

Подростковый возраст

*материалы
для
родительского собрания*

В возрасте 12-16 лет меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно обесценивается, появляются новые кумиры, подросток перестает прямо копировать взрослых, характер взаимоотношений с взрослыми и родителями часто носят протестный характер. В этом возрасте очень вероятно «заражение» фанатизмом т.к. подростки тянутся ко всему необычному, часто увлекаются неформальными течениями.





Внешне кризис подросткового возраста проявляется в грубости, скрытности и нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых, в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения.



Самый главный вопрос подросткового возраста – это **половое созревание**.

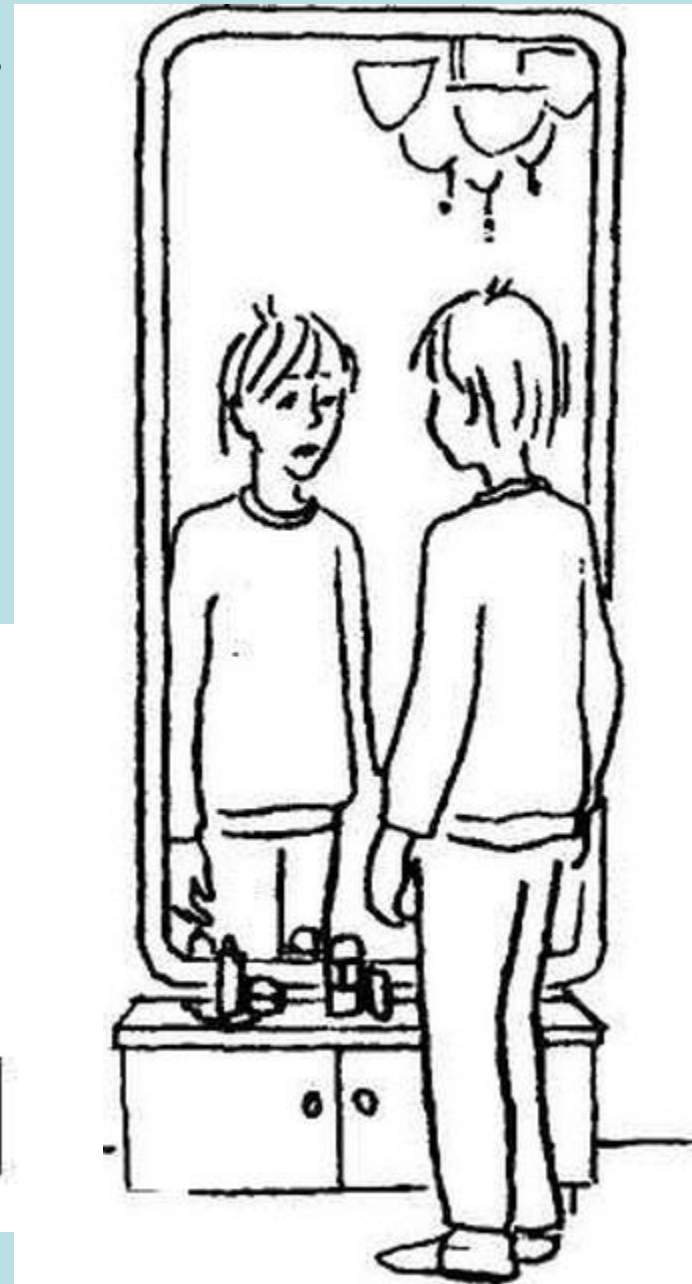
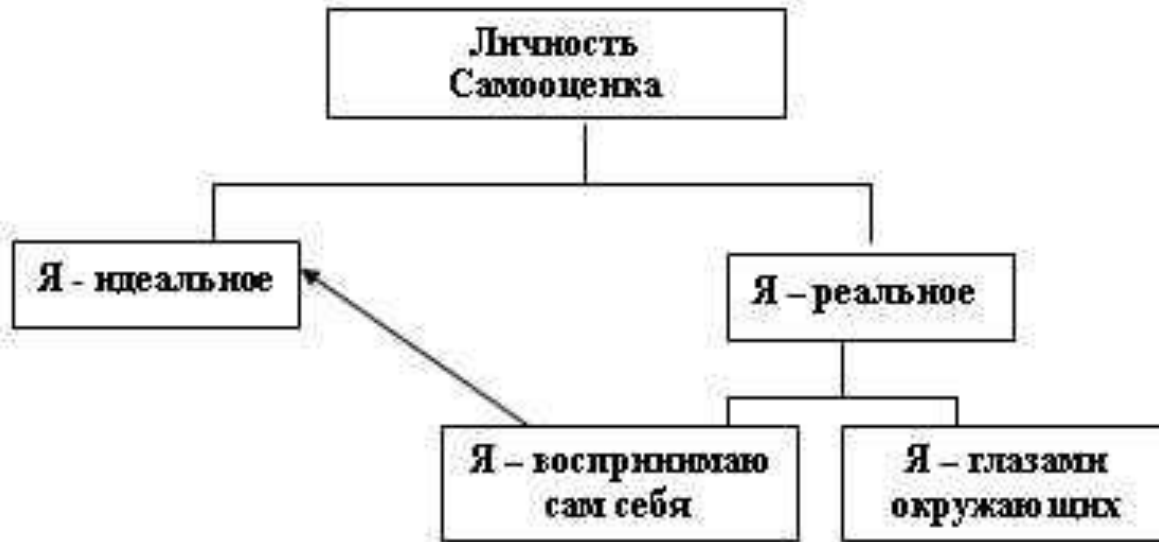
Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим.

