



Подросток

*Возрастная
психология
для родителей*

Важнейшим содержанием психического развития подростков является развитие самосознания (интерес к собственной личности, выявление своих возможностей и их оценка)



Центральным новообразованием этого возраста является возникновение чувства взрослости



Происходит сознательное усвоение ценностей и норм поведения, изменение характера познавательной деятельности: появляется способность к более сложному аналитико-синтетическому восприятию предметов и явлений, формируется способность самостоятельно мыслить, рассуждать, сравнивать, делать относительно глубокие выводы и обобщения развивается способность к абстрактному мышлению, интенсивное развитие произвольной памяти.

Значимой особенностью мышления подростка является его критичность (у ребёнка появляется своё мнение, которое он демонстрирует как можно чаще, заявляя о себе).



В этом возрасте подросток весьма подражателен, что может привести его к ошибочным и даже к аморальным представлениям и поступкам.

Если хотите, чтобы подростковый возраст прошел без осложнений, следует соблюдать следующие требования

У подростка очень хрупкий организм, он может часто болеть, у него обостряются хронические заболевания. Надо помочь организму справиться с перестройкой. Для этого строго следите за соблюдением режима дня. Не позволяйте злоупотреблять острой пищей, пить много кофе, есть много шоколада (это крайне вредно для подростка).



- ▣ Подростки много времени проводят в праздности: часами болтают по телефону, смотрят телевизор, круглосуточно слушают громкую музыку. **Научите подростка дорожить своим временем.** Норма просмотра телепередач в этом возрасте – 60 минут в день, а для возбудимых детей и того меньше.
- ▣ Самое важное – общение. **Разговаривайте с ним каждый день, обсуждайте, что интересного произошло в течение дня.** Не выпытывайте у него информацию, лучше организуйте диалог, расскажите о своих проблемах, таким образом подавая ребенку пример самораскрытия. Чаше обсуждайте с ним разные вопросы семейной жизни.

■ Старайтесь не ругать подростка в случае неудачи. Помогите ему разобраться в причинах случившегося.

■ Чаще хвалите ребенка и проявляйте любовь, не забывайте о тактильном контакте(обнимайте, целуйте).



Учитывая, что главное новообразование возраста – чувство взрослости, расширяя обязанности подростка, не забывайте расширять его права.

■ Приучайте подростка к систематическому труду. У него обязательно должны быть обязанности по дому.

■ Создайте дома обстановку нетерпимости к курению и употреблению алкоголя, тогда и у ребенка не появятся подобные вредные привычки.



Основные задачи развития в этот период:

- ▣ формирование нового уровня мышления, логической памяти, избирательного, устойчивого внимания;
- ▣ формирование широкого спектра способностей и интересов, выделение круга устойчивых интересов;
- ▣ формирование интереса к другому человеку как к личности;
- ▣ развитие интереса к себе как к личности, формирование первых навыков самоанализа;

- ▣ развитие чувства взрослости;
- ▣ развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- ▣ развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников и способов их взаимопонимания;
- ▣ развитие моральных чувств, форм сочувствия и сопереживания другим людям;
- ▣ формирование представлений о происходящих изменениях, связанных с половым созреванием.

Возможные нарушения в развития личности в подростковом возрасте.

"Аффект неадекватности" – искажение самооценки, при котором человек видит только свои успехи, неудачи не замечаются и не анализируются.

"Дефицит успеха" - ребенок считает успех случайным, не верит в свои силы.

"Задержка развития интеллекта", но возможен "эффект внезапного пробуждения интеллекта" – резко и быстро сформировавшаяся мотивация учения.

«Ключом ко всей проблеме психологического развития подростка является проблема интересов в переходном возрасте. Все психологические функции человека на каждой ступени развития действуют не бессистемно, не автоматически и не случайно, а в определенной системе, направляемые сложившимися в подростковом возрасте стремлениями, влечениями, интересами.»

Л.С. Выготский

***У нас всё
получится!***

***С уважением педагог-психолог МБОУ гимназия
№33 У.В.Лященко***