ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ПЕРИОДА

Все мы замечаем, как меняются наши дети. Некоторые говорят, что ребенок сильно вырос, кто-то отмечает изменения характера: появились вспыльчивость, эмоциональная неуравновешенность, желание спорить и противоречить родителям даже по пустякам. С ребенком уже труднее договориться, не всегда понятно, как поступить в некоторых ситуациях. Что происходит с ним?

Оказывается, он вступил в один из важнейших жизненных периодов, во многом определяющий его последующую судьбу, - **в период перехода от детства к взрослости – в подростковый период**.

В древности считалось, что он настолько же важен для человека, как и рождение, вступление в брак и смерть. И сколь он важен, столь и труден. В наше время подросток остается со всеми проблемами взросления один на один. Помочь ему может только семья. Поэтому давайте посмотрим, что же происходит с подростком.

1. Половое созревание.

Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим. Организм ребёнка подвергается глубокой перестройке, причём в очень быстром темпе.

Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе. Появляется первая настоящая влюбленность.

2.Так как подросток стремится ккрайним позициям в оценке, то он склонен переоценивать, или недооценивать свои качества и свойства. Подростки критично относятся к отрицательным чертам своего характера, переживая из-за тех черт, которые мешают им в дружбе и взаимоотношениях с другими людьми.

На фоне гормонального взрыва, который у девочек бывает в 11-12 лет, а у мальчиков в 12-13 лет, процессы возбуждения в коре головного мозга идут очень быстро, а процессы торможения – очень медленно. А это значит, что подростков любая мелочь отвлекает, заводит ти раздражает, а вот затормозить, остановиться им не просто. Конечно, в таком состоянии трудно сосредоточиться на уроках, сконцентрировать внимание, не отвлекаться. Да и память их подводит нередко из-за этого же: когда интересно – все запоминается легко. А стало скучно – ну ничего не задерживается в голове. Гормональные бури заставляют эмоции у подростка часто сменяться. То все ему интересно и подросток работает с радостью, а то вдруг раздражается ни с того ни с сего, готов заплакать или просто впадает в апатию.

3.Самооценка подростка неустойчива: он склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам, правда, такая противоречивая самооценка необходима для того, чтобы развить у него новые, взрослые критерии личностного развития.

Самооценка подростков противоречива, недостаточно целостна, поэтому в их поведении может возникнуть много немотивированных поступков. Подростки больше других возрастных групп страдают от нестабильности социальной, экономической и моральной обстановки в стране, потеряв сегодня необходимую ориентацию в ценностях и идеалах – старые разрушены, новые ещё не созданы.

4. Особенности проявляются впренебрежительном отношении к обучению, плохая успеваемость, бравада, невыполнением обязанностей: избегая выполнять какие-нибудь обязанности и поручения по дому, готовить домашние задания, а то и посещать занятия.

5. Взрослые порой не замечают или не понимают таких неровностей поведения, их равно обескураживает и **непомерный азарт, и необъяснимая усталость.**

Подобные подростки оказываются перед лицом большого количества «лишнего времени», но для них характерно неумение содержательно проводить досуг.

У большинства отсутствуют увлечения, они не занимаются в секциях и кружках, не посещают выставки и театры. К сожалению, в свободное время преимущественно проявляется асоциальное поведение подростков

Одним из элементов микросреды, в отношениях, формирующих личность, является семья. При этом решающим является не её состав – полная, неполная, распавшаяся, а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми. В совместных занятиях не только родителям открывается характер сына или дочери, но и дети лучше узнают своих родителей. Подростку необходима совместная деятельность со взрослыми.

6. Наиболее аффективные бурные реакции возникают при попытке кого-либо из окружающих ущемить самолюбие подростка.

7. Одно из новообразований подросткового возраста – чувство взрослости. Когда говорят, что ребёнок взрослеет, имеют в виду становление его готовности к жизни в обществе взрослых людей, причём как равноправного участника этой жизни.

С внешней стороны у подростка ничего не меняется: учится в той же школе, живет в той же семье. А в семье к ребенку продолжают относиться как к "маленькому". Одно он не делает сам, другое - не разрешают родители, которых все так же приходится слушаться.

Подросток объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремится к ней и претендует на равные с взрослыми права.

Изменить он пока ничего не может, но внешне подражает взрослым. Отсюда и появляются атрибуты "псевдовзрослости": курение сигарет, тусовки у подъезда, поездки за город (внешнее проявление "я тоже имею свою личную жизнь") и т. д.

Однако ориентация на взрослые ценности и сравнение себя со взрослыми зачастую заставляют подростка снова видеть себя относительно маленьким, несамостоятельным. При этом, в отличие от ребенка, он уже не считает такое положение нормальным и стремиться преодолеть его. Отсюда противоречивость чувства взрослости – подросток претендует быть взрослым и в то же время знает, что уровень его притязаний не во всем

подтвержден и оправдан. Исключительная чуткость, близость и внимание требуется в это время от родителей, чтобы и не обидеть ранимую душу подростка, и не выпустить его из своего поля зрения. Отказ в признании права подростка на «взрослость» вызывает у него желание дать отпор, доказать, что он уже не маленький и тоже на что-то способен.

8.Внешний вид подростка - еще один источник конфликта. Меняется походка, манеры, внешний облик. Ещё совсем недавно свободно, легко двигавшийся мальчик начинает ходить вразвалку, опустив руки глубоко в карманы и сплёвывая через плечо. У него появляются новые выражения. Девочка начинает ревностно сравнивать свою одежду и причёску с образцами, которые она видит на улице и обложках журналов, выплёскивая на маму эмоции по поводу имеющихся расхождений. Внешний вид подростка часто становится источником постоянных недоразумений и даже конфликтов в семье. Родителей не устраивает ни молодёжная мода, ни цены на вещи, так нужные их ребёнку. А подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится ничем не отличаться от сверстников. Он может переживать отсутствие куртки – такой же, как у всех в его компании, - как трагедию.

9. Стремление к самостоятельности. У подростка появляется своя позиция. Он считает себя уже достаточно взрослым и относится к себе как к взрослому, испытывая желание, чтобы все 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. Стремление к самостоятельности выражается в том, что контроль и помощь отвергаются. Все чаще от подростка можно слышать: "Я сам все знаю!". И родителям придется только смириться и постараться приучить своих чад отвечать за свои поступки. К сожалению, подобная "самостоятельность" - еще один из основных конфликтов между родителями и детьми в этом возрасте. Ведущей деятельностью в этом возрасте является коммуникативная. Общаясь, в первую очередь, со своими сверстниками, подросток получает необходимые знания о жизни.

Одно из главных стремлений подростка – **стремление к самостоятельности**. Поскольку в жизни понятие самостоятельности понимается родителями и подростками по-разному, то это является причиной конфликтов. Родители обычно имеют в виду в основном обязанности (самостоятельно убрать квартиру, постирать и т.д.), подростки, в основном, права (самостоятельно выбирать одежду, время сна, прихода домой). В самостоятельно выполняемые действия должны равномерно включаться как права, так и обязанности подростка. Это поможет во многом избежать конфликтов между родителями и детьми, а также будут способствовать становлению зрелой самостоятельности.

Постепенно нарастает неуверенность в себе. Появляется тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей, друзей. Подростки готовы “застревать” в положении “обиженного”, “непонятого”, искать выход из трудных ситуаций путями, нередко чрезвычайно опасными для здоровья, стремятся освободиться от зависимости от взрослых. Порой возникают агрессивные, непредсказуемые реакции защиты себя даже в ситуации, когда и угрозы-то никакой нет.

Теснейшая эмоциональная зависимость от родителей вступает в противоречие с жаждой признания среди сверстников, что тоже становится причиной невротических реакций. Возникает желание изменить свое состояние, приняв “что-либо” для быстрого улучшения настроения.

10. У подростков появляется недовольство тем, что в общении со взрослыми он находится в позиции подчинения, в то время как он хочет равенства прав. Вот поэтому так возрастает значимость общения со сверстниками. Положение в кругу сверстников удовлетворяет потребность быть на - равных; отношения со сверстниками подросток считает своими собственными, личными отношениями. Нельзя нарушать эти границы! Подросткам необходимо уединение, оно позволяет иметь свою собственную жизнь. Давая им возможность уединяться, родители демонстрируют уважение к ним. А всякое вмешательство, а тем более нетактичное, вызывает обиду, протест, сопротивление. Любые действия взрослых, воспринимаемые подростком как контроль, резко отторгаются, вызывают бурные эмоциональные реакции. При этом не важно, насколько обоснованными были на самом деле действия взрослых, поскольку подросток фиксирует в них только сферу контроля. Очень важно, чтобы родители сумели необходимые контролирующие действия донести до подростка как действия заботы о нем, или внимания, тогда то же самое родительское поведение будет воспринято подростками более лояльно.

11. Дружба носит избирательный характер, измена не прощается. А вкупе с подростковым максимализмом дружеские отношения носят своеобразный характер: с одной стороны – потребность в единственно-преданном друге, с другой – частая смена друзей.