — не отчаиваться и не утрачивать надежду!

**?** **Моя дочь отлично учится, тем не менее, она очень боится ЕГЭ. Что делать? Как нужно готовиться, чтобы сдать экзамен максимально хорошо и не «умереть» от страха?**  
И.Н., 44 года

Как правило, больше всего ЕГЭ боятся две категории школьников — отличники и слабые ученики. Первым страшно получить не самую высокую оценку. Вторым страшно, что они провалятся. И в том, и в другом случае учащимся необходима поддержка.

Родители, осознавая, что школьные учителя, загруженные многочисленными отчётами и текущей документацией, физически не в состоянии как следует подготовить каждого старшеклассника, отправляются за помощью к репетиторам как к гарантии всеобщего спокойствия.

Но есть и другие способы решения проблемы:

**1)** можно предложить учителю проводить занятия по принципу: сильные помогают слабым. Когда отличники объясняют отстающим, польза и тем, и другим: одни повторяют, другие усваивают, а задача педагога заключается в организации и контроле процесса, где особое внимание нужно при внесении необходимых корректировок и пояснений;

**2)** тревожным детям надо заниматься дыхательными упражнениями, позволяющими управлять своим состоянием. Такие упражнения нужны для уравнивания эмоций и концентрации внимания (например, на три счёта

глубокий вдох носом «как будто вдыхаешь запах распускающегося цветка» — на пять — выдох ртом «как будто выдуваешь звук на дудочке». Для достижения эффекта спокойствия и сосредоточенности это упражнение необходимо делать не менее 5–7 раз). За один день до экзамена такие приёмы эффекта не дадут. Необходимо, чтобы дыхательная гимнастика стала нормой жизни. А для этого надо начинать подобные упражнения за год до экзамена (или хотя бы в первом учебном полугодии) и делать их регулярно;

**3)** положительный эффект при подготовке к экзаменам дают многочисленные варианты пробных ЕГЭ. В настоящее время их организуют при вузах, информационно-методических центрах, в очных и дистанционных формах. Не стоит отказываться от подобных репетиций. Это отличная возможность узнать себя лучше;

**4)** к ЕГЭ нужно готовиться не только детям, но и родителям. Для взрослых важно учиться сохранять спокойствие. Не секрет, что мамы и папы пытаются решить задачи ЕГЭ в Интернете, и когда им это не удаётся, начинают паниковать: «Раз я не решил, как этот экзамен сдаст мой ребёнок?». Сегодня психологи однозначны в своих ответах на этот счёт: свои переживания взрослым лучше обсуждать с коллегами или друзьями за закрытыми дверями, но не со своим ребёнком, который в этом слу-

чае точно заразится вашими волнениями и страхами. Вообще не стоит обсуждать дома школьные проблемы в негативном ключе. Это вряд ли поможет ребёнку.

**?** **Мой сын переживает, что его школьная любовь перешла в другую школу. И он боится, что потеряет её внимание и привязанность. Что делать?**  
Е.Ю., 39 лет

Любовь в подростковом возрасте — это предмет особого интереса и в то же время своеобразное табу для обсуждения в среде родителей и педагогов. Невольно вспоминаются слова популярной одно время молодёжной песни: «Спросите вы у педсоветта, во сколько лет свела с ума Ромео юная Джульетта...». И как бы мы, взрослые, ни старались замалчивать эти проблемы, меньше они от этого не становятся, а болезненность или стыдливость их восприятия не исчезает.

Поэтому стоит вспомнить себя в этот период, свои тревоги и переживания... И мы с искренним и неподдельным интересом обнаружим, что с нами это тоже, оказывается, происходило! И мы тоже нуждались в советах и поддержке!

Чтобы поддержать своего ребёнка, поделитесь с ним своими воспоминаниями, расскажите ему о переживаниях, которые испытывали сами в подобной ситуации. Таким образом, подскажите ему, что чтобы не утратить к себе внимание объекта симпатии, пусть

даже перешедшей в другую школу, с неиссякаемой энергией и на новом эмоциональном подъёме нужно заняться работой над собой.

Зарядочка, бодрящий душ, утренняя пробежка позволят не заболеть физически от ощущения тоски и одиночества. Смена имиджа, новая причёска, изменения в гардеробе — создадут новый образ в глазах интересующего вас человека. И позволят увидеть в вас новые, ранее не замеченные черты.

Родителям важно помнить: не давайте подростку замыкаться в себе и концентрироваться на своих страданиях. Пусть обязательно ходит в клубы и кино, посещает тематические фестивали, побольше общается с другими сверстниками. Это позволит расширить круг общения и снять возникшее эмоциональное перенапряжение.

**?** **Мой сын-подросток твердит о том, что ему надоело учиться. Хочет поскорее стать взрослым и начать работать. И не важно, где и кем. Что делать?**

*А.К., 38 лет*

Обычно у подростков появляется желание поскорее уйти из школы, если родители постоянно напоминают о том, что нужно хорошо учиться, хорошо сдать ЕГЭ, поступить в вуз и т.д. С этими же требованиями на него давят и учителя. В результате подросток с ужасом понимает — на всё, что ему надо осилить, не хватит ни времени, ни сил. Отсюда и возникает протест.

С такими протестующими подростками лучше серьёзно говорить о планах на будущее, о том, какую выбрать профессию и образ жизни.

Важно чаще выражать искреннюю поддержку и говорить: «У тебя всё получится!». Не нужно требовать от подростка высшего балла по литературе, если он обожает математику или физику. Лучше сконцентрироваться на его любимом предмете и почаще рассказывать, сколько нового и интересного он может узнать, если продолжит обучение.

Во взрослых диалогах о будущем и его перспективах подростку-бунтарю есть смысл приводить в качестве примеров высказывания или советы выдающихся современников (лучше всего, его кумиров), достигших в жизни определённых вершин, успеха и признания. Среди таких могут оказаться полезными советы основателя компании Майкрософт Билла Гейтса:

**1)** Очень маловероятно, что, начав работать, тебе сразу начнут платить 40 тысяч в год после окончания школы. Ты не станешь вице-президентом компании с лимузином и личным шофёром, пока не заслужишь этого.

**2)** Если ты думаешь, что твой учитель строг и требователен, — подожди знакомства со своим боссом. В отличие от учителя, карьера босса зависит от того, как ты справляешься со своими заданиями.

**3)** Не спеши обвинять в каждой своей неудаче своих родителей. Не ной и не носись со своими неудачами, учишься на них.

**4)** До твоего рождения твои родители не были такими скучными и неинтересными людьми, какими они кажутся тебе сейчас. Они стали такими, зарабатывая на твоё беззаботное детство, стирая твою одежду и слушая твою бесконечную болтовню о том, какой ты классный. Поэтому, перед тем как отправляться спасать леса Амазонки от уничтожения жадным поколением твоих родителей, попытайся для начала привести в порядок свою комнату.

**5)** Твоя школа отменила деление на победителей и лузеров, жизнь — нет. В некоторых школах прекратили ставить плохие отметки и разрешили сколько угодно раз сдавать тест. Это не имеет ни малейшего отношения к тому, что происходит в реальной жизни.

**6)** Жизнь не разделена на семестры, летних каникул в ней не существует, и очень мало работодателей заинтересованы в том, чтобы помочь тебе найти твоё собственное «я». Тебе придётся делать это в твоё личное время.

**7)** Не путай реальную жизнь с тем, что показывают по телевизору. В жизни людям приходится большую часть времени проводить не в кофейне, а на рабочем месте. **НО**