

Главная цель подростка – достичь **независимости**.

Причиной для этого стремления становятся как *суждения сверстников* (у детей существует своеобразная аналогия «независимый = авторитетный»), так и сугубо *личностные характеристики* или отсутствие взаимопонимания с родителями. Именно эта жажда самостоятельности и отдаляет их от родителей – особенно от того из них, к которому ребёнок наиболее привязан. Обычно это проявляется в том, что подросток во всём противоречит, не проявляет своих добрых чувств, особенно открыто, в окружении других людей.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

- Воспринимайте своего сына или дочь как **взрослеющего** человека: необходимо найти золотую середину между тотальным контролем и вседозволенностью.
- **Ни в коем случае** не делайте постоянных акцентов на недостатках внешности подростка!
- Старайтесь **не отвергать** друзей вашего ребенка, даже если вы считаете, что дружба с ними может ему навредить.
- **Не накладывайте** жесткое вето на разговоры о сексе.
- Предоставляйте подростку **место и время для уединения**, т.к. он зачастую нуждается в том, чтобы побыть наедине с самим собой
- Не вторгайтесь в **личное пространство** подростка против его воли.
- **Интересуйтесь** жизнью подростка.

- **Сохраняйте спокойствие.** Не вымещайте на ребенке свое бессилие и злобу, не демонстрируйте ему модель агрессивного поведения
- Всегда показывать подростку, что вы готовы его **выслушать и поддержать**.



Осознание проблемы—первый шаг к ее решению. Помните, что вы мудрее, умнее и опытнее, поэтому вы должны уступить

Педагог-психолог ГОШОР:
Захарова Евгения Валерьевна
e-mail: elf_2005@inbox.ru
моб. тел.: 8-950-024-70-79
раб. тел.: 434-10-82

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение общеобразовательная школа-интернат среднего (полного) общего образования Курортного района Санкт-Петербурга «Олимпийский резерв»

Адрес: 197706, Санкт-Петербург, Курортный район, г. Сестрорецк, Приморское шоссе, дом 356

Телефон: (812) 437-25-35
Факс: (812) 437-3460
Эл. почта: goshior@mail.ru

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение общеобразовательная школа-интернат среднего (полного) общего образования Курортного района Санкт-Петербурга «Олимпийский резерв»

Подростковый возраст: что важно знать родителям



ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

«Переходный», «трудный», «критический» – так зачастую называют подростковый возраст. Подростковый возраст – это тот период в жизни вашего ребенка, когда детство уже почти закончилось, а взрослая жизнь еще не началась. И именно этот момент перехода по



Мы переберемся и будем такими же, как вы...

шаткому мосту от детства к взрослости является чуть ли не самым важным временем на пути развития.

Для того чтобы лучше понимать своего взрослеющего ребенка, каждому родителю необходимо знать о взаимодействиях психологических и физиологических причин и проявлений подросткового кризиса.

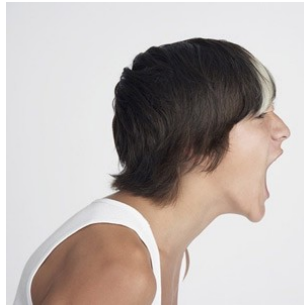
Подростковый возраст – это тот момент в жизни вашего ребенка, когда две «фабрики по производству гормонов» – гипофиз и щитовидная железа – начинают гонку по выполнению «пятилетки за 3 года».

В подростковом возрасте в кровь начинает поступать огромное количество гормонов роста и половых гормонов. Благодаря их сложным и запутанным взаимоотношениям, возникает:

- **Резкое увеличение роста и веса.**
- **Начало полового созревания.**
- **Бурное протекание и смена эмоций.**

Существует два возможных пути протекания кризиса подросткового возраста:

1. «Кризис независимости». Основные проявления.



- Негативизм
- Упрямство
- Грубость
- Бунтарство
- Стремление во всем поступать по-своему
- Противостояние авторитетам и иконо-

борчество

Ревностное отношение к личному пространству

2. «Кризис зависимости». Основные проявления:

- Чрезмерное послушание
 - Возврат к детским интересам и формам поведения
 - Зависимость от взрослых
 - Несамостоятельность
 - Инфантильность в суждениях и поступках
 - Подчинение мнению большинства
- Стремление быть «как все»



Обрисует 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.

Подросток начинает заглядывать внутрь себя, обретая интерес к собственным переживаниям, своему положению в окружающем его мире людей и явлений, осознавать свою уникальность.

Рассудочная, т.е. формальная, **жесткая логика** владеет умом подростка. Она требует на любой вопрос однозначного ответа и оценки: истина или ложь, да или нет. Отсюда берется **максимализм**, который в сочетании с бушующими эмоциями порой заставляет подростка «навсегда» ссориться с друзьями и родителями, впадать в глубочайшее уныние в связи с «отсутствием смысла жизни», поскольку человеческие отношения и жизнь вообще настолько противоречивы и многообразны, что не укладываются в рамки формальной логики.