

Кризис подросткового
возраста или Что
происходит с ребенком?

Подростковый возраст

(от 12-13 до 17-18 лет) –

не столько фаза развития организма,

сколько этап развития личности,

переход от зависимого,

опекаемого детства

к самостоятельной и ответственной

деятельности.

Черты характера, проявляющиеся в подростковом возрасте:

- повышенная эмоциональная возбудимость, связанная с гормональной и физиологической перестройкой организма
- психическая неуравновешенность
- резкая смена настроения
- раздражительность
- тревожность
- замкнутость
- застенчивость

В подростковом возрасте
происходит открытие своего
внутреннего мира, познание себя.
Подросток наслаждается своими
переживаниями, открывает целый
мир новых чувств, ощущение
собственного тела.

Внешний облик подростка

Недовольство собственной внешностью вызывает особую подростковую застенчивость, нередко служит мотивом непредсказуемых поступков.

Противоречивость и двойственность положения подростка

- Стремление завоевать мир разбивается о недостаток знаний и отсутствие жизненного опыта.
- Родители требуют принятия важных решений и серьезных поступков и в то же время опекают по мелочам.
- Желание обрести финансовую независимость не находит практического воплощения, и приходится каждый раз просить денег у родителей.

Наиболее распространенные результаты взаимодействия физиологических и психологических изменений, происходящих в процессе кризиса подросткового возраста:

Повышенный интерес к собственной внешности.

Стремление к независимости и свободе.

Группирование со сверстниками.

Повышенный интерес к сексу и взаимоотношениям полов.

Потребность в уединении.

Потребность в личном пространстве и ревностное к нему отношение.

Резкость и безапелляционность суждений.

Ранимость в сочетании с показной холодностью.

Эмоциональная поддержка

- ненавязчиво и доброжелательно вызовите подростка на разговор
- внимательно выслушайте
- предоставьте ему возможность рассказать о своих переживаниях, дать «выговориться»
- проанализируйте ситуацию вместе, обсудите, как выйти из сложного положения с наименьшими потерями для чести и достоинства
- убедите его не преувеличивать значения конфликта, который будет забыт через неделю.

Будьте чуткими и внимательными к своим детям

Постарайтесь понять и поддержать обиженного, вернуть ему веру в добро и справедливость, испытать чувство собственного достоинства.

Ничто не ранит так подростка, как равнодушие и безразличие к его бедам.

ЛИЧНОСТЬ ПОДРОСТКА И СЕМЬЯ

Процесс развития личности начинается с первых минут жизни, прежде всего в семье.

Ребенок чувствует родительскую любовь и заботу, это создает ощущение психологической защищенности и комфорта.

Семья должна быть опорой и прибежищем, где он может прийти в себя от постигших его разочарований.

Как часто родители не находят
общего языка со своими детьми!

Не хватает времени, терпения и такта,
чтобы вникнуть в его проблемы,
отсутствует уважение к ребенку как к
личности, кажутся несерьезными его
интересы и увлечения.

Безмерная родительская любовь,

тревога за здоровье и будущее ребенка не даёт жизни, души ребенка, делает его зависимым.

Родители в таких семьях стараются опекают и контролировать его во всех сферах жизни. При такой системе взаимоотношений нет места ни собственному выбору, ни инициативе, ни свободе.

Следует дать свободу подростку.

Постоянный прессинг на личность подростка вызовет непослушание и стремление выйти из-под контроля.

Атмосфера доверия и понимания

должна быть в семье.

Ребенок должен всегда рассчитывать на вашу помощь.

Доверяйте ему, понимайте его проблемы, создайте в семье обстановку доверия и защищенности.

УВАЖАЙТЕ В ПОДРОСТКЕ ЛИЧНОСТЬ

- У подростка в доме должно быть свое место.
- Никто не имеет права вторгаться в его владения даже из благородных побуждений

- Подросток имеет право на личное мнение, личную свободу, личные пристрастия и вкусы, личное время.
- Не подавляйте своим авторитетом его инициативу и стремление быть самостоятельным.
- Стремление подростка к свободе, самостоятельности - это нормальное явление.

Удачи Вам и терпения!