

## Немного о подростковом возрасте.....

Подростковый возраст - это этап онтогенеза, начинающийся в 12-15 (11-17) лет у детей. В этот период возникают новообразования, характерные для пубертатного периода, своя другая психология. С подростками уже можно говорить, как со взрослыми, обращаясь к их разуму, но при этом приходится несколько раз повторять одно и то же, как в общении с детьми.

Подростковый период –сложный возраст, где родителям легко потерять контакт с детьми, войти в непродуктивные конфликты. С другой стороны, недостаток родительской требовательности – попустительство – чревато будущими проблемами.

С подростками необходимо разговаривать, даже когда их стиль общения неприемлем для родителей. Стремиться проговаривать проблемные моменты. Нужно иметь силу и смелость сказать «нет» тем вещам, которые родители считают недопустимыми. Подростки склонны к импульсивным решениям – родители должны поставить этому твердый заслон, одновременно с этим демонстрируя взвешенность в решениях собственных и готовность неторопливо обсуждать с подростками их собственные намерения.

В семьях, где с детьми-подростками разговаривают тепло, спокойно и по-деловому, как со взрослыми, можно избежать конфликта отцов и детей. Но в тоже время, здесь необходима твердость - поскольку подростка в это время может "заносить". Стремясь получить свободу везде и во всем, подросток не задумывается о последствиях жизни без запретов. И слово нет-может и должно звучать в семье, где ребенок вступил в пубертатный период. Но запрещая что-то необходимо проговаривать причины запретов. Дети в каком бы возрасте не находились, нуждаются в искренности со стороны взрослых. Мамам и папам следует разговаривать, разговаривать, быть рядом с тем, что их волнует, помогать им ориентироваться в их проблемах и их поддерживать.

Подростки отчаянно добиваются, чтобы их считали взрослыми, и глубоко негодуют, когда с ними обращаются, как с детьми. Чрезмерная родительская тревожность за взрослеющего ребенка мешает развиваться его самостоятельности. Разумной альтернативой должен стать систематический контроль с постепенной передачей функций контроля самому ребенку, - для того, чтобы он научился сам контролировать себя.

Как бы ни было трудно, подростков нужно учить. При этом дозировано! Это время, когда родители обязаны готовить их к взрослой жизни, где необходима ответственность и самоконтроль. Если вы перестанете это делать и махнете рукой - не надейтесь, это приведет только к тому, что через какое-то время вам придется решать с вашими детьми-подростками уже более серьезные проблемы. Подростков нужно учить. Чему?

В отношении к делам - нужно учить организованности, умению ставить собственные цели и делать то, что сам же себе наметил. В отношении к сверстникам и взрослым - учить мягкости, внимательности и выдержке. Им действительно не хватает мягкости и выдержки, и учить этому лучше всего на своем примере. Невозможно, разговаривая дома на повышенных тонах, добиться уважения от своих детей. В отношении к самим себе - подростков нужно учить позитиву. У подростков проявляется негативизм: самообвинения, самоедство, большие переживания по поводу собственных маленьких ошибок и по поводу своей внешности – это не просто возрастные особенности подростков, а дурные привычки. Чем быстрее подростки научатся не ругаться на себя, а делать выводы и спокойно двигаться вперед по жизни, тем легче будет и им самим, и взрослым.

Если же родители, столкнувшись с проблемным поведением ранее послушного ребенка, реагируют либо неконтролируемой агрессией, либо сдаются и сами впадают в переживания, - тут не только кончается воспитание, тут начинается негативная петля во взаимоотношениях: проблемное поведение подростка вызывает проблемное поведение

родителей, которое в свою очередь провоцирует подростков на еще более вызывающие реакции.

Если подростковый возраст сопровождается частыми конфликтами со взрослыми, это называют кризисом подросткового возраста. В это время подростку хочется доказать, что он может все сам, без родителей, ему важно чтобы никто не вмешивался в его жизнь, подростку хочется независимости от родительского контроля.

В нашей современной культуре кризис подросткового возраста - явление распространенное. Это период, когда подростки настаивают на своей самостоятельности и начинают "качать права". Как к этому относиться? Как к тому, что в этом возрасте это хочется. А заслужит ли парень или девушка-подросток эти права, решают родители. В семьях родителям необходимо работать на опережение кризиса: они заботятся, чтобы дети к подростковому возрасту уже достаточно повзрослели, объективно стали достаточно разумными и ответственными людьми. Они сами, заранее, не дожидаясь требований и конфликтов, дают детям-подросткам их права. С другой стороны, они могут проявить и необходимую жесткость, могут попросту не разрешить кризис, оставляя все естественные в семье требования к достойному поведению. Весь вопрос - в авторитете родителей...

