

# Психологические особенности подростков

# Основные черты подросткового возраста:

- повышенная чувствительность и раздражительность,
- беспокойное и легковозбудимое состояние;
- физическое и душевное недомогание, которое находит свое выражение в драчливости и капризах.

Подростки не удовлетворены собой, их неудовлетворенность переносится на окружающий мир. Непослушание, занятие запрещёнными делами обладают в этот период особой притягательной силой. Подросток чувствует себя одиноким, чужим и непонятым в окружающей его жизни взрослых и сверстников.

# Особенности подросткового поведения

1. Эмоциональная неустойчивость
2. Раздражительность
3. Ослабление внимания, памяти, обработки информации
4. Повышенная агрессивность
5. Противоречивость потребностей и желаний

Способы поведения: «пассивная  
меланхолия» и «агрессивная  
самозащита»

Характеризуется:

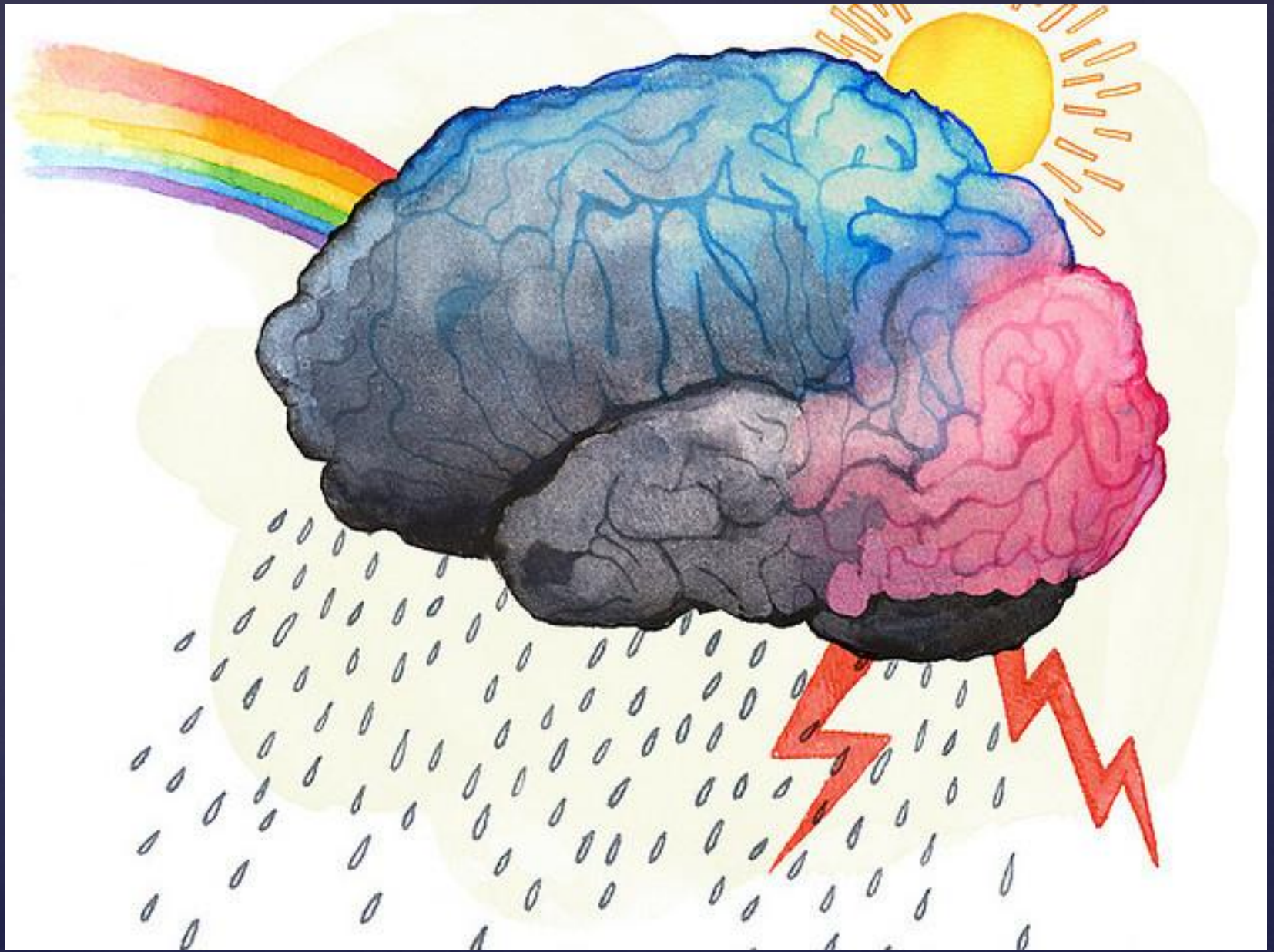
- снижением работоспособности;
- изоляция от окружающих;
- враждебным отношением к  
окружающим;
- асоциальными поступками

