

Нашаи дeтИ

-

пoдpocткИ



Ассоциации к слову подросток, подростковый возраст

Подросток:

-
-
-
-

Подростковый возраст:

Чем, по-вашему, характеризуется подростковый возраст? Какие изменения происходят в детях? Какие проблемы возникают при общении с детьми? Возникают ли вообще?

-
-
-
-

Ассоциации детей к слову подросток, подростковый возраст

Подросток –

человек, у которого нет цели, которому больше хочется развлекаться, не думая о будущем;

человек, который находится на стадии переходного возраста от 14 до 18 лет;

человек, который переходит от младшего возраста во взрослую жизнь;

человек, который осознает все трудности жизни;

это ребенок, который считает себя взрослым, хотя на самом деле им не считается;

достаточно взрослый юноша или девушка от 13 до 16 лет;

человек, который может выражать свое мнение, понимать окружающих, хранить секреты;

человек, который имеет свое мнение на жизнь;

человек, мнение которого часто не совпадает с мнением родителей.

Период полового созревания

Снижение
работоспособности

Снижение
интереса к
учебе

Невнимательность,
рассеянность

Вспыльчивость

Повышенная
чувствительность

Половое созревание зависит от эндокринных изменений в организме

- Интенсивное физическое и физиологическое развитие увеличиваются рост и вес
- Изменение роста и веса сопровождается изменением пропорций тела *дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими*
→
- Появляются вторичные половые признаки – **внешние признаки полового созревания**
- Возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга *для подростков характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса, которые вызывают быструю смену физического состояния и, соответственно, настроения*

В подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.

Ребенок вынужден постоянно приспосабливаться к физическим и физиологическим изменениям, происходящим в его организме, переживать **«гормональную бурю»**.
Подростки как будто все время находятся в **состоянии стресса**.



Новый образ физического «Я»

Резко повышается интерес к своей внешности:

- Ребенок остро переживает все изъяны внешности, действительные и мнимые
- Непропорциональность частей тела, неловкость движений, неправильность черт лица, кожа, теряющая детскую чистоту, излишний вес или худоба - все расстраивает, а иногда приводит к чувству неполноценности, замкнутости, даже неврозу
- Тяжелые эмоциональные реакции на свою внешность смягчаются при теплых, доверительных отношениях с близкими взрослыми, которые должны проявить и понимание, и тактичность

Развитие самосознания

В подростковом возрасте
последовательно появляются две
особые формы самосознания:

**чувство взрослости и
« Я-концепция »**

Как проявляется чувство взрослости подростка?

- В желании, чтобы все – и взрослые и сверстники – относились к нему не как к маленькому, а как к взрослому

*Претендует на равноправие
в отношениях со взрослыми
и идет на конфликты,
оставив свою «взрослую»
позицию*

- В стремлении к самостоятельности, желании оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства родителей

*Вопросы
внешности,
отношений со
сверстниками,
иногда учебы*

- Появляются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения

*Все нестабильно,
взгляды могут
измениться через
неделю*

- Появляется моральный «кодекс», предписывающий подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками:

*взаимная поддержка,
помощь в случае нужды,
уверенность в друге и доверие к нему,
защита друга в его отсутствие,
принятие успехов друга,
эмоциональный комфорт в общении.*

*«Один за всех
и все за
одного»*

Формируется «Я - концепция» ребенка

*Примерно в 12-13 лет возникает интерес к своему
внутреннему миру, а затем происходит постепенное
усложнение и углубление самопознания*



Формируется образ «реального Я» и «идеального Я»

Реальное «Я»

- Представления о собственной внешней привлекательности
- Представления о своем уме
- Представления о своих способностях в разных областях
- Представления о силе характера, общительности, доброте и других качествах

Идеальное «Я»

- Идеальное «Я» может сильно отличаться от реального
- Когда идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию.

Общение со сверстниками

- Ведущая деятельность в этот период – **интимно-личностное общение**
- Подростковая дружба – сложное, часто противоречивое явление
- «Счастье – это когда тебя понимают»
- Близкие друзья – ровесники одного и того же пола, учатся в одном классе, принадлежат к одной и той же среде

Неформальные группы

- Взаимная симпатия
- Общие интересы, занятия
- Способы развлечений, место проведения свободного времени

Общение со взрослыми

- Влияние родителей уже ограничено
- Ценностные ориентации подростка, понимание им социальных проблем, нравственные оценки событий и поступков зависят в первую очередь от позиции родителей
- Для подростков характерно стремление к эмансипации от близких взрослых:

нуждаясь в родителях, их любви и заботе, в их мнении, они испытывают сильное желание быть самостоятельными, равными с ними в правах.



Поведенческие особенности подростков:

«Подростковый комплекс»

- Стремятся быть взрослыми, но избегают ответственности
- Выбирают себе кумиров
- Проявляется соревновательный мотив
- Чувствительность к оценке посторонних своей внешности
- Целеустремленность, настойчивость и импульсивность,
- Неустойчивость может смениться апатией, отсутствие стремлений и желаний что-либо делать,
- Повышенная самоуверенность, безапелляционность
- в суждениях быстро меняется ранимостью и неуверенностью в себе;
- крайняя самонадеянность и безапелляционные суждения в отношении окружающих
- внимательность порой уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость с развязностью, желанием быть признанным и оцененным другими - с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами - с обожествлением случайных кумиров

Памятка для родителей



- 1. Если ребенок сообщил Вам о своих неприятностях, не стоит хвататься за сердце, кричать, плакать и обвинять его. Иначе в следующий раз Ваш ребенок как следует, подумает, прежде чем сказать правду. Ведь ему не нужны лишние проблемы, и он не хочет стать причиной Ваших страданий**
- 2. Принимайте ребенка таким, какой он есть, ведь он нуждается не в критике, а прежде всего - в понимании и сочувствии.**
- 3. Выслушивайте ребенка. Если человек умеет слушать, то видно, что ему интересно, он старается понять, что ему говорят, он старается узнать о чувствах, о взглядах своего ребенка, не вступая с ним в спор.**
- 4. Умейте поставить себя на место своего ребенка. Подростку часто кажется, что с теми проблемами, с которыми ему пришлось столкнуться, никто раньше не сталкивался, поэтому относитесь к его проблемам серьезно.**
- 5. Старайтесь обнаружить истинную проблему своего ребенка и, не разрушая его собственного решения, попытайтесь помочь преодолеть трудную ситуацию самостоятельно.**

6. *Рассказывайте своему ребенку о себе. Детям часто трудно представить, что Вы тоже были молодыми. Не бойтесь говорить ребенку о своей молодости, о тех ошибках, которые сами совершали.*
7. *Не предъявляйте ребенку завышенных требований. Идеальных детей не бывает. Иначе он будет рассказывать только то, что хотят услышать родители.*
8. *Старайтесь не унывать, сталкиваясь с проблемой. Глядя на то, как Вы решаете свои проблемы. Ваш ребенок будет учиться не паниковать в трудной ситуации.*
9. *Развивайте здоровое чувство юмора в себе и в своем ребенке. Часто именно юмор спасает нас от стресса.*
10. *Учитесь радоваться своим и чужим победам и учите этому своего ребенка.*
11. *Старайтесь говорить правду своим детям. Если ребенок часто уличает Вас во лжи, с какой стати он сам станет говорить Вам правду?*





**Желаем удачи в
воспитании детей!**

