

## Психологические особенности подросткового возраста

*«За всяким негативным симптомом кризиса «скрывается позитивное содержание, состоящее обычно в переходе к новой и высшей форме»  
Л. С. Выготский.*

Легко ли быть подростком? Во все времена было нелегко. Проблема отцов и детей является актуальной и в наше время.

Подростковый возраст (с 12 до 15 лет ( $\pm 2$  года) – это особенный, единственный, неповторимый период человеческой жизни, в котором происходит физическое, личностное, нравственное и социальное формирование.

Нарушается прежняя слаженность в деятельности организма, что является причиной раздражительности, вспыльчивости, повышенной возбудимости, неуравновешенности подростка, резких колебаний настроения от бурной активности к вялости и апатии.

Данные проявления в соединении с бурной энергией и активностью при недостаточной выдержке приводят, зачастую, к нежелательным поступкам, нарушениям дисциплины и даже правовым нарушениям и преступлениям.

Возникающие у родителей трудности во взаимоотношениях с подростками объясняются недостаточным знанием или игнорированием особенностей и закономерностей психического развития в этом возрасте.

## Кем для подростка выступают родители?

Во-первых - источником эмоционального тепла и поддержки.

Во-вторых - властью, высшей инстанцией, распорядителем благ.

В-третьих - образцом и примером для подражания.

Ну, а в-четвертых - другом и советчиком.

Несмотря на то, что в любом возрасте во взаимоотношениях родителей с ребенком должны присутствовать все эти четыре функции, "удельный вес" их в разные возрастные периоды неодинаков.

В младенчестве и начале детства "лидирует" первая функция, в раннем и позднем детстве - вторая, в младшем школьном возрасте - третья, а вот с наступлением подросткового периода все больший вес приобретает четвертая.

Из этого следует необходимость перестройки характера взаимоотношений и общения родителей с подростками в сторону сотрудничества, реализации стремления стать для юности другом и советчиком.

К сожалению, почти  $\frac{1}{2}$  наших ребят считают, что родители почти не знакомы с их внутренним миром и не стремятся понять его.

## Советы для родителей

- Не запрещать многие вещи.
- Помогать в учебе.
- Понимать их поведение.
- Помогать делать домашнее задание.
- Заставлять их заниматься спортом 4-5 раз в неделю.
- Категорически запретить им пить, курить, употреблять наркотики.
- Не решать за них, кем они станут в будущем.
- Ни в коем случае их не бить.
- Не подбирать им друзей.
- Помогать им с уроками, если они не понимают, а не кричать на них.
- Не баловать сильно.
- Учить их тому, что они умеют, но если у подростка не получается, то не принуждать.
- Быть терпимыми по отношению к подросткам.
- Позволить им быть самостоятельными.
- Пытаться понять подростка.
- Разговаривать с ними, чтобы подростки не носили все свои эмоции в себе.

*«Не надо думать, что правильное воспитание столь трудно, что большинству людей совершенно недоступно.*

*По своей трудности это дело доступно каждому человеку.*

*Хорошо воспитать ребёнка может каждый, если он этого действительно хочет, кроме того, это дело приятное, радостное, счастливое...»*

*А.С. Макаренко*



Мысленно отмечайте ошибки в общении с подростком, старайтесь спрогнозировать его поведение.

Такая предсказуемость поможет спокойному и доброжелательному общению.

Тогда, став действительно взрослым человеком, он не потеряет уверенности в том, что **лучшие друзья - это родители!**

Ведь именно они в трудную минуту поддержали,

смогли понять

и принять.

Наградой вам будут

**Доверие,  
Уважение**

**и Любовь!**

А это так важно!

# Памятка родителям

Особенности общения с подростками



Учащиеся  
НЧОУ гимназия «Росток»

2014 г.