

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ О ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

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:

- ⊗ половое созревание и неравномерное физиологическое развитие, обуславливающие эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения;
- ⊗ изменение социальной ситуации развития: переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости;
- ⊗ смена ведущей деятельности: учебную деятельность вытесняет интимно-личностное общение со сверстниками;
- ⊗ открытие и утверждение своего «Я», поиск собственного места в системе человеческих взаимоотношений;
- ⊗ 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;
- ⊗ появление «чувства взрослости», желание подростка признания своей «взрослости». В этом возрасте подростки стремятся освободиться от эмоциональной зависимости от родителей



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?

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;

- ☒ Культивировать значимость образования;
- ☒ Ребенок не должен бояться ошибиться или сказать Вам правду, какая бы она ни была;
- ☒ Никогда не ругайте ребенка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства;
- ☒ Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых;
- ☒ Живите во имя своего ребенка;
- ☒ Проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую его неудачу вместе с ним и радуйтесь даже незначительным его успехам;
- ☒ Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают и в коем случае не позволяйте 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 и не стройте планы мести;
- ☒ 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.

