**Родительский университет**

**Консультация “Свободное время и его значение в формировании личности подростка”**

Цель: Расширение и углубление знаний родителей по вопросам организации досуга детей.

Свободное время, его организация, играет важную роль в развитии личности. **Досуговая деятельность - это сфера самовоспитания и самоопределения.** Подросток в соответствии с собственными установками и предпочтениями выбирает определенный вид деятельности.
Развитие навыков и способностей, умственная и физическая активность в свободное время - все это формирует определенные социальные качества и потому влияет на творческий потенциал и нравственную основу не только личности, но и общества.
В последнее десятилетие социологи и педагоги обращают внимание на проблему неразвитости досуга подростков. Действительно ли подросток выбирает определенный вид досуга, или выбор уже сделан до него? Может быть, он, в сущности, не выбирает, а использует то, что есть? А если выбор сделан, то в пользу свободы для чего-то или от чего-то? Становится ли время досуга пространством самореализации и самосовершенствования, или это время свободы от родительского контроля и надзора учителей?
Человек формируется как личность в разных видах общественной деятельности. ***Личность подростка находится в процессе социализации, под влиянием различных факторов, это, прежде всего, - особенности воспитания и проведения досуга в семье, отношение к чему-либо, приоритеты, установки, ценности в семье подростка; неформальное окружение, компания; школа, отношение подростка к системе ценностей, прививаемых семьёй и школой и т.п.***Важным элементом развития личности является ее направленность, т.е. его потребности, интересы, взгляды. Направленность личности отражается в выборе определенного вида деятельности в качестве отдыха. А от того, ***направлена ли досуговая деятельность подростка на духовное или физическое развитие или в ней преобладает разрушающий и пассивный отдых, зависит развитие личности.***

Развитие навыков и способностей, умственная и физическая активность в свободное время - все это формирует определенные социальные качества и потому влияет на творческий потенциал и нравственную основу не только личности, но и общества.
Для того чтобы деятельность подростка во время досуга не приводила к бездумному времяпрепровождению и не способствовала бы возникновению криминогенных ситуаций, необходимо развивать у них умения самоанализа, адекватную самооценку, разумное управление своим поведением. Все эти умения приобретаются в процессе успешного овладения подростками навыками самоорганизации. Досуг подростков, как уже было замечено, отличается сложностью и противоречивостью. Во-первых, имея возможность выбирать занятия на досуге по собственному желанию, молодые люди часто не готовы к осознанному выбору видов деятельности, способствующих полноценному формированию личности. Во-вторых, стремясь к самостоятельности в выборе форм использования досуга, подростки, тем не менее ограничены определенным кругом социальных ролей, по сравнению со взрослыми. Отсюда, с одной стороны, не обладая устойчивостью интересов в плане проведения досуга, подростки более охотно перенимают от взрослых их модели его заполнения, причем не всегда положительные и соответствующие уровню их физического и психического развития.

Каждый из видов досуговой деятельности может быть использован для самоорганизации или организации досуга подростка. Иногда досуг подростка выходит на первое место в его жизнь. Поэтому очень важно в этот период заполнить свободное время подростка. Только не надо забывать, что организация досуговой деятельности должна проходить не под принужденем подростка, а только с согласия и заинтересованности взрослеющего ребёнка.

Под *содержанием досуговой деятельности* подразумеваются:

- непосредственные переживания, впечатления и состояния, которые испытывает человек, включенный в конкретный вид досуговогo занятия и тем самым удовлетворяющий свои потребности;

- осмысление человеком воспринимаемой информации, художественных образов, общего культурного контекста, который в этой время оказывается в фокусе его внимания;

- его оценки, которые возникают у него по поводу качества отдыха, а также услуг, если они ему оказываются в этом процессе.

Естественно, что в период досуга человек стремится испытать положительные эмоции, сосредоточиться на конструктивных мыслях, по­лучить качественный сервис – словом, добиться тех состояний, которые связаны с рекреационным эффектом.

Современный человек чаще рассматривает досуг как личное досто­яние, в рамках которого он реализует свободу действий. Конечно, досу­говая деятельность актуальна для человека, поскольку позволяет ему восстанавливать работоспособность (спорт, игры на воздухе, оздорови­тельные занятия), расширять самосознание (обращение к искусству, фи­лософии), самореализовываться и снимать стрессы (любительские за­нятия, развлечения). Досуг предоставляет возможность осмыслить ин­дивидуальные особенности: врожденные качества характера, творческий потенциал, уровень интеллектуального развития. В занятиях любимым делом, в уединении человек способен сосредоточиться на своих про­дуктивно-волевых возможностях.

Досуг – возможность человека заниматься в свободное время разнообразной деятельностью по своему выбору.

***Виды досуговой деятельности можно классифицировать по пяти группам: отдых, развлечения, праздники, самообразование, творчество***.

**Отдых** снимает усталость и восстанавливает физические и духовные силы. Пассивный отдых снимает напряжение расслаблением, созерцанием природы, размышлением и т.п. Активный отдых представляет собой физическую и культурную деятельность (физкультура, туризм, чтение, слушание музыки и т.п.).

**Развлечения** (просмотр кинофильмов, посещение театров, концертов, музеев, экскурсии, путешествия и т.п.) имеют компенсационный характер и обеспечивают человеку смену впечатлений.

**Праздники** сочетают в себе отдых и развлечения, позволяют человеку ощутить эмоциональный подъём.

**Самообразование** (чтение, лекции, диспуты, семинары и пр.) приобщает людей к ценностям культуры и сочетает в себе приобретение знаний с развлечениями.

**Творчество** обеспечивает наиболее высокий уровень досуговой деятельности. Детский досуг осуществляется, прежде всего в семье, а также в специальных учреждениях (библиотеки, музеи, клубы, дома творчества, спортивные секции, любительские объединения по интересам и др.).

***Самой распространённой формой проведения досуга подростков является общение***. Все исследователи психологии подросткового возраста так или иначе сходятся в признании того огромного значения, которое имеет для подростков общения со сверстниками, поэтому одной из главных тенденций подросткового возраста является переориентация общения с родителей, учителей и вообще старших на ровесников, более или менее равных по положению.

Потребность в общении со сверстниками, которых не могут заменить родители, возникает у детей очень рано и с возрастом усиливается. Поведение подростков по своей специфике, является коллективно-групповым. Такую специфику поведения подростков некоторые учёные объясняют так:

Во-первых, общение со сверстниками – очень важный канал информации, по нему подростки узнают многие вещи, которых по тем или иным причинам им не сообщают взрослые.

Во-вторых, это специфический вид механических отношений. Групповая игра и другие виды совместной деятельности вырабатывают необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права.

В-третьих, это специфический вид эмоционального кон­такта. Сознание групповой принадлежности, солидарности, товарищес­кой взаимопомощи даёт подростку чувство благополучия и устойчивости.

Чувство одиночества и неприкаянности, связанное с воз­растными трудностями становления личности, порождает у подрос­тков неутомимую жажду общения и группирования со сверстниками, в обществе которых они находятся или надеются найти то, в чем им отказывают взрослые: спонтанность, спасение от скуки и признание собственной значимости. ***Для подростка важно не только быть вместе со сверстниками, но, и, глав­ное, занимать среди них удовлетворяющее его положение***. Для некоторых - это стремление может выражаться в желании занять в группе позицию лидера, для других - быть при­знанным, любимым товарищем, для третьих - непререкаемым авторитетом в каком-то деле, но в любом случае оно является ведущим мотивом поведения подростков, особенно младших под­ростков.

Досуг является благоприятной почвой для испытания подростками  фундаментальных человеческих потребностей. В процессе досуга ребенку гораздо проще формировать уважительное отношение к себе, даже личные недостатки можно преодолеть посредством досуговой активности. Досуг в существенной степени ответственен за формирование характера ребенка, в частности таких качеств как инициативность, уверенность в себе, сдержанность, мужественность, выносливость, настойчивость, искренность, честность и д. р. Досуг при известных обстоятельствах может стать важным фактором физического развития детей. Любимые занятия в часы досуга поддерживают эмоциональное здоровье. Досуг способствует выходу из стрессов и мелких беспокойств. Особая ценность досуга заключается в том, что он может помочь ребенку, подростку, юноше реализовать то лучшее, что в нем есть.

          Можно выделить реальный досуг (общественно полезный) и мнимый досуг (асоциальный, личностно значимый).

**Реальный досуг** никогда не находится в разрыве как с самой личностью, так и с обществом. Наоборот, это состояние деятельности, создание свободы из необходимых повседневных дел, время для отдыха, развлечения.

**Мнимый досуг**-это, прежде всего насилие, любо над собой, либо над

обществом, и как результат разрушение себя и общества. Мнимый досуг

обусловлен неумением проводить свое время, это бесцельное

время препровождение, приводящее к асоциальным поступкам.

          Таким образом, можно констатировать, что сущностью

детско-юношеского досуга является творческое поведение (взаимодействие с окружающей средой) подростков в свободной для выбора рода занятий и степени активности пространственно-временной среде, детерминированный внутренне(потребностями, мотивами, установками, выбором форм и

способов поведения) и внешне (факторами, порождающими поведение).

**Рекомендации родителям:**

1. Родители должны стараться общаться с ребёнком так, чтобы он доверял им, открывался в своих проблемах;

2. Родителей и ребёнка должен объединять не только совместный труд, но и совместные увлечения и праздники.

3. Родители должны поощрять посещение ребёнком учреждений дополнительного образования;

4. Родители должны контролировать увлечения ребёнка, с кем общается их ребёнок;

5. Дома родители должны создавать ребёнку «ситуацию успеха», чтобы он чувствовал собственную значимость;

6. Исключить в общении с сыном или дочерью ругань, крики, скандалы, критику и т.д.