

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ – период развития детей от 11-12 до 15 лет, что соответствует среднему школьному возрасту, возрасту учащихся 5-8 классов. Подростковый возраст называют иначе переходным возрастом, так как он характеризуется переходом от периода детства к юности, от незрелости к зрелости.



Для подросткового возраста характерны следующие ОСОБЕННОСТИ:

1) половое созревание и неравномерное физиологическое развитие, обуславливающие эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения;

2) изменение социальной ситуации развития: переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости; смена ведущей деятельности: учебную деятельность вытесняет интимно-личностное общение со сверстниками;

3) открытие и утверждение своего «Я», поиск собственного места в системе человеческих взаимоотношений;

4) познание себя через противопоставление миру взрослых и через чувство принадлежности к миру сверстников. Это помогает подростку найти собственные ценности и нормы, сформировать свое представление об окружающем его мире;

5) появление «чувства взрослости», желание подростка признания своей «взрослости». В этом возрасте подростки стремятся освободиться от эмоциональной зависимости от родителей.



Как вести себя с агрессивным подростком?

Ни в коем случае не позволять себе разговаривать с подростком на повышенных тонах;

Если вы видите, что ребенку трудно себя сдерживать, то дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию без причинения вреда окружающим;

Показывайте ребенку пример эффективного поведения, старайтесь не допускать при нем вспышек гнева.

Сделайте все, чтобы ваш ребенок в каждый момент времени чувствовал, что вы его любите, цените и принимаете, не стесняйтесь лишний раз его приласкать и пожалеть.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ



Если Вы стали замечать, что Ваш ребенок стал излишне раздражительным, замкнутым и даже слегка агрессивным, снизилась успеваемость и появились проблемы в поведении в школе – это значит, у Вашего ребенка начались подростковые проблемы. Как же помочь подростку справиться со своим состоянием?

1) Прежде всего, у него необходимо сформировать четкое убеждение, что его любят в семье и принимают

таким, какой он есть, со всеми его проблемами и ошибками;

2) Культивировать значимость образования;

3) Ребенок не должен бояться ошибиться или сказать Вам правду, какая бы она ни была;

4) Никогда не ругайте ребенка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства;

5) Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых;

6) Живите во имя своего ребенка; Проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую его неудачу вместе с ним и радуйтесь даже незначительным его успехам;

7) Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ТАКОЙ ВОТ ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ»

«Уже не ребенок, но еще не взрослый»



г. Саранск

ГБУЗ РМ «Детская поликлиника №2»