

Управление образования администрации Новокузнецкого муниципального  
района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Казанковская средняя общеобразовательная школа»

XXIX муниципальная научно-практическая конференция школьников

Секция «История. Обществознание»

**Проблемы современных подростков**

Проект

*Выполнила:* Криштоп Надежда,  
обучающаяся 7-Б класса  
МБОУ «Казанковская СОШ»

*Руководитель:*  
Чухнова Т.П.,  
учитель обществознания  
МБОУ «Казанковская СОШ»

Новокузнецкий муниципальный округ

2024

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение .....	3
Глава 1. Подростковый возраст	
1.1. Особенности подросткового возраста .....	5
1.2. Проблемы современных подростков .....	5
Глава 2. Исследование проблем подростков	
МБОУ «Казанковская СОШ» .....	9
Глава 3. Результаты исследования актуальных проблем	
подростков МБОУ «Казанковская СОШ» .....	10
Заключение.....	14
Список литературы.....	15
Приложение.....	16

## Введение

Подростковый возраст является важным этапом в развитии личности, это время перехода от детства к взрослости. Изменения, которые происходят в это время, влияют на его мировоззрение, поведение, отношение к самому себе, другим людям, к жизни. В психологии подростковый возраст называют периодом «бури и натиска». Почему же меня привлекла именно проблема подросткового возраста? Эту тему я выбрала, потому что сама являюсь подростком. И она сейчас для меня является наиболее актуальной. Мне интересно, что с нами происходит и почему? Как избежать массы проблем, связанных с подростковым возрастом? Подростковый возраст считают переходным периодом: подросток частично принадлежит к группе детей, а частично – к группе взрослых. В одних случаях к подросткам относятся как к детям, а в других – как к взрослым. Некоторые детские формы поведения уже неприемлемы. В то же время взрослые формы поведения ещё не разрешены или разрешены, но не знакомы.

Думаю, эта тема будет интересна и моим сверстникам. Я решила поинтересоваться, какие проблемы являются наиболее актуальными для подростков нашей школы, какие пути решения этих проблем видят мои сверстники и что входит в сферу их интересов.

Цель: выявление проблем, волнующих современных подростков, и определение путей их решения.

Задачи:

1. Изучить теоретический материал по данной теме.
2. Провести опрос учащихся 7-8 классов с целью выявления наиболее значимых для них проблем.
3. Обработка полученных в ходе опроса результатов.
4. Составление рекомендаций для подростков.

Объект исследования: обучающиеся 7-8 классов МБОУ «Казанковская СОШ».

Предмет исследования: актуальные проблемы современных подростков.

Методы исследования: анализ, беседа, анкетирование, опрос, статистическая обработка данных полученных сведений.

Гипотеза: Я предполагаю, что проблемы, с которыми сталкивается современный подросток, имеют право быть рассмотренными и решенными.

Проблема: недостаток информации у школьника о способах решения определенных жизненных трудностей.

Актуальность: Вопросам подросткового возраста всегда уделяется большое внимание. Очень часто подростку сложно самому разобраться во многих жизненных ситуациях. Поэтому выявление проблем, значимых для данного периода, является актуальным. Своевременно оказанное внимание проблемам подростка поможет ему избежать многих неприятных моментов.

Практическая значимость заключается в том, что данное исследование может помочь нам, подросткам, разобраться в себе, и по-новому посмотреть на актуальные для нас проблемы и научиться конструктивным способам их решения.

## **Глава 1. Подростковый возраст.**

### **1.1. Особенности подросткового возраста**

На вопрос: «Кто такой подросток?» любая энциклопедия дает примерное одинаковую информацию: подростковый возраст — это период развития детей от 11— 12 до 16 лет (что соответствует приблизительно, среднему и старшему школьному возрасту, учащимся 6-10-х классов), отличающийся мощным подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой организма [1] В это время происходит не только физическое созревание человека, но и интенсивное формирование личности, энергичный рост моральных и интеллектуальных сил. Подростковый возраст называется иначе переходным возрастом, так как он характеризуется переходом от детского состояния к взрослому, от незрелости к зрелости. Подросток — уже не ребенок, но еще и не взрослый человек. Это развитие завершается примерно к 16 годам превращением подростка в юношу или девушку.

В подростковом возрасте происходит ломка многого из того, что являлось привычным, уже сложившимся у подростка. Это касается почти всех сторон его жизни и деятельности. Особенно заметные изменения претерпевает характер учебной деятельности — в подростковом возрасте начинается систематическое усвоение основ наук, что требует изменения привычных форм работы и перестройки мышления, новой организации внимания, приемов запоминания. Изменяется и отношение к окружающему; подросток уже не ребенок и требует иного к себе отношения.

### **1.2. Проблемы современных подростков**

Исследуя разные источники, мы выяснили, что самыми распространенными проблемами подростков являются следующие:

#### *1) Проблема с эмоциями.*

Подростки часто концентрируются на проявлении эмоциональной независимости от своих родителей и принятии ответственности за свои собственные поступки, т.е. как говорят психологи, формируется собственное «Я». Человек стремится доказать всем окружающим, что он уже

самостоятельная личность и доказывает это взрослым, но в большинстве случаев он старается выделиться среди сверстников. Особенностью психологии подросткового возраста является достаточно сильная зависимость от мнения определенной группы значимых лиц. К примеру, представьте себе, что вы сделали что-то плохое, чего вам никогда не разрешили бы родители в вашем возрасте, и вы по любому им об этом не скажете. Но если вы окажетесь в кругу друзей, которые поделятся с вами «своими достижениями», то вы не упустите шанса рассказать и о вашем опыте.

### *2) Проблемы внешнего вида.*

Важным моментом в изменение характера людей является повышенная критичность к собственным недостаткам и поиск способов их устранения. Люди умеют находить недостатки даже там, где их практически нет, при этом явно преувеличивая их значение, и становятся категорически недовольными своей внешностью. Подросток, смотря на своих сверстников, берет «пример» с них, считая, что это модно и актуально, даже если ему будут запрещать это делать, то он все равно поступит по-своему. К примеру, покрасит волосы или сделать пирсинг и т.д. [3]

### *3) Проблема взаимоотношений с родителями.*

Отношения с родителями более продолжительны, чем со всем другим окружением подростка. У подростков бывают разные потребности. Здесь могут присутствовать такие группы, которые любят постоянное внимание родителей; есть группы, которые тоже любят внимание, но не постоянное. Они хотят больше самостоятельности, а родители в любой ситуации, излишне следят за их жизнью. А есть группы подростков, у которых родители вообще не следят за ними. Сами подростки хотят большего внимания со стороны взрослого человека, поэтому у них меняется внутренний мир: происходит переоценка ценностей, все большее отдаление от родителей, ощущение, что их никто не понимает. Это заставляет детей замыкаться в себе, у них появляется повышенная чувствительность к любой критике, особенно со стороны близких ему людей.