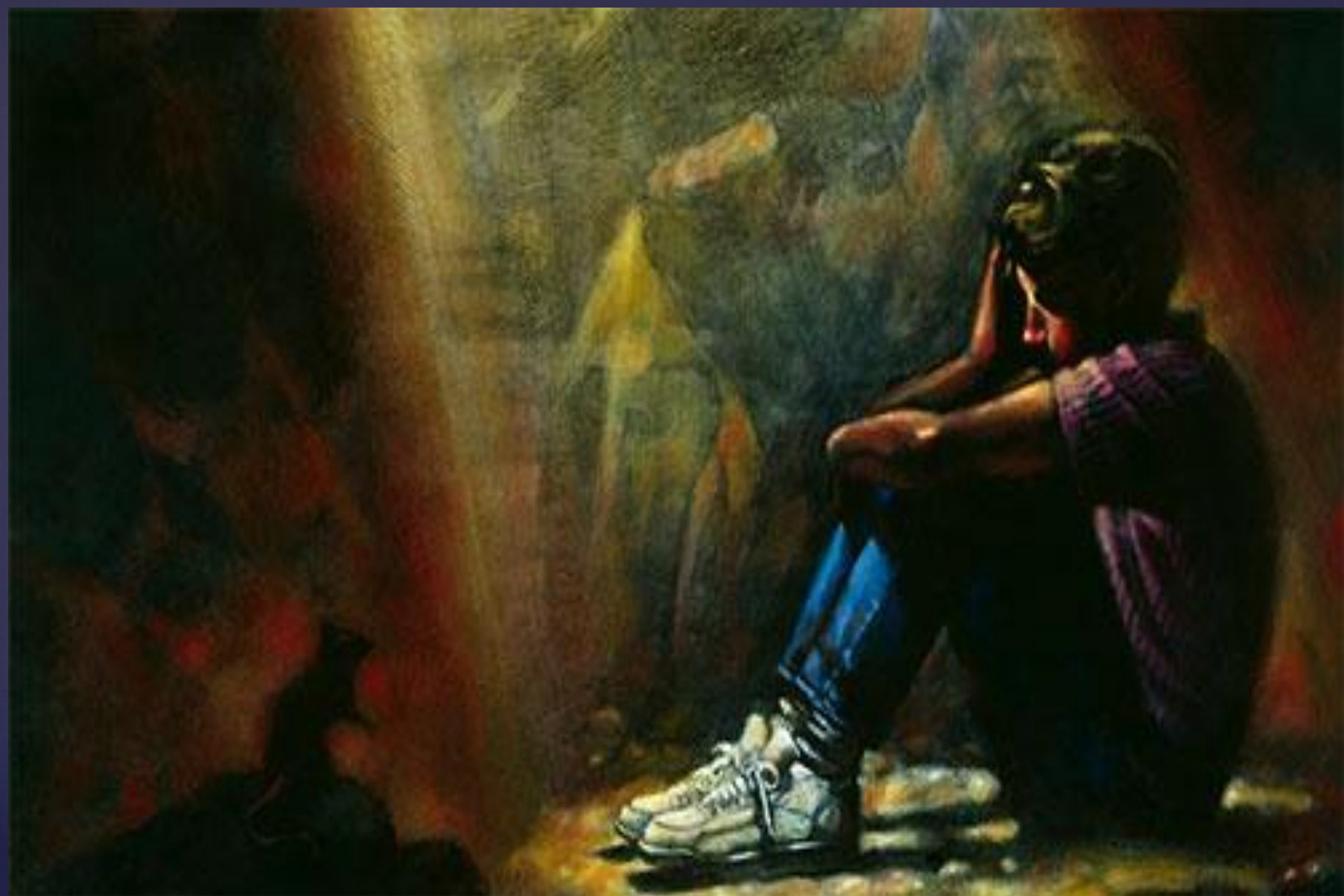
# Я самый -самый



«Подростковый возраст – это  
возраст пытливого ума, жадного  
стремления к познанию, возраст  
кипучей энергии, бурной  
активности, инициативности,  
жажды деятельности»

Кон И.С.







# Как организовать культурный диалог

1. Если вы задаете вопрос, то подождите, когда собеседник ответит на него.
2. Если вы высказываете свою точку зрения, то поощряйте подростка в том, чтобы он высказал свое отношение к ней.
3. Если вы не согласны, формулируйте аргументы и поощряйте поиск таковых самими подростками.
4. Делайте паузы во время беседы. Не разрешайте себе захватывать все «коммуникативное пространство».
5. Чаще смотрите в лицо подростков, своему собеседнику.
6. Чаще повторяйте фразы: «Как ты сам думаешь?», «Мне интересно твое мнение», «Почему ты молчишь?», «Ты не согласен со мной? Почему?», «Докажи, что я не прав!»

# Как общаться с подростком:

1. Обращаясь к подростку, говорите меньше, а не больше
2. Говорите доброжелательно, вежливо — как бы вы хотели, чтобы говорили с вами, — и... тихо
3. Если вы очень сильно раздражены, разговор начинать не стоит
4. Прежде чем что-то сказать, установите зрительный контакт с ребенком
5. Если подросток грубит, сразу же укажите ему на это
6. Научитесь говорить с подростком на равных, не сюсюкайте и не подавляйте
7. Разъясняйте подростку, как правильно, а как нет, что можно, а что нельзя
8. Старайтесь не вступить в пререкания
9. Даже если подросток неправильно и грубо себя ведет, сделайте ему замечание только с глазу на глаз, а не в присутствии других взрослых или подростков

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**