Согласовано Согласовано

Заведующий по научно-методической работе Заместитель директора по учебной работе

 ГБПОУ РТ «Кызылский ТТ» ГБПОУ РТ «Кызылский ТТ»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В.Санькова \_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В.Намай

 «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_20 \_\_г. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_20 \_\_г.

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА СЕМИНАРА**

**на тему: «*Поколение Z: основные характеристики и***

***взаимосвязь характерных особенностей***

***подросткового возраста и проблем, с ними связанных»***

 Выполнил преподаватель:

 Высочанская Е.А.

Мязина Н.В.

 Рассмотрено на заседании ПЦК

 экономических дисциплин

 протокол №\_\_\_\_

 от «\_\_\_\_» 20 \_\_\_г.

 Председатель ПЦК

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Кызыл 2021г.**

Это явление особенно набрало силу в последние лет семь. Выросло целое поколение молодых людей, которые «ничего не хотят». Ни денег, ни карьеры, ни личной жизни. Они просиживают сутками за компьютерами, их ничего не интересует. Как правило, их удовлетворяет та жизнь, которая у них уже есть.

К поколению Z относятся люди, рожденные в 2000 году (и моложе).

**Характерные черты поколения Z:**

 хорошо и быстро работают с любой информацией; это поколение креативщиков и интернет-предпринимателей;

 клиповое мышление; они воспринимают краткую и наглядную информацию, фиксируют свое внимание на информации не более 8 секунд;

 не утруждаются запоминать информацию, так как в любой момент ее можно посмотреть в интернете;

 могут делать несколько дел одновременно (делать уроки, слушать музыку, вести переписку в социальных сетях);

 инфантилизм;

 не видят разницы между реальным и виртуальным миром;

 уверенность в своей исключительности.

**Потребности поколения Z:**

 коммуникация с людьми, не выходя из дома;

 безопасность;

 быть в тренде: современные подростки и молодежь следят за высокотехнологическими новинками; основная задача – как можно быстрее приобрести новый гаджет;

 удовольствие от жизни: стремительный успех. Трудности расцениваются как неправильно выбранный путь;

 жажда признания уникальной личности.

**Ценности поколения Z:**

Дети поколения Z позиционируют себя как индивидуальных, самодостатоточных личностей. К основным ценностям они относят:

1) богатый внутренний мир, уникальность каждой личности, модно быть умным;

2) уважение к личному пространству других людей;

3) высокий уровень мастерства в выбранной профессии;

4) стремление к лидерству;

5) поиск своего пути;

6) любая деятельность должна быть в радость;

7) комфорт и спокойствие.

**При работе с подростками и молодежью поколения Z необходимо учитывать следующие особенности их развития:**

1. Единственный способ взаимодействия с ними – это убеждение. Апеллировать к авторитету, традициям, опыту бесполезно.

2. Они не строят долгосрочных планов. Они живут здесь и сейчас.

3. С людьми старше себя по возрасту (родители, учителя, преподаватели) выстраивают партнерские отношения. Обострено чувство равенства в принятии решений, так как считают себя «продвинутыми» членами общества в сравнении со своими родителями и учителями.

4. Для поколения Z свойственно скорее тихое сопротивление, чем открытый бунт. В целом они не стремятся к разрушению, они ценят спокойствие и стремятся избегать конфликтов, стараются формально следовать правилам, при этом поступают, как считают нужным, не всегда ставя в известность о своих решениях взрослых.

5. Молодежь живет с установкой, что «в жизни нужно попробовать все», жизнь по ежедневному расписанию презирается и воспринимается как неудача.

6. Молодое поколение не стремится изменить мир и человечество. Самое главное – обеспечить комфорт себе и своим близким. Ярко выражена установка на индивидуализм.

7. Самое страшное для нового поколения – сделать неправильный выбор. Свобода выбора для них не помощь, а затруднение.

8. Практичность как одна из ценностей современной молодежи позволила сформировать здоровый взгляд на карьеру. Мечты стать космонавтом уступили место страхам ничего не добиться в жизни. Потребность в высокой оплате труда на фоне собственной уникальности позволяет не привязываться к учебе в целом.

9. Современное поколение страдает от симптома «упущенной выгоды». Поэтому, работая с подросткам, необходимо ставить четкие цели и задачи, которые дают быстрый видимый результат, расписывая все нюансы.