#### *4) Проблема влюбленности.*

Любовь и романтические отношения интересуют большинство подростков. Было доказано, что мальчики начинают влюбляться в более раннем возрасте и чаще, чем девочки. Сильная любовь может таить в себе немало опасностей. Успех окрыляет, но неудача может повлечь за собой чувство опустошённости и тревоги. Прекращение романтических отношений влечет за собой значительные изменения в жизни человека, и подростки крайне огорчаются, когда их оставляют. Родители и другие взрослые часто недооценивают чувство горечи, потеряв привязанность. [2]

#### *5) Сложности с общением в реальной жизни.*

Первая потребность подростка – установить приятельские отношения с тем, с кем имеются общие интересы. По мере взросления возникает необходимость в более дружеских связях, позволяющих делиться своими переживаниями, трудностями и самыми сокровенными мыслями. Но бывают такие ситуации, когда подросткам не удается привлечь внимание окружающих и они становятся так называемыми «серыми мышками», которых никто не замечает. Это может возникнуть из-за того, что кому-то трудно разобраться, как следует вести себя с окружающими, как реагировать на различные ситуации. Кто-то имеет заниженную самооценку, и очень болезненно реагируют на критику в их адрес.

#### *б) Потеря мотивации учиться.*

В отличие от первоклассника, который еще не утратил новизну ощущений от школы, подросток все чаще задает вопрос «зачем?». Школа для него является еще одним из «инструментов» подавления свободной личности. Любое мнение взрослых о ценности образования подвергается сомнению. Подросток видит вокруг примеры успешных людей, которые не всегда учились на «отлично» — значит, показатели успеваемости на уроках не являются определяющими для жизненного успеха. [2]

Мотивация к учебе в целом или к изучению конкретного предмета может пропасть из-за учителя. Не все педагоги сами любят свой предмет,

многие преподают его по инерции, используя те же методы, что и 20-30 лет назад. Поэтому многие уроки для современного подростка оказываются просто скучными.

Еще одной серьезной проблемой, снижающей интерес к школе, являются отношения со сверстниками. Любые конфликты или эпизоды травли мешают подростку концентрироваться на учебе до такой степени, что сама мысль о школе вызывает отвращение. В состоянии стресса существенно снижается умственная активность и успеваемость.

Часто учеба уходит на второй план из-за романтических переживаний. Первая любовь — серьезное испытание для психики юноши или девушки. И это еще один способ познания внутреннего мира другого человека и важный этап развития личности.

Следующая причина потери интереса к учебе — вредные привычки. Юноши и девушки, легко поддающиеся влиянию друзей, могут оказаться в компании, где приняты беспорядочные связи, алкоголь, курение или наркотики. Поэтому неудивительно, что вредные привычки отрицательно отражаются на умственном и физическом здоровье подростка.

#### *7) Интернет - зависимость.*

Сидя дома, можно общаться с людьми, которые находятся в любой части света, купить вещь, которая не продается в магазинах вашего населенного пункта, узнать новости, которые не показали по телевизору, узнать ту или иную информацию подробно до мелочей или кратко, в обобщенном виде, узнать комментарии людей по поводу всего, что вас только может заинтересовать, послушать музыку, прочитать текст слов.

Тем не менее подростки мало того, что не выходят из дома, они тратят свое время не на саморазвитие, а на компьютерные онлайн игры, тем самым, забывая об учебе в школе. В итоге, как правило, они получают плохие оценки.

#### *8) Вредные привычки.*

С каждым годом увеличивается численность подростков с вредными привычками. Среди основных вредных привычек выделяют алкоголизм,



табакокурение, токсикоманию и наркоманию. Молодым людям нравится состояние эйфории, но они, видимо, не понимают, на какие жертвы идут ради так называемого «кайфа». Подросток, рано начавший употреблять спиртные напитки, теряет смысл в жизни. В последующем его стимулом становится выпивка. Подросток в стадии алкогольного опьянения становится неуравновешен, навязчив, груб. Отсюда выходит еще одна проблема молодежи - это преступность. Для молодежи алкоголь – это средство для раскрепощения и преодоления застенчивости, от которой страдают многие подростки. [2]

#### *9) Преступность*

В редких случаях подросток отчаивается пойти на преступление, если он здравомыслящ, а значит, не употребляет ни спиртного, ни наркотиков, поэтому преступность является обращающей на себя внимание проблемой молодежи. Преступления совершаются также по причине неуравновешенной психики подростков или в результате неразделенной любви.

## **Глава 2. Изучение актуальных проблем подростков МБОУ «Казанковская СОШ»**

Предмет исследования: актуальные проблемы современных подростков.

Исследование проводилось с обучающимися 7-8 классов МБОУ «Казанковская СОШ» с февраля по март 2023-2024 учебного года. В исследовании приняли участие 35 подростков (20 учащихся 7-х классов и 15 учащихся 8 класса) в возрасте от 13 до 15 лет.

В исследовании была использована анкета «Проблемы подростков и пути их решения» с целью выявления основных проблем подросткового возраста, способов их решения, отношения учащихся к своему здоровью, проведению ими свободного времени, а также определения ценностей, наиболее важных для учащихся школы. [4] Бланк анкеты представлен в приложении 1. Анкета была анонимной и включала в себя 14 вопросов.

### **Глава 3. Результаты исследования актуальных проблем подростков МБОУ «Казанковская СОШ»**

Результаты ответов приведены в процентном отношении к общему количеству учащихся, принявших участие в опросе.

***Вопрос 1. По твоему мнению, какие проблемы больше всего волнуют современных подростков? (Приложение. Рис 1).***

На первом месте по значимости оказались проблемы, связанные с отношениями с родителями (69%), далее были выделены вопросы выбора профессии, самореализации (51%). На третьем месте - проблемы с обучением (49 %), на четвертом - общение со сверстниками, друзьями (43 %), на пятом - внутренние проблемы (комплексы, низкая самооценка, вопросы «кто я») (40 %); на шестом месте – проблемы со сдачей экзаменов, поступлением в ВУЗ (31 %), на седьмом месте - непонимание окружающих и общение с противоположным полом (23 %). и) вопросы здоровья – 20 %; к) проблема одиночества – 17 %; л) нехватка денег – 17 %; м) потеря близких и родных – 17 %.

Менее волнующими оказались для подростков вопросы, связанные с отсутствием возможности показать себя (14%), скукой и плохим настроением (14%), интернет-играми, социальным общением и проведением свободного времени (11%), невозможностью выразить свое мнение (11%).

***Вопрос 2. Как ты думаешь, как подростки решают свои проблемы? (Приложение. Рис 2).***

По результатам видно, что большинство опрошенных в случае возникновения у них проблем обратились бы за помощью к своим друзьям (60%), на втором месте – стоит вариант решил самостоятельно, т.к. верил в свои силы (49%), на третьем месте – обращаются к родителям и к старшим товарищам (43%), на четвертом месте – решают самостоятельно, т.к. никому не доверяют (34%).

***Вопрос 3. Какие ты знаешь учреждения, где подростку могут оказать помощь? (Приложение. Рис 3).***

60% опрошенных отметили, что не знают, в каких организациях подросткам могут оказать помощь. Третья часть респондентов указали школу (26%), десятая часть – психолога (9%), два учащихся отметили телефон доверия (5%).

**Вопрос 4. Часто ли ты чувствуешь себя неуверенным? (Приложение. Рис 4).**

Не чувствуют себя неуверенными – 40 % опрошенных, редко – 37 %, 20% - ответили, что часто, и лишь 1 подросток (3%) ответил, что всегда чувствует себя неуверенным.

**Вопрос 5. Какие из ценностей для тебя наиболее важны? (Приложение. Рис 5).**

По результатам опроса подавляющая часть опрошенных среди важных жизненных ценностей указала «семью» - 66 %. Следующими жизненными ценностями по значимости были выбраны «здоровье» - 29%, «жизнь» и «свобода и независимость» - 26%, «внешность» - 23%, «образование» - 20%, «деньги» и «карьера» - 20 %, «общение с интересными людьми» - 17%.

**Вопрос 6. Заботаешься ли ты о своем здоровье? (Приложение. Рис 6).**

Большинство опрошенных считают, что заботятся о своем здоровье (71%). 20 % подростков дали отрицательный ответ. 9% опрошенных иногда заботятся о своем здоровье.

**Вопрос 7. Каким образом ты заботаешься о своем здоровье? (Приложение. Рис 7).**

Для большинства респондентов представления о здоровом образе жизни связаны с занятием спортом (36%), с понятием ЗОЖ (28%), с лечением и правильным питанием (28%), отсутствие вредных привычек (15%), приемом витаминов (8%).

**Вопрос 8. Как ты проводишь свободное время? (Приложение. Рис.8).**

Перечень вариантов досуга очень разнообразен. Наибольший интерес у подростков вызывают: «гуляние на улице», в том числе и «гуляние с друзьями» (60%), «общение с друзьями» (20%), «сидение в телефоне» (49%),

«занятие хобби» (11%), «помощь родителям» (9%). Около 12% подростков отвечают, что проводят свободное время с родителями. Далее занятия подростков распределились таким образом: «посещают кружки» (6%), «сидят дома» (6%), «делают уроки» (6%), «спят» (8%).

**Вопрос 9. Как ты думаешь, как подросткам наиболее интересно проводить свободное время? (Приложение. Рис 9).**

Большая часть подростков среди форм проведения досуга выделили «гуляние» (54%), «сидение в телефоне» (46%), «общение с родителями» (11%), «сон» (6%), «хобби» (6%), «общение с новыми людьми» (3%).

**Вопрос 10. Как ты думаешь, является ли актуальной проблема жестокого обращения по отношению к подросткам? (Приложение. Рис 10).**

В ходе опроса выявлено, что большая часть подростков считают проблему жестокого обращения по отношению к подросткам актуальной (57%) и 14% считают данную проблему незначительной. 29% учащихся дали ответ «не знаю».

**Вопрос 11. Кто чаще всего, по твоему мнению, проявляет жестокое отношение к подросткам? (Приложение. Рис 11).**

Опрос показал, что чаще всего подростки могут испытывать проявление агрессии со стороны старших подростков (57%) и сверстников (51%). Около трети опрошенных (28%) указали родителей как источник проявления жестокости, а также учителей (11%).

**Вопрос 12. Что тебя больше всего волнует? (Приложение. Рис 12).**

Среди волнующих подростков вопросов были указаны следующие: «семья» (23%), «моё будущее» (20%), «учеба» (20%), «экзамены», «друзья», «внешность» (9%). Но были и те, кого «ничего не волнует» (26%).

**Вопрос 13. Что мешает на пути к осуществлению твоей мечты? (Приложение. Рис 13).**

Большее количество опрошенных ответили, что им «ничего не мешает» для осуществления своей мечты (37%). 9% указали как причины - «лень», «претензии родителей», «неуверенность в себе».

***Вопрос 14. Что для тебя главное в жизни? (Приложение. Рис.14).***

Для подростков, участвующих в опросе, главное в жизни – «семья» (74%), «друзья» (20%), «деньги» (17%), «карьера» (14%), «здоровье» (14%), «образование» (14%).

На основании проведенного анкетирования можно сделать следующие выводы:

1) Самым значимым и актуальным для подростков стал вопрос отношений с родителями, что связано с особенностями психологического развития подростков:

2) Подросток продолжает оставаться школьником, и учеба по-прежнему остается для него приоритетной. Проблемы, связанные с обучением, поступлением, общением со сверстниками волнуют подростков на протяжении всех этапов взросления.

3) Подростки осознают, что в случае возникновения у них проблем, они будут обращаться за помощью, но чаще всего – к своим друзьям.

4) Несмотря на то, что подростки считают себя уже достаточно взрослыми и могут сами решать свои проблемы, полной уверенности в себе у них нет. Представляя свое будущее, многие пугаются, сомневаются в себе, в своих силах, отсюда появляются многие комплексы и страхи.

5) Среди значимых жизненных ценностей важной для подростка является семья, ведь именно в семье происходит становление личности, формирование взглядов на мир, усваиваются нормы поведения. Здоровье, жизнь, свободу и независимость, образование тоже имеют значимость для подростков, ведь они связаны с их будущим.

6) В отличие от людей других возрастов, подростки очень активны вне дома. Прогулки с друзьями наиболее популярны, что подтверждает стремление подростков к общению и самореализации.

7) Очень популярной формой проведения досуга являются компьютерные игры, что занимает порой большую часть свободного времени. Это отрицательно сказывается и на отношении с родителями, и на учебе, а еще влияет на эмоциональное состояние подростка.

8) Агрессия и жестокость стали одной из проблем современного общества, в том числе и подросткового. Причинами проявления агрессии можно назвать недопонимание со стороны сверстников, родителей, старших подростков, нежелание саморазвития.

9) Большую часть подростков волнует их будущее, интересная работа, материальный достаток, здоровье как свое, так и своих близких.