Часто у подростков возникает **дисморфофобия** (неприятие своего тела и внешности), тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе.





Самооценка подростков
противоречива,
недостаточно целостна,
поэтому в их поведении
может возникнуть много
немотивированных
поступков.

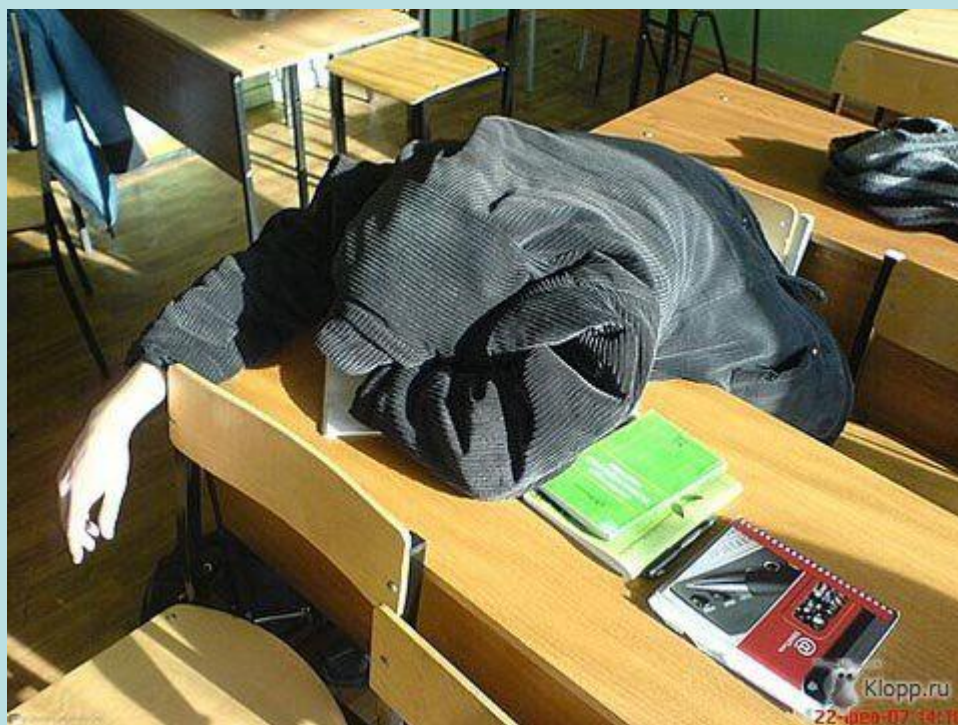


У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, он в это время очень раним, конфликтен, может впасть в депрессию.



Учеба в это время отходит на второй план!

Особенности пубертатного возраста проявляются в пренебрежительном отношении к обучению, плохой успеваемости, браваде невыполнением обязанностей.