10. Для поколения Z очень важна персонализация их личности. Они обладают большими возможностями выбирать и контролировать свои предпочтения.

11. Создание интереса у современной молодежи возможно путем привлечения их к участию в больших проектах, даже если это будет небольшой этап одной из задач, но ощущение причастности к чему-то большему очень хорошо их мотивирует. При этом сроки выполнения задач должны быть строго регламентированы – это единственное ограничение, которое приемлемо для этого поколения.

Говоря о поколении Z особенно хочется заострить внимание на особенностях подросткого периода, так как именно в это время происходит усиленное развитие личности ребёнка и любые его трудности чаще всего связывают с половым созреванием. В этом случае подростковый возраст характеризуется резкой сменой настроения, эмоциональной неустойчивостью. Этот кризисный и трудный период несет с собой специфические (и в то же время типичные) проблемы, определяемые особенным социальным статусом и состоянием психики подростка.

Итак, давайте рассмотрим взаимосвязь характерных особенностей подросткового возраста и проблем, с ними связанных.

*Проблема общения со сверстниками* - одна из основных проблем подросткового возраста, поскольку именно отношения с друзьями, товарищами занимают центральное место в жизни подростка, определяют его увлечения, поведение, стремления.

Для подростка важно занимать высокое, а порой и лидирующее, положение среди сверстников. И именно неспособность добиться этого может стать причиной непослушания, а возможно, и совершения правонарушений подростком. Зачастую, взрослые недооценивают данную проблему. Отношения подростка со взрослыми являются довольно напряженными. Одной из причин возникновения данной проблемы является отсутствие понимания взрослыми стремлений, мотивов поступков подростков. Как правило, взрослые воспринимают подростков как детей и общаются с ними как с детьми, отвергая возможность общения «на равных».

Еще одной проблемой является *игнорирование взрослыми позитивных черт при взрослении подростка*. Как правило, они замечают только негативные последствия взросления – скрытность, грубость, непослушание и т.д.

Проблема взаимоотношений между подростками и их родителями определяется во многом своеобразной дисгармонией интересов детей и родителей. Родители интересуются своими детьми, их жизнью, в то время как молодые люди мало интересуются той частью жизни родителей, которая выходит за рамки жизни семьи. Следствием плохих отношений с родителями может стать побег из дома. Причиной может быть и желание проявить самостоятельность или проверить любовь родителей к себе.

*Рассеянность, несобранность, резкая смена настроения.*

Родителям эта проблема доставляет много беспокойства. Многие подростки не соблюдают распорядок дня, нерегулярно питаются, содержат личные вещи в беспорядке. Эмоциональное состояние становится нестабильным, может резко меняться настроение. Подростки открыто показывают свои эмоции, легко впадают в меланхолию, могут заплакать. Такая особенность подростковой психики обуславливает глубину переживаний по значимым для подростка поводам: стрессы, разногласия и конфликты с близкими людьми могут переживаться достаточно остро. Поводов для стресса в подростковом возрасте великое множество: ссоры с родителями и сверстниками, разочарования в личных отношениях, неудачи в учебной деятельности, другие психотравмирующие ситуации. Периоды сниженного настроения могут встречаться у всех подростков, однако у некоторых из них они могут достигать особенной глубины и длительности. В таких случаях речь идет подростковой депрессии – или «юношеской астенической несостоятельности». Она проявляется в неспособности к концентрации мыслей, отвлекаемости, снижении активности и работоспособности, повышенной утомляемости, нарушениях сна. Что особенно важно, в последние годы отмечается значительный рост количества детско-подростковых депрессий, связанных со школьным обучением и психотравмирующими взаимоотношениями с учителями. Такие депрессии всегда сопровождаются явлениями школьной дезадаптации

*Застенчивость, робость.*

Данная проблема очень часто встречается в подростковом возрасте. Чаще всего робость возникает из-за заниженной самооценки, комплексов, связанных с внешностью. Неудовлетворенность внешностью может вызывать настоящие страдания, не всегда разделяемые взрослыми. Однако, зная эту особенность, можно объяснить многие «непонятные» поступки подростков: чрезмерное злоупотребление косметикой, слепое следование моде, голодание, одержимость спортивными занятиями. Часы, проведенные у зеркала. И даже пропуски учебных занятий – после неудачных попыток. В норме озабоченность собственной внешностью встречается у подавляющего большинства подростков и со временем проходит; реже такой синдром является проявлением особой формы подростковой психопатии.

В подростковом возрасте *обостряется интерес к своим физическим и психическим особенностям, возрастает озабоченность по поводу своего физического, интеллектуального, характерологического или нравственного несовершенства*, стремление к саморазвитию, повышенная рефлексия, попытка выработки мировоззрения.

Одно из самых ярких свойств подросткового возраста – *появление серьезной потребности в самостоятельности и независимости*, которые нередко проявляются в оппозиционном поведении, «критиканстве», игнорировании авторитетов. Речь идет о подростковых конфликтах с родителями, продолжающими чрезмерно контролировать и опекать выросших детей.

Еще одной проблемой, связанной со школьным обучением, является *снижение учебной мотивации подростков*. Педагоги и родители нередко жалуются на потерю интереса к учебе: подростки перестают выполнять домашние задания, нередко прогуливают уроки и не демонстрируют желания овладевать школьной программой. Объяснений этому феномену может быть несколько. Потеря интереса к учебе часто связана с невозможностью усвоить школьную программу. Именно в средних классах пробелы в знаниях учащихся становятся настолько явными, что уже не дают возможности двигаться вперед – сказывается недостаточность базовых знаний. Также существует мнение, что снижение учебной мотивации чаще всего встречается у инфантильных, незрелых подростков, которые не в состоянии сформировать собственную систему мотивов и ценностей.

**Так что, делать родителям в сложившихся ситуациях???**

Хвалить за успехи, подбадривать при встрече с препятствиями, поддерживать в моменты неудач и проявлять доверие, позволяя ребенку практиковаться в новых умениях и навыках. Не забывайте, что именно дома происходят первые и очень важные победы и поражения ребенка. Его способности убеждать и вызывать восхищение, умение принять поражение или горькую весть с достоинством закладываются и формируются родителями. Значит, родители должны не только наслаждаться вместе с ребенком его победами, но и учить его проигрывать, не испытывая при этом ощущения трагического провала или позорного поражения.

*Помните! Если родители драматизируют каждое незначительное происшествие, то ребенок вырастет тревожным, не уверенным в себе, будет испытывать неловкость, выступая на публике, и т.д.*

При любой неудаче ребенка, истинной или мнимой, надо предложить ему повторить попытку, исправить ошибку. Но со стороны родителей это должно быть подбадривание – акт дружелюбия и заботы, а не деспотичный приказ с угрозами.

Если вы разочарованы в своем ребенке, он непременно это почувствует, и его вера в собственные силы будет подорвана. Примите своего ребенка победителем и побежденным, сильным и слабым, тогда его шансы стать успешным многократно повысятся.

Литература

1. Авдулова, Татьяна Возрастные кризисные явления в формировании идентичности подростков: моногр. / Татьяна Авдулова. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2018**. - 132 c.
2. Айхорн, Август Трудный подросток / Август Айхорн. - М.: Эксмо-Пресс, Апрель-Пресс, **2017**. - 304 c.
3. Аксюта, Максим Почему одни подростки трудны, а другие - нет. Воспитание с помощью окружения / Максим Аксюта , Татьяна Сандлер. - М.: В Круге, **2018**. - 360 c.
4. Александр, Дедушка Как научить детей дружбе? Психологическая работа с подростками: моногр. / Дедушка Александр. - М.: Речь, **2015**. - **825** c.
5. Алёшина, Наталья Представления об объектах экологического риска у подростков: моногр. / Наталья Алёшина. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2019**. - 188 c.
6. Ананьев, Андрей 50 возможностей не допустить самоубийства. Родителям, которые хотят на самом деле понимать своего ребенка / Андрей Ананьев , Наоми Ананьева. - М.: АСТ, 2016. - 256 c.
7. Анжела, Певнева und Елена Татарникова Личностные особенности подростков и стиль воспитания в неполной семье / Анжела Певнева und Елена Татарникова. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2015. - 92 c.
8. Анищенко, Светлана Подростковый возраст: профессия и гендер / Светлана Анищенко. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2015**. - 136 c.
9. Анн, Людмила Психологический тренинг с подростками / Людмила Анн. - М.: Питер, **2017**. - 272 c.
10. Астапов, В. М. Коморбидность тревоги и подростковой депрессивности / В.М. Астапов, А.Н. Гасилина. - М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный университет, **2015**. - 272 c.
11. Баженова, Оксана Викторовна Детская и подростковая релаксационная терапия. Практикум / Баженова Оксана Викторовна. - М.: Генезис, 2016. - **180** c.
12. Балыко, Д. Как разговаривать с подростками, или НЛП для родителей / Д. Балыко. - М.: Студия АРДИС, **2017**. - **177** c.
13. Башкирова, Нина Современный ребенок и его проблемы. Детский сад, школа, телевизор, дом, интернет, улица / Нина Башкирова. - М.: Наука и техника, **2015**. - 240 c.
14. Беличева-Семенцева, Светлана На переломе эпох. Исповедь психолога / Светлана Беличева-Семенцева. - М.: Алгоритм, 2015. - **296** c.
15. Бойко, В. В. Трудные характеры подростков: развитие, выявление, помощь / В.В. Бойко. - М.: Союз, **2019**. - 160 c.
16. Булгаков, Алексей Наши неуправляемые подростки / Алексей Булгаков. - М.: Москва, **2017**. - 432 c.
17. Быстрова, Юлия Особенности конфликтного поведения умственно отсталых подростков / Юлия Быстрова. - М.: Palmarium Academic Publishing, **2019**. - 276 c.
18. Василькова, Ю. В. Быть мужчиной. Быть женщиной. Тренинг полоролевой идентичности для подростков / Ю.В. Василькова. - М.: Речь, **2016**. - 128 c.
19. Вассерман, Л. И. Родители глазами подростка. Психологическая диагностика в медико-педагогической практике / Л.И. Вассерман, И.А. Горьковая, Е.Е. Ромицына. - М.: Речь, **2017**. - 256 c.
20. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер. - М.: АСТ, Астрель, Харвест, **2015**. - **771** c.
21. Гребенникова, Ольга Тренинг социальной компетентности для подростков / Ольга Гребенникова. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2017**. - 56 c.
22. Григорович, Л. А. Проблема нравственного развития подростка: моногр. / Л.А. Григорович. - М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный университет, **2017**. - 248 c.
23. Дебесс, Морис Подросток / Морис Дебесс. - М.: Питер, **2019**. - 128 c.
24. Демьянович, Оксана Субъективные представления подростков о конфликте / Оксана Демьянович. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2016**. - 124 c.
25. Дени, Мадлен Самостоятельные мамы / Мадлен Дени. - М.: Клевер-Медиа-Групп, **2018**. - 208 c.
26. Джоли, Кэри Мальчики и секс / Кэри Джоли. - М.: Феникс, **2017**. - **749** c.
27. Дмитрий, Подольский Возрастно-психологические особенности "трудных подростков" / Подольский Дмитрий , Екатерина Пупырева und Ирина Борисова. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2019**. - 124 c.
28. Дэниел, Сигел Дисциплина без драм. Как помочь ребенку воспитать характер / Сигел Дэниел. - М.: Альпина нон-фикшн, 2017. - **59** c.
29. Дэниэл, Дж. Сигел Вне зоны доступа. Как не потерять контакт с ребенком в переходном возрасте / Дэниэл Дж. Сигел. - М.: Эксмо, **2019**. - **465** c.
30. Дэниэл, Дж. Сигел Растущий мозг. Как нейронаука и навыки майндсайт помогают преодолеть проблемы подросткового возраста / Дэниэл Дж. Сигел. - М.: Эксмо, **2018**. - **613** c.
31. Егоров, А. Ю. Расстройство поведения у подростков. Клинико-психологические аспекты / А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов. - М.: Речь, **2017**. - 448 c.
32. Емельянова, Елена Владимировна Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге / Емельянова Елена Владимировна. - М.: Генезис, 2015. - **478** c.
33. Забродина, Дарья Структура самосознания подростков с суицидальными намерениями: моногр. / Дарья Забродина. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2018**. - 132 c.
34. Иванченко, Валерия Подростки из неполных семей / Валерия Иванченко. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, **2017**. - 164 c.
35. Ипатов, Андрей Подросток. От саморазрушения к саморазвитию. Программа психологической помощи / Андрей Ипатов. - М.: Речь, **2019**. - 112 c.