

Особенности подросткового возраста

СЕМИКЛАССНИКИ



**«Я знаю, кем я
была сегодня
утром, но с тех
пор я уже
несколько раз
менялась...»**

Л. Кэррол.

**Алиса в
стране чудес.**

Границы возраста

**В толковом словаре В.И. Даля
подросток определяется
как “дитя на подросте” – 14-15 лет.**

**На современном этапе границы
подросткового возраста примерно от
11-12 лет до 14-15 лет.**



Подростковый возраст рассматривается как этап развития личности, процесс перехода от зависимого, опекаемого детства, когда ребенок живет по особым правилам, установленным для него взрослыми к самостоятельной жизни. В это время складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье. В возрасте 13-14 лет меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно, обесценивается, появляются новые кумиры, характер взаимоотношений со взрослыми и родителями часто носит протестный характер. В этом возрасте подростки тянутся ко всему необычному, часто увлекаются неформальными течениями.





Внешне кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения. У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, колеблется самооценка, он в это время очень раним, конфликтен, может впасть в депрессию. Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим. Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе.

Чувство взрослости

Подросток объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремиться к ней и претендует на равные со взрослыми права. Изменить он пока ничего не может, но внешне подражает взрослым.



Отсюда и появляются атрибуты "**псевдовзрослости**": курение сигарет, употребление алкоголя, наркотиков, тусовки, (внешнее проявление "я тоже имею свою личную жизнь"). Копирует любые взрослые отношения.



Проблемы подросткового возраста



Употребление спиртных напитков



Наркомания



Курение



Одиночество



Попытки суицида



Конфликты с родителями

Можно выделить 4 неблагоприятные ситуации в семье:

Гипер опека различных степеней: от желания быть соучастником всех проявлений внутренней жизни детей до семейной тирании.

Гипо опека нередко переходящая в безнадзорность.

Ситуация, создающая «кумира семьи» - постоянное внимание к любому побуждению ребёнка и неумеренная похвала за весьма скромные успехи.

Ситуация, создающая «золушек» в семье. Появилось много семей, где родители уделяют много внимания себе и мало детям.





Формирование круга интересов подростка на основе особенностей его характера и способностей.

Максимальное сокращение периода его свободного времени – «времени праздного существования и безделья».

Включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.



Снижение проявления агрессии путём посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гантелей, железных гирь и боксёрских 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).





Важно:

Не предъявлять подростку завышенные требования, не подтверждённые его способностями.

Честно указывать на его удаchi и неудачи (причём удаchi объясняйте его способностями, а неудачи – недостаточной подготовкой).



**Посеешь любовь, тепло и ласку в детском
возрасте,
будешь ее холить и лелеять в подростковом -
пожнешь сполна в старости,
— она вернется к тебе заботой и вниманием,
терпением и терпимостью уже выросших
детей.**



Главным для подростка со стороны семьи

является:

- Любовь
- Доверие
- Понимание
- Поддержка

***Успехов Вам,
уважаемые родители!***