### **Заключение**

Проанализировав теоретический материал, проведя исследования, можно утвердительно сказать, что современному подростку в наше время как никогда нужно уделять внимание, общаться с ним, давать советы, быть открытым, дабы дать возможность ему справиться со всеми проблемами. Нужно стать его путеводителем, помочь построить ему правильный жизненный маршрут.

В современном мире подросток мечтает, как можно быстрее повзрослеть, находя что-то новое и порой вредное из взрослого мира, что обычно к хорошему не приводит. Нужно дать ему понять, что подростковый период – это тот период, в котором он строит свое собственное “Я” и ему нельзя в этот момент ошибаться.

В рамках своего исследовательского проекта я составила буклеты с советами, которые смогут помочь наладить отношения с родителями (приложение 2) и сохранить дружеские отношения со своими друзьями (приложение 3).

Таким образом, цель проекта достигнута, задачи выполнены, гипотеза подтверждена.

## Список литературы

1. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления: книга для психологов, педагогов, родителей. - СПб.: Питер,

3. Образ жизни современного подростка индивидуальный проект

Источник: <https://se-pro.ru/articles/obraz-zhizni-sovremennogo-podrostka-individualnyy-proekt.html> [Электронный ресурс] дата обращения 29.02.2024 г

2. Описание и характеристики особенностей подросткового возраста

Источник: <https://wika.tutoronline.ru/obshhestvoznanie/class/5/opisanie-i-harakteristiki-osobennostej-podrostkovogo-vozrasta> [Электронный ресурс] дата обращения 01.03.2024 г

4. Социально-психологическое исследование проблем современных подростков. Специалисты МУ Центр «Доверие»: социальный педагог

Борисова М.Н., педагог-психолог Смирнова П.Л. <https://resurs-yar.ru/files/opit/261119/3.pdf> [Электронный ресурс] дата обращения 28.02.2024 г

## Анкета «Проблемы подростков и пути их решения»

Ваш пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

**1. По твоему мнению, какие проблемы больше всего волнуют современных подростков?**

*(выбери 5 самых важных на твой взгляд вариантов).*

1. отношения с родителями 2. общение со сверстниками, друзьями 3. общение с противоположным полом 4. проблемы с обучением 5. скука, плохое настроение 6. интернет-игры, социальное общение 7. непонимание окружающих 8. невозможность выразить свое мнение 9. зависимость от группы 10. отсутствие возможности показать себя 11. проблема одиночества 12. нехватка денег 13. выбор профессии, самореализация 14. проведение свободного времени	15. экзамены, поступление в ВУЗ 16. жестокое обращение в среде сверстников 17. внутренние проблемы (комплексы, низкая самооценка, вопросы «кто я») 18. политические проблемы 19. вопросы здоровья 20. трудности с законом (воровство, хулиганство) 21. плохая экология 22. потеря близких и родных 23. ненормативная лексика 24. вредные привычки (напишите какие) <hr/> 25. свой вариант ответа _____ <hr/>
---	---

**2. Как ты думаешь, как подростки решают свои проблемы? (выбери 3 основных варианта).**

- 1) обращаются за помощью к родителям
- 2) ищут поддержки у других родственников
- 3) обращаются к своим друзьям
- 4) идут к социальному педагогу школы / педагогу-психологу
- 5) просят совета у своих старших товарищей
- 6) обращаются к специалистам других учреждений
- 7) решают самостоятельно: верят в свои силы
- 8) решают самостоятельно: никому не доверяют
- 9) свой ответ \_\_\_\_\_

**3. Какие ты знаешь учреждения, где подростку могут оказать помощь?**

\_\_\_\_\_

**4. Часто ли ты чувствуешь себя неуверенным?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**5. Какие из ценностей, приведенных ниже, для тебя наиболее важны? Оцените их, поставив баллы от 1 (самое важное) до 9 (наименее важное).**

_____ деньги	_____ карьера
_____ образование	_____ семья
_____ здоровье	_____ свобода и независимость
_____ внешность	_____ общение с интересными людьми
_____ жизнь	

**6. Твое здоровье**

- 1) Заботаешься ли ты о своем здоровье? \_\_\_\_\_
- 2) Каким образом ты заботаешься о своем здоровье? \_\_\_\_\_

**7. Свободное время.**

- 1) Сколько у тебя свободного времени? \_\_\_\_\_
- 2) Как ты проводишь свое свободное время? \_\_\_\_\_

**8. Как ты думаешь, как подросткам наиболее интересно проводить свое свободное время?**

\_\_\_\_\_

**9. Как ты думаешь, является ли актуальной проблема жестокого обращения по отношению к подросткам?** \_\_\_\_\_

**10. Кто, по твоему мнению, чаще всего проявляет жестокое обращение к подросткам?**

- 1) сверстники
- 2) учителя
- 3) старшие подростки
- 4) незнакомцы
- 5) родители
- 6) родственники
- 7) свой ответ \_\_\_\_\_

**11. Что тебя больше всего волнует?** \_\_\_\_\_

**12. Что мешает на пути к осуществлению твоей мечты?** \_\_\_\_\_

**13. Что для тебя главное в жизни?** \_\_\_\_\_

**Спасибо за участие!**



Рис.1



Рис. 2



Рис. 3



Рис. 4

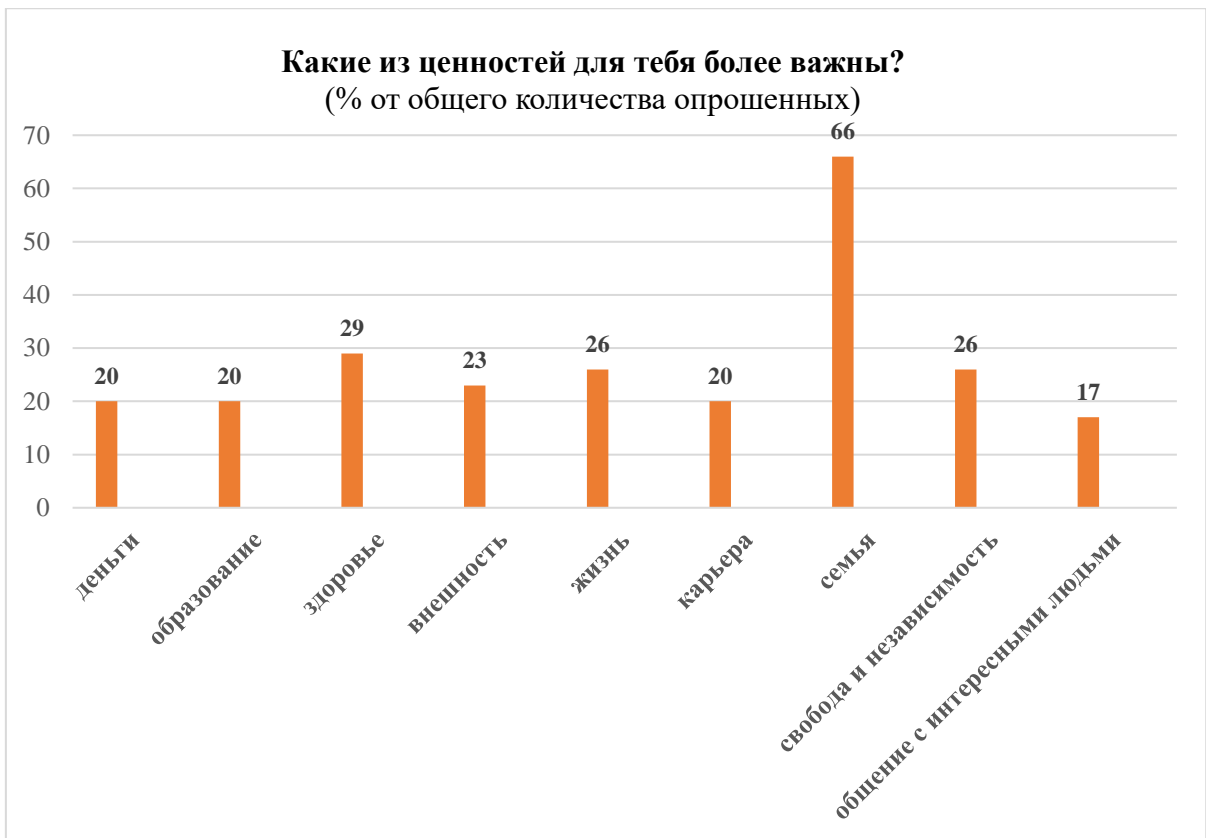


Рис. 5

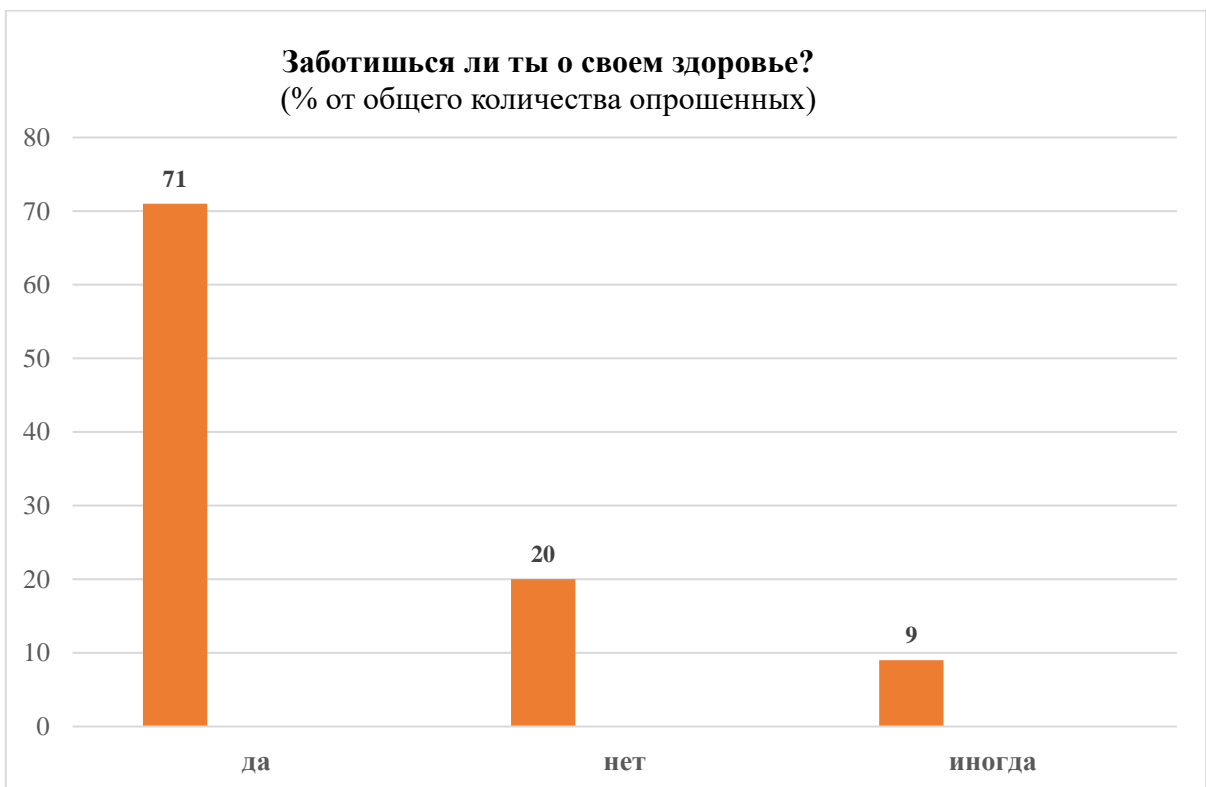


Рис. 6



Рис. 7

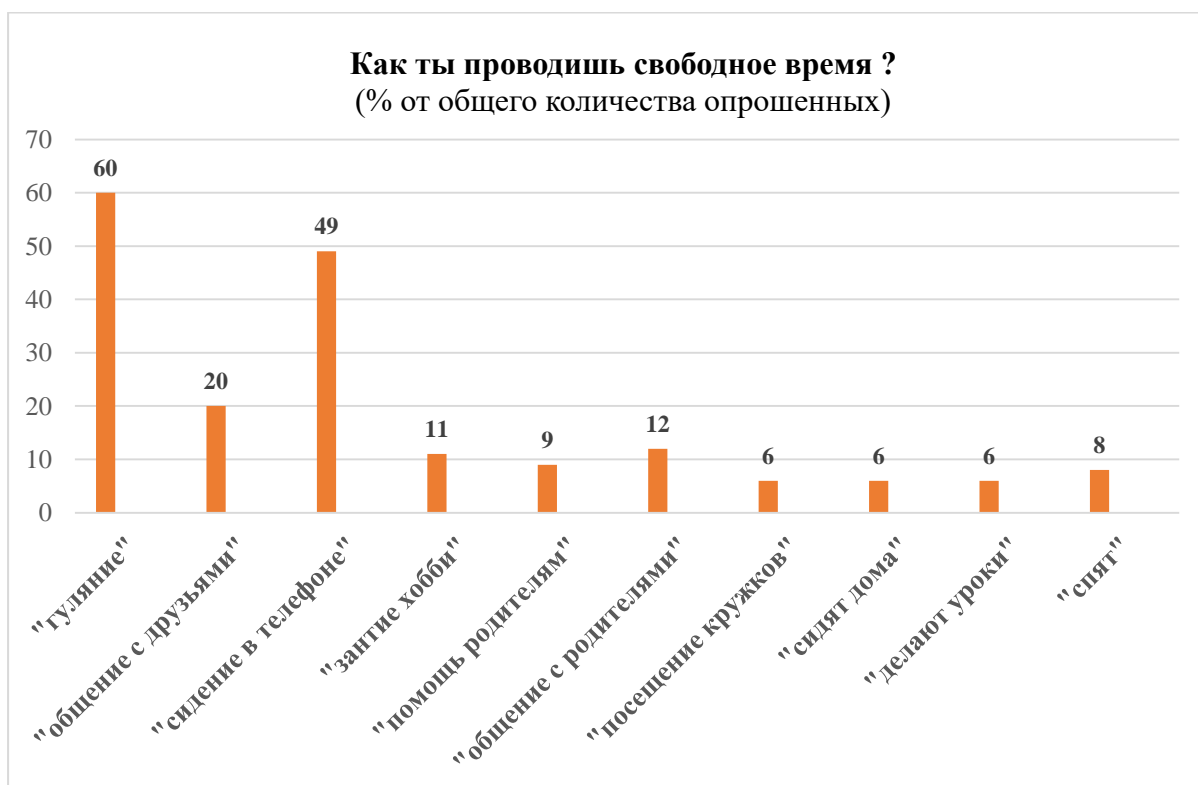


Рис. 8

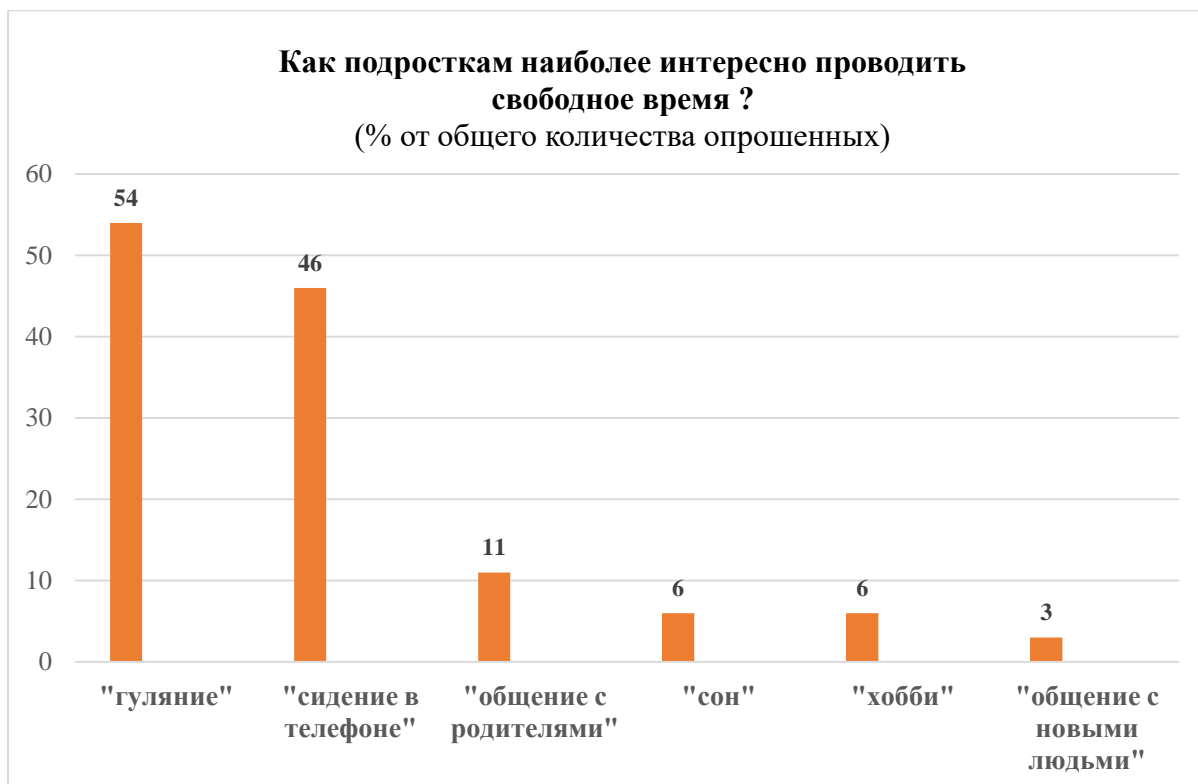


Рис. 9



Рис.10



Рис.11

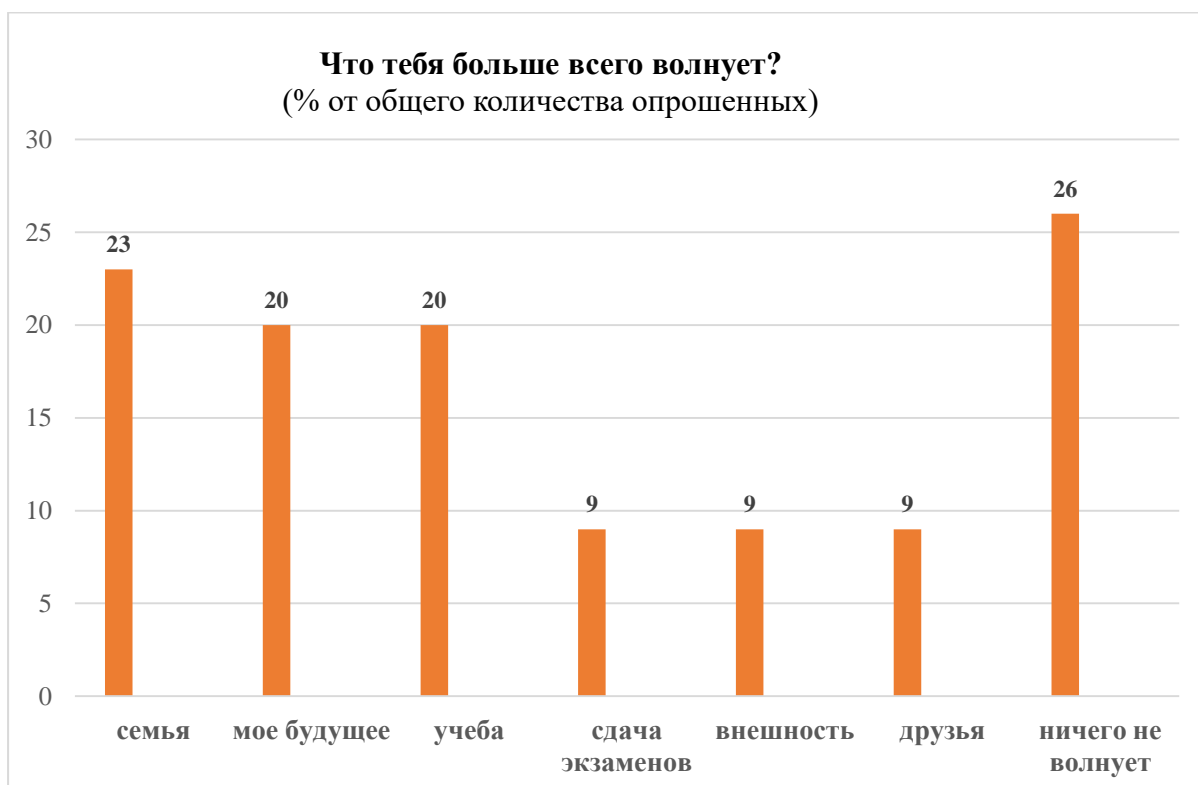


Рис. 12

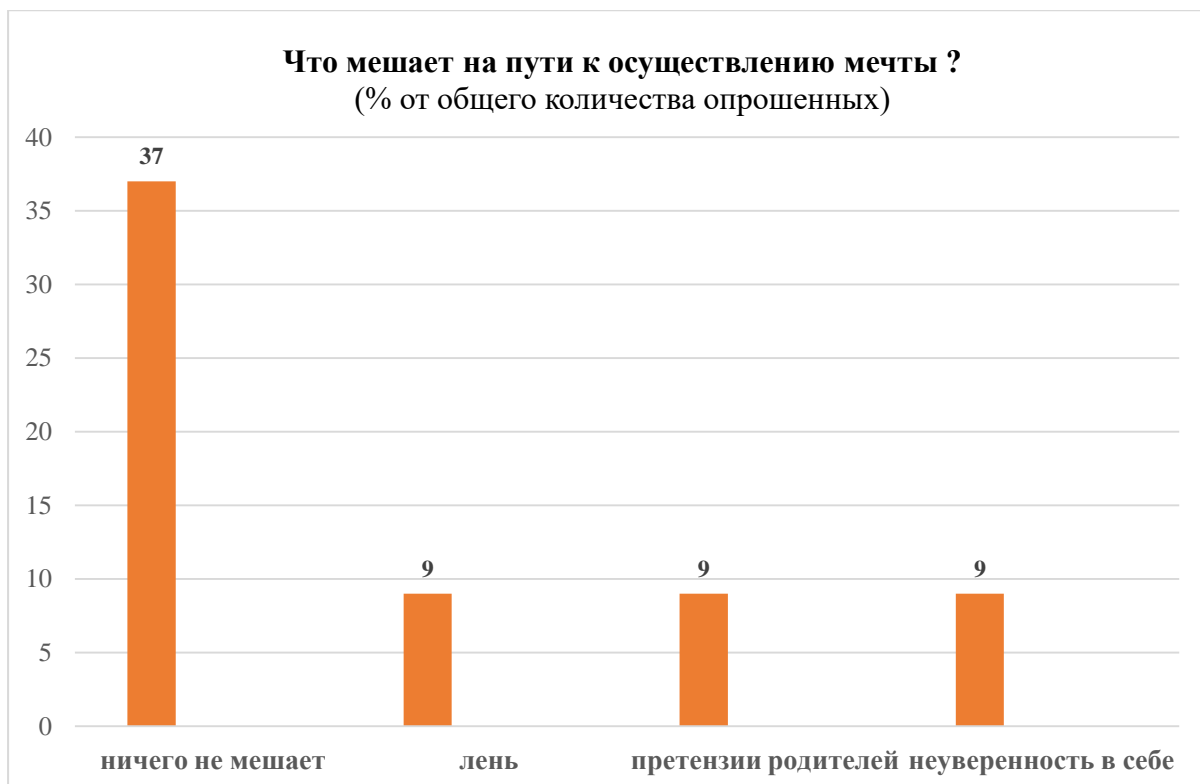


Рис. 13

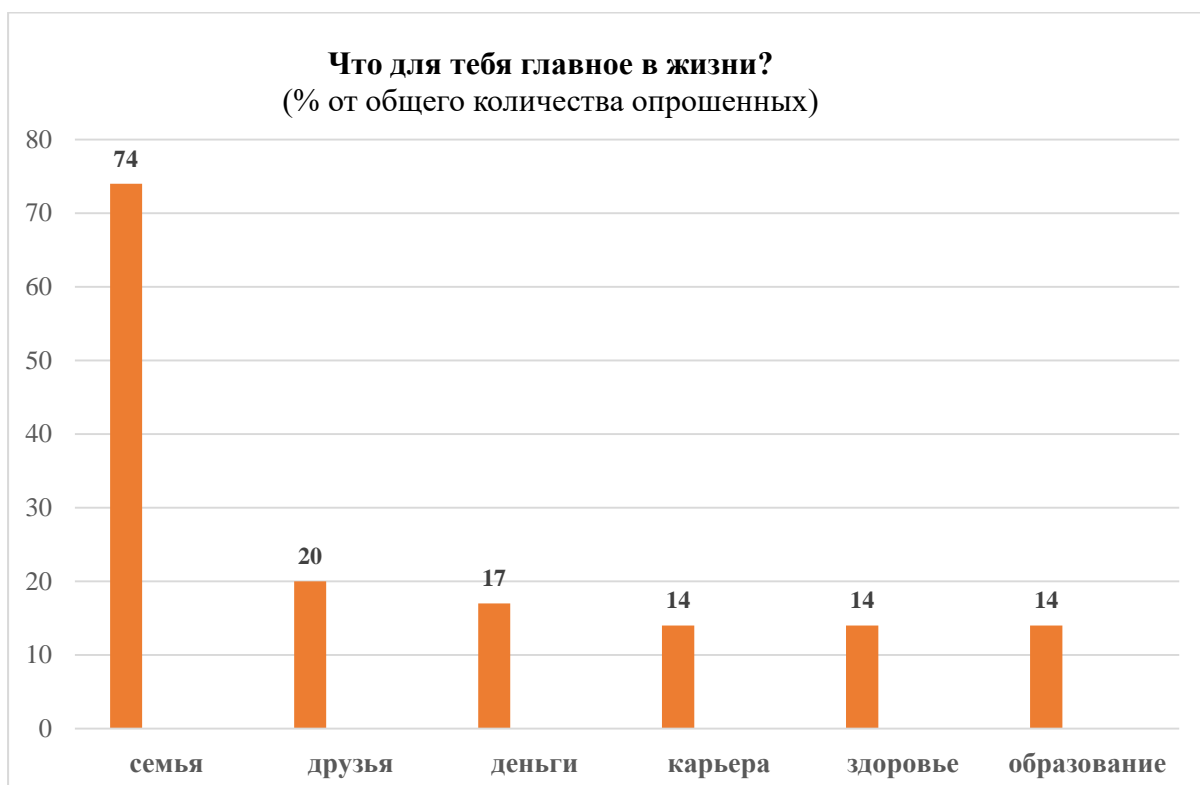



Рис. 14




Советы подросткам



«Цените своих родителей — они единственные, кто не оставит вас в любой сложившейся ситуации».

Омар Хайям.

МБОУ «Казанковская СОШ»



Отношения с родителями

Советы подросткам

Авторы-составители:  
Крушова Надежда, ученица 7 класса,  
Чухлова Т.П., учитель обществознания

МБОУ «Казанковская СОШ»

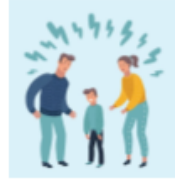
Адрес: 654215, Кемеровская область-Кузбасс, Новокузнецкий район, п. Казанково, ул. Юбилейная, 19  
Телефон: 83343328118  
Эл. почта: hbfy13088@yandex.ru

п.Казанково, 2024

Как улучшить отношения с родителями.

- Проявляй участие к своим родителям. Они устают на работе, дома. Порадуй их чем-нибудь. Это помогает наладить контакт.
- Постарайся объясняться с родителями человеческим языком - это даст лучший результат, нежели крики и хлопанье дверьми.
- Попроси родителей рассказать о своей юности, о конфликтах с родителями. Это приведет к более глубокому пониманию между вами.
- Помни, что иногда у родителей бывает просто плохое настроение. Постарайся не устраивать в это время дома шумных вечеринок.
- Если родители ведут себя с тобой, как с маленьким ребенком, напомни вежливо им, что ты уже взрослый и хотел бы вместе с ними решать проблемы, связанные с твоей жизнью.
- Дай понять родителям, что ты нуждаешься в их совете и помощи. Это поможет установить дома благоприятную обстановку.
- Разговаривай со своими родителями, сообщай им новости твоей жизни.

- Старайся не обманывать родителей. Тайное все равно становится явным.
- Помни, что родители тоже могут совершать ошибки. Будь снисходительнее.
- Родительский запрет чаще всего оказывается правильным решением. Задумайся, что бы произошло, если бы тебе было позволено все!
- Если произошла ссора, и ты чувствуешь себя виноватым, найди в себе силы подойти первым. Уваженье ты не потеряешь, поверь.
- Установи с родителями границы личной территории, но не раздражайся, не требуй. Просто попроси их об этом.
- Работа по дому служит отличной подготовкой к самостоятельной жизни. Отнесись к ней с пониманием.
- Возвращение домой к определенному времени — это способ ограждать тебя от неприятностей, то есть, мера безопасности. Если задерживаешься, обязательно позвони, они же волнуются! Побереги их для себя.



О наказаниях

Родители могут прекратить поощрения, отлучить тебя от друзей. И все это может произойти, как ты считаешь, из-за пустяка. Родителей же этот "пустяк" может вывести из себя. Подумай, может быть, родители видят опасность, которую ты либо не осознаешь, либо пренебрегаешь.

Требуй, чтобы родители объяснили мотивы своего поведения по отношению к тебе и твоим друзьям. Может быть, тебе станет понятно, почему они поступают так или иначе.

Если ты зл на кого-либо из друзей, учителей, раздражен на грязь, слякоть, а также на "двойку", поставленную "ни за что", не срывай зло на родителях. Это не благоразумно и приводит к печальным последствиям

*«В одиночестве каждый видит в себе то, что он есть на самом деле»*

*А. Шопенгауэр*

*Подростковый возраст – это переходный возраст от ребенка к взрослому. Происходят изменения в психическом, физиологическом плане. Человек становится более самостоятельным.*

*Чувство одиночества в подростковом возрасте является довольно частым явлением. Ослабление прежних дружеских отношений, изменение ценностей и взглядов на жизнь – это нормальное явление в жизни каждого подростка.*

Составители:  
Криштоп Надежда, учащаяся 7 класса;  
Чухнова Т.Л., учитель обществознания

**МБОУ «КАЗАНКОВСКАЯ СОШ»**

654213, Камеровская область-Кузбасс,  
Новокузнецкий район, п. Казанково,  
ул. Юбилейная, 19

Телефон: 8384332818  
Эл. почта: bdy-130880@yandex.ru



## ЕСЛИ ЧУВСТВУЕШЬ СЕБЯ ОДИНОКИМ

Советы подросткам



п. Казанково, 2024

## Как сохранить дружбу?

**1. Если вы перестаете быть близкими друзьями, не стремитесь полностью разорвать отношения.**

**2. Уважайте позицию своего товарища:** для одних людей достаточно иметь одного-двух близких людей, для других – необходимо общение с большим количеством ребят. Это обусловлено потребностью в доверительных отношениях, типом темперамента, особенностями характера. Если Ваши друг очень общительный человек – не стоит его «привязывать» к себе. Примите его таким, какой он есть, и от этого ваша дружба станет крепче.

**3. Равенство в дружбе** только портит доверительные отношения.

**4. Помните, что каждый человек – это уникальная личность. Не бывает двух одинаковых характеров, каждый человек неповторим.**



**5. Будьте искренними.** Если ваш друг ведет себя бестактно, вы имеете полное право сделать ему замечание. Если вам не нравится его поступки и новые интересы, прямо говорите об этом.

**6. Заводите новых друзей, с которыми у вас будут общие взгляды на жизнь, интересы, увлечения.**

**7. «Живое» общение** намного лучше виртуального. Это способ обмена эмоциями, информацией. Большую часть информации люди передают друг другу через неречевые каналы связи – жесты, позы, контакт глаз, тембр голоса, интонацию и др. Эту информацию мы можем получить только посредством «живого» общения.

Если у вас не складываются отношения с друзьями, вы можете обратиться по этому поводу к психологу. Он обязательно вам поможет.

А ещё, можно обратиться к специалистам по телефону доверия.



Иногда одиночество бывает полезным для человека. Необходимо сначала подумать: для чего оно мне дано? За это время можно сделать много интересных дел, которым вы раньше не могли уделить внимание:

- прочесть книгу, о которой давно слышали;
- послушать музыку, которая нравится только вам;
- больше внимания уделить общению с семьей;
- завести домашнее животное;
- заняться давно заброшенным хобби и т.д.

**МБОУ «КАЗАНКОВСКАЯ СОШ»**