

Добрый день, уважаемые коллеги!

Каждый возраст хорош по-своему. И в то же время, в каждом возрасте есть свои особенности, есть свои сложности. Не исключением является и подростковый возраст.

Начало подросткового возраста определяется двумя важнейшими факторами:

Первый фактор – гормональные изменения в организме, ведущие к взрослению. Медики его называют - гормональной бурей.

В начале подросткового периода многие ребята похожи на «гадкого утенка», еще не превратившегося в лебедя. Угловатость и неуклюжесть. В связи с поэтапным ростом организма (сначала растут кисти рук и ног, затем конечности и в последнюю очередь — туловище), многие подростки становятся неуклюжими и комплексуют из-за этого. Частая смена настроений и физического состояния, которые возникают в организме в связи с ростом внутренних органов.

Быстрая возбудимость, обиды, озлобленность, раздраженность.

Второй фактор – семейная ситуация (насколько родители готовы к изменению статуса ребенка в семье)

Основное новообразование подросткового возраста, это осознание себя как отдельного человека.

У подростка появляется своя позиция. Он считает себя уже достаточно взрослым и относится к себе как к взрослому. Стремление к самостоятельности выражается в том, что контроль и помощь отвергаются. Все чаще от подростка можно слышать: "Я сам все знаю!" Желание, чтобы все (учителя, родители) относились к нему, как к равному, взрослому. Но при этом его не смутит, что прав он требует больше, чем берет на себя обязанностей. И отвечать за что-то подросток вовсе не желает, разве что на словах. К сожалению, подобная "самостоятельность" – только один из основных конфликтов между родителями и детьми в этом возрасте. Появляются собственные вкусы и взгляды, оценки, линии поведения. Которые очень часто не одобряют родители.

Задача этого возраста – постепенная передача ребенку ответственности за жизнь в его руки.

Воспитание это труд, с этим ничего не поделаешь. Если родители воспитывают ребенка правильно, они закладывают прекрасный фундамент

своих будущих отношений с ребенком и своей спокойной жизни в будущем, когда он станет взрослеть.

Ведущей деятельностью в этом возрасте является коммуникативная. Резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Он стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Референтная группа - это значимая для подростка группа, чьи взгляды он принимает. Это может быть и дворовая компания, и класс, и друзья по спортивной секции, и соседские ребята по этажу. Такая группа является большим авторитетом в глазах ребенка, нежели сами родители, и именно она сможет влиять на его поведение и отношения с другими. К мнению членов этой группы подросток будет прислушиваться, иногда беспрекословно и фанатично. Именно в ней будет пытаться утвердиться. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. Часто он не видит прямой связи между привлекательными для него качествами личности и своим повседневным поведением.

Их очень интересуют собственные особенности и свой внешний облик. Хотят социального утверждения. Критика внешности действует очень сильно.

Чем лучше ребенок к себе относится, тем лучше он будет относиться к другим(родителям, учителям, к братьям и сестрам, тем благополучней будут отношения с ровесниками).

Каким тут должно быть поведение родителей? Показывать ребенку, что на самом деле он хороший, красивый, умный, добрый, порядочный. К сожалению, родители могут эти самоощущения подтачивать. Несмотря на все конфликтные моменты, когда ребенок выстраивает защитные стеночки, шипит, кусается, не слушается, все равно он очень тесно связан с родителями, он очень чувствителен, все слышит. Нужно стараться сохранить отношения, во что бы то ни стало. Не следует портить отношения с подростком. Важно сохранить внутри себя ощущения, что это ваш маленький ребенок, что он хороший и с него это скоро слетит как шелуха, и он вырастет хорошим человеком.

Подрывать контакт с ним может:

- критика в адрес его друзей;
 - отторжение его интересов;
 - агрессивное непонимание;
 - сравнение не в его пользу.
- контролировать подростка и обращаться с ним по-прежнему как с маленьким, требуя полного подчинения, применяя силу и физические наказания.

- не зная, что с ним теперь делать, выпустить ситуацию полностью из рук.

- Если возникла ссора, поругались, – **ОСТАНОВИТЕСЬ**, если есть возможность, переключитесь на что-то другое. Не забывайте: Чем хуже внутренне подросток себя чувствует, тем отвратительнее он себя ведет. Чем хуже он о себе думает, тем более проблемное у него поведение.

_ Не реагируйте на проблему ярко – со слезой, сердечными каплями. Яркая эмоциональная реакция родителей может закрепить, а не решить проблему.

Типичная ошибка родителей – они ждут от детей ответственности за дом, за семью в той степени, которая им в данном возрасте не свойственна.

Поддержать отношения могут противоположные действия:

- посоветоваться;
- спросить его мнения;
- доверительно выслушать.

Надо дать понять подростку, что он нужен семье духовно, что семья его любит: «Нам всем очень интересно, что ты говоришь, нам интересно твое мнение».

Выделяйте 10 минут каждый день на разговор тет-а-тет. Надо говорить с ребенком так, как будто он чужой, но приятный, дорогой вам человек. Поговорить без критики и воспитательных целей. Необходимо уметь переориентироваться с того, что с ним сложно, на то, что у него хорошо получается. Что у вас с ним хорошо получается. Некоторые вещи решаются сами собой по ходу времени.

Ребенку может быть не столько важно слушать ту музыку, которая вам не нравится, как то, что он завоевал право **САМ РЕШАТЬ**. Если он не хочет есть какие-то блюда или делать полезную для здоровья зарядку, возможна гибкая система договоренностей. Предлагайте компромиссы, так чтобы он имел право выбора.