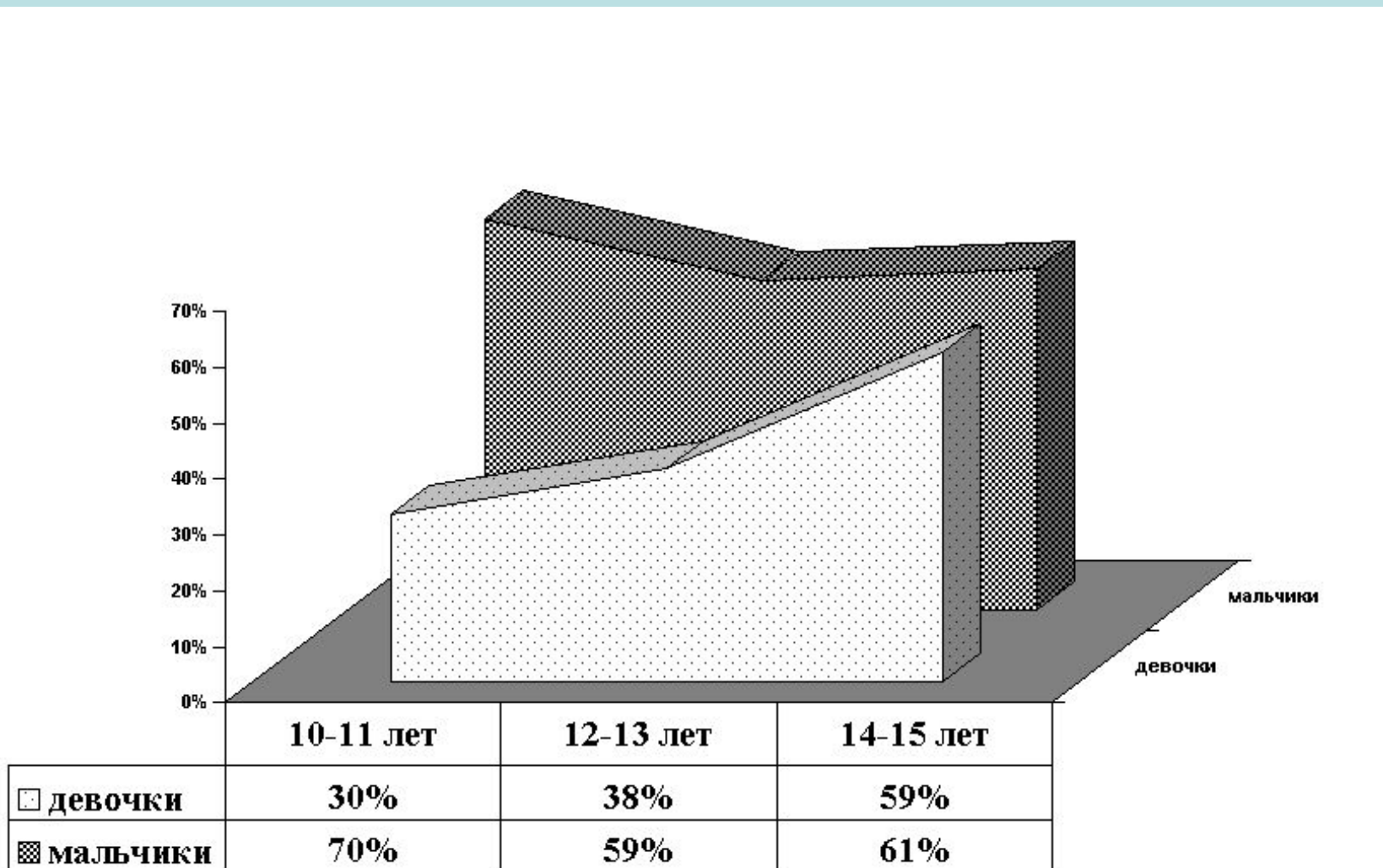


Многие подростки оказываются перед лицом большого количества «лишнего времени», но для них характерно неумение содержательно проводить досуг.



У подавляющего большинства таких подростков отсутствует какие-либо индивидуальные увлечения, они не занимаются в секциях и кружках, они не посещают выставки и театры.

На всем протяжении подросткового периода наблюдается четко выраженная динамика агрессивности.





Подростки особенно зависимы от микросреды и конкретной ситуации. Одним из определяющих элементов микросреды, в отношениях формирующей личность, является **семья.**

При этом решающим является не ее состав – полная, неполная, распавшаяся – а **нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми.**



Но даже в благополучных семьях можно выделить много проблем психологического характера, которые приводят к кризису подросткового возраста.



1) Гиперопека различных степеней: от желания быть соучастником всех проявлений внутренней жизни детей (его чувств, поведения) до семейной тирании.



2) «Кумир семьи» - постоянное внимание к любому побуждению ребенка и неумеренная похвала за весьма скромные успехи.

3) Родители уделяют много внимания себе и мало детям.



Как общаться с детьми в этот период?

- Формировать круг интересов на основе особенностей их характера и способностей;



- Максимально сократить период свободного времени;

• Снизить проявления агрессии путем посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гантелей эспандера, железных гирь и боксерских перчаток (пусть подростки колотят друг друга в мирной драке, давая выход накопившейся энергии, чтобы агрессия не накапливалась подобно статистическому электричеству, имеющему свойство взрываться болезненными разрядами);





- Не предъявлять подростку завышенное требование, не подтвержденное способностью;

- Честно указывать подростку на его удачу и не удачу (причем удачу объяснять его способностями, а неудачи – недостаточной подготовкой);



- Не захваливать подростка, объясняя его неудачи случайностью, т.к. это формирует эффект неадекватности.



Рекомендации:

Анализируйте с детьми причины их удач и неудач

Старайтесь не ограждать подростка от трудностей

Научите преодолевать их

Сравнивайте своего ребенка только с ним самим!!!,
обязательно отмечая продвижение вперед

Рассказывайте ребенку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в его возрасте

Будьте всегда личным примером

Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, чтобы избежать недоверия между вами.

Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения

Кризис переходного возраста

- Внешние изменения
- Физиологические изменения
- Изменения в характере
- Резкие перепады настроения
- Изменения в поведении
- Недовольство чем-либо в своей внешности или характере
- Повышенный интерес к противоположному полу, первая любовь
- Нервозность, беспокойство, раздражительность
- Состояние депрессии, невроз, появление навязчивых страхов



Памятка родителям от ребенка

Не балуйте меня

Не бойтесь быть твердым со мной

Не полагайтесь на силу

Не давайте обещаний, которые вы не можете исполнить

Не заставляйте меня чувствовать себя младше

Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей

Не пытайтесь читать мне нотации

Не забывайте, что я люблю экспериментировать

Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без
внимания и одобрения

И, кроме того, **я вас так сильно люблю,
пожалуйста, ответьте мне тем же...**



**Спасибо
за
внимание!**