



КАК НАЙТИ ОБЩИЙ ЯЗЫК С ПОДРОСТКОМ

The background is a dark teal gradient. In the corners, there are decorative white lines resembling a circuit board or neural network, with small circles at the end of the lines.

Педагог-психолог

СУНЦ Инженерный лицей-интернат

Габдрахманова Дарья Вячеславовна

+79274294742

СУЩНОСТЬ ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА.

Подростковый кризис — этап психического развития, переход от младшего школьного возраста к подростковому. Проявляется стремлением к самовыражению, самоутверждению, самовоспитанию, потерей непосредственности поведения, демонстрацией независимости, снижением мотивации к учебной деятельности, конфликтами с родителями, педагогами.



Согласно периодизации возрастов в отечественной психологии, подростничество занимает промежуток от 11 до 16 лет. Кризис в данном периоде отличается значительной продолжительностью – темпы физического и умственного развития высоки, потребности возникают быстро, но не удовлетворяются из-за отсутствия социальной зрелости. У девочек симптомы менее выраженные, проявляются с 10-11 лет, у мальчиков течение более яркое, начало с 12-13 лет. Длительность определяется социальными условиями и психофизиологическими особенностями. В норме переходный этап завершается к 14-16 годам. При заблаговременной перестройке отношения родителей к взрослеющему ребенку возможно бескризисное развитие.

Внешними факторами, усиливающими симптомы кризиса, являются родительский контроль и гиперопека, зависимость в семейных отношениях. Ребенок стремится к свободе, считает себя способным принимать решения, действовать без помощи взрослых. Складывается конфликтная ситуация – существует потребность и стремление брать ответственность за поступки, но отсутствует практический навык, сохраняется несерьезность в отношении исполнения обязанностей. Последний факт мешает родителям воспринимать подростка как равного. Соппротивление, ссоры приводят к хроническому недопониманию, затяжному течению кризиса с задержкой личностного развития.

Внутренние факторы, обостряющие кризис – психологические особенности. К началу подростничества у ребенка сформированы определенные привычки, черты характера, препятствующие возникающим потребностям и стремлениям. Качества, мешающие самоутверждению, самовыражению, рассматриваются как недостатки. Подросток становится раздражительным, склонным винить себя в несостоятельности. Критически воспринимаются навыки общения, внешность, отдельные свойства личности (зависимость, застенчивость, скромность).

ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ СГЛАЖИВАНИЯ КРИЗИСНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ

- Поиск компромиссