

Что нужно знать родителям о подростковом возрасте

Подростковый возраст - это пик активности, прежде всего физической, время бурной перестройки организма, который диктует специфические «парадоксы подростковой психики»:

- Подросток хочет вырваться из-под опеки взрослых, получить свободу, при этом, не зная, что с ней делать: хочет выразить себя, но не знает как.
- Подросток стремится иметь свое лицо, «выделиться из толпы» - при полной слитности со своим окружением, «быть как все» - в компании, в классе, во дворе и т. д.
- Интересно все сразу и ничего.
- Хочется всего, сразу и если позже - «то вообще тогда зачем».
- При всей своей самоуверенности подросток очень неуверен в себе.

Психологические задачи, которые решает подросток:

- осознать и принимать физические изменения в своем теле;
- развивать способность рассуждать, принимать решения и учиться на своих ошибках;
- учиться заботиться о себе и обеспечивать свою безопасность;
- осознать свою личную ответственность за свою жизнь и отказываться от потребности винить других в своих ошибках;
- развивать зрелые отношения с людьми своего и противоположного пола;
- исследовать ценности, отличающиеся от ценностей взрослых и родной культуры;
- развивать свою сексуальную зрелость;
- обретать финансовую независимость;

Помня об этих парадоксах, родителю во взаимодействии с подростком целесообразно соблюдать следующие правила:

1. Нормы, запреты, требования, даже адекватные наказания обязательно должны быть в жизни каждого подростка, что особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В противном случае они идут на поводу у собственного ребенка. Это попустительский стиль воспитания.
2. Правил, запретов ограничений не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими. Такое правило предостерегает от другой крайности – воспитания в «авторитарном» стиле.
3. Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка в движении, познании, упражнении, общении со сверстниками.

4. Правила, ограничения, требования должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать.

5. Тон, которым сообщаются требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.

6. Важно помнить, что гораздо легче предупредить появление трудностей, чем потом преодолевать их.