

Памятка для педагогов «Личностно-ориентированные способы конструктивной коммуникации с трудными подростками».

Чтобы овладеть личностно-ориентированными способами конструктивного взаимодействия с подростками, нужно изучить их типы характеров, каждый из которых имеет свою специфическую «точку наименьшего сопротивления». **«Точка наименьшего сопротивления»** - это такая особенность в характере подростка, из-за которой он чувствует себя неприспособленным к определенным ситуациям или условиям и ведет себя неадекватно, не так как другие. В то же время в других ситуациях он такой же как все, и не испытывает психологического дискомфорта.

Родители, сверстники и педагоги, не учитывая «точки наименьшего сопротивления» подростка, тем самым, вроде бы из лучших побуждений, создают своим поведением ситуации, в которых подросток испытывает раздражение, стресс, страдает и протестует. Протестные реакции подростков различаются в зависимости от типов их характера.

Хочется отметить, что нет плохих и хороших характеров. В каждом типе характера есть и плохие, и хорошие черты. Знакомясь с описанием типов характера, вы обратите внимание на то, что в каждом из них отмечены сильные стороны характера. Сильные стороны характера не являются положительными чертами характера. Оценочные и нравственные категории им приписываются в зависимости от тех целей, для достижения которых они используются. Знать сильные стороны своего характера – это уже половина успеха в жизни.

Люди делятся не на тех, у кого плохой и хороший характер, а на умеющих использовать сильные стороны своего характера и тех, кто этого не умеет, потому что не хочет узнать себя поближе.

Педагогу для личностно-ориентированного и конструктивного общения с подростками необходимо обладать двумя навыками:

1. Навык распознавания в поведении подростка его типологических особенностей и их учет в построении общения с ним (уметь распознать тип характера, определить признаки давления на «точку наименьшего сопротивления» по объективным признакам ситуации и по поведению подростка в ней; знать особенности переживаний определенного подростка).
2. Навык, необходимый для общения с любым подростком (уметь применить нужный вид поддержки, обладать навыками пассивного, активного и эмпатического слушания, уметь осознавать собственные «Я-слушания» и формулировать «Я-высказывания» в конфликтной ситуации).

Характеристики типов характера.

Название характера	Сильные стороны характера	Провоцирующие факторы	Протестные реакции
Противостоящий, конфронтующий	Активность, выносливость, умение вызвать доверие, общительность, находчивость в нестандартных и стрессовых ситуациях, готовность брать ответственность на себя.	Ситуации, в которых подросток лишен возможности широких контактов со сверстниками и проявления инициативы. Одиночество и монотонная работа, требующая аккуратности. Мелочный контроль и отсутствие аванса доверия со стороны взрослого, чрезмерная опека.	Агрессивность направлена вовне, на окружающих их людей или вещи. Протест всегда действенный (они делают, а не говорят). Побег из дома, противоправное поведение в группе, алкоголизация – все это подросток совершает в компании, где предпочитает быть лидером.
Замкнутый	Способность к принятию нестандартных решений, «холодный» ум, не подверженный субъективным и эмоциональным воздействиям, увлеченность и глубокое знание того, чем интересуется, информированность и склонность к точным фактам, способность долго работать в одиночестве.	Ситуации, в которых подросток вынужден устанавливать неглубокие контакты со многими людьми и оперативно принимать решения.	Сдержанны, их протестные реакции могут появиться в результате долгих раздумий. В случае бесцеремонного вторжения в их внутренний мир грубят или замыкаются в себе.
Вязкий	Упорство в достижении поставленной цели, пунктуальность и обязательность, выносливость и внимание к мелочам, деталям, стремление все сделать точно и четко.	Ситуации, в которых на авторитет и власть подростка покушается более сильный лидер, когда кто-то пытается обидеть его.	Обвиняют всех, кроме себя. Легко впадают в гнев, при сильном раздражении жестоки и не контролируют себя, успокаиваются, только разрядившись на ком-нибудь. Их протестная реакция – месть.

<p>Показной, публичный</p>	<p>Артистизм, развитая интуиция, способность к перевоплощению, стремление к яркому, нестандартному, способность заражать окружающих силой собственных чувств.</p>	<p>Ситуации, в которых на подростка не обращают внимания или низвергают «с пьедестала».</p>	<p>Предпочитают различные формы шантажа «Если ты не сделаешь это, то я». Далее следует угроза, оставляющая равнодушным собеседника, ибо подростки проницательны и точно знают, кого и чего бояться.</p>
<p>Неустойчивый, противоречивый</p>	<p>Умение не переутомляться и наслаждаться жизнью, доверчивость и преданность товарищам.</p>	<p>Ситуации бесконтрольности, отсутствие внешнего контроля и перспективы наказания за проступки.</p>	<p>Протестуют исподтишка, обвиняют всех, кроме себя, с готовностью обещают, но никогда не держат слово. Их протест неосознан, просто они делают, как все (члены компании).</p>
<p>Уязвимый</p>	<p>Мягкость и способность к сопереживанию, быстрая смена плохого настроения на хорошее, развитое чувство благодарности к тем, кто относится к ним с пониманием, проявляет к ним теплые чувства.</p>	<p>Грубость, равнодушие к эмоциональному состоянию подростка, черствость окружающих, отсутствие теплых эмоциональных связей.</p>	<p>Часто плачут, но причиной неудач считают скорее внешние обстоятельства, чем себя.</p>
<p>Тревожный, чувствительный</p>	<p>Острое нравственное зрение, способность чувствовать внутреннюю суть происходящего, ориентация на истинные, а не на показные чувства людей.</p>	<p>Обвинения подростка в не порядочных, с его точки зрения, поступках (предательство, стукачество, вранье). Публичные указания на его физические или другие недостатки.</p>	<p>Не имеют ярко выраженных протестных реакций, если не доведены до отчаяния, во всем обвиняют только себя, причем, как правило, необъективно, в крайних обстоятельствах могут предпринимать попытки нанесения вреда здоровью или самоубийства.</p>

<p>Болезненный, ослабленный</p>	<p>Способность рассчитывать на свои силы.</p>	<p>Ситуации, требующие мобилизации усилий и выносливости: контрольные, экзамены, соревнования, болезнь или смерть близкого человека.</p>	<p>Протестуют очень редко, их протест настолько вытеснен из сознания, что проявляется в виде реальных болезненных симптомов: аллергии, повышения температуры и др.</p>
<p>Консервативный</p>	<p>Способность брать ответственность за здоровье и благополучие других на себя, чувство эмоциональной привязанности к родителям, ответственность за порученное дело, стремление проверять все до мелочей.</p>	<p>Ситуация, требующая принятия решения, оперативных действий, выбора. Повышенные нагрузки и ответственность, возлагаемые близкими.</p>	<p>По форме протеста напоминают чувствительных, их протест выражается словесно: «бурчат», ругаются, но избегают поступков, во всем винят себя.</p>
<p>Подстраивающийся, зависимый</p>	<p>Преданность группе, стремление к устойчивости и стабильности.</p>	<p>Ситуация смены стереотипов, новые люди с непривычными идеями, образом жизни и манерами. Любая ситуация, отношение к которой не регламентировано их группой.</p>	<p>Протестуют так же, как и члены их группы.</p>
<p>Полярный, двойственный</p>	<p>Умение не переутомляться и ежедневно получать сильные и яркие впечатления от жизни, доверчивость и преданность группе.</p>	<p>Ситуация, когда от находящегося в депрессии подростка требуют или ожидают адекватного поведения.</p>	<p>Протестные реакции либо направлены на себя, либо напоминают протест противостоящих.</p>

Стратегия, тактика и поддержка построения конструктивного личностно-ориентированного общения с подростком.

Стратегия определенного типа характера означает способность понять и принять глубинные переживания подростка, построить взаимодействие с ним, не снижая ни своей, ни его самооценки. Оказание помощи только тогда, когда подросток действительно нуждается в ней.

Тактика построения конструктивного личностно ориентированного общения с подростком определенного типа—это владение системой психотехнических навыков общения, помогающих реализовать указанную стратегию с учетом особенностей его характера.

Поддержка – личностно ориентированный, гуманный, конструктивный способ взаимодействия с подростком, позволяющий учитывать особенности его характера.

Название типа характера	Виды поддержки, ориентированной на типологические особенности характера подростка (в чем выражается поддержка, особенности поведения педагога)
Противостоящий, конфронтирующий	Оказание помощи подростку в осознании своих переживаний и причин, приведших к изменению настроения (без излишней морализации). Помощь в активном использовании подростком рефлексии. Педагогу необходимо быть последовательным и ровным в отношениях, уметь «держать удар», не реагировать на провокации со стороны подростка.
Замкнутый	Давать подростку развернутые описания других людей, поясняя возможные причины их поступков. Поддерживать интерес подростка к окружающим людям и выработать у него навык вставать на позицию другого (окажись ты в такой ситуации, что бы мог почувствовать, подумать, сделать?)
Вязкий	Оказание помощи в прояснении отношений со сверстниками, выработке гибких реакций во взаимодействии с ними. Для этого приветствовать в подростке любые неэгоистические проявления, хотя бы на поведенческом уровне (поделиться с кем–то, помочь, поздравить товарища с успехом и т. д.)
Показной, публичный	С одной стороны, обращать внимание подростка на то, что неадекватная форма поведения может быть не принята окружающими, вызвав их раздражение. С другой стороны, поощрять творческие проявления в искусстве, спорте, в любом виде деятельности.

<p>Неустойчивый, противоречивый</p>	<p>Приветствовать, поддерживать и поощрять в подростке любые проявления произвольности, т. е. внутреннего (собственного), а не внешнего контроля за поведением. Помогать в выработке внутренней позиции и собственного мнения подростка с самим собой, но в более ранний период.</p>
<p>Уязвимый</p>	<p>Оказывать эмоциональную поддержку (но не навязчиво) в нахождении друга. По возможности ограждать от насмешек. Чаще хвалить, ободрять, но без привлечения всеобщего внимания и создания ажиотажа.</p>
<p>Тревожный, чувствительный</p>	<p>Разубеждать подростка в его мнении о себе как о неполноценном, ущербном и т. д. Помнить, что он нуждается в длительной поддержке. На каждый «минус» помочь ему найти два «плюса».</p>
<p>Болезненный, ослабленный</p>	<p>Внимательно относиться к жалобам подростка. Стимулировать его к точному определению своих чувств (отличать от ощущений). Поощрять любые переживания подростка (как ответ на ситуацию), не похожие на уход в болезнь. Поддерживать в нем бодрость духа, заряжать оптимизмом.</p>
<p>Консервативный</p>	<p>Стимулировать подростка в проговаривании своих чувств и переживаний. Помогать находить множества вариантов решения проблемы, стимулировать обсуждение плюсов и минусов каждого варианта. Поощрять нахождение любого нестандартного выхода из сложной ситуации. Уважать выбор подростка.</p>
<p>Подстраивающийся, зависимый</p>	<p>Поощрять любые проявления «самости» в подростке. Разъяснять ему негативные последствия его излишнего подстраивания под группу. Информировать подростка в случае заинтересованности о различных неформальных группировках, их положительных и отрицательных сторонах. Оказывать влияние на окружение подростка (его референтную группу).</p>
<p>Полярный, двойственный</p>	<p>Требуется гибкая тактика взаимодействия в зависимости от настроения подростка: спад настроения – ровное, теплое отношение, избегание критики и наказания, не фиксировать внимание на неудачах; подъем настроения – последовательное, ровное отношение.</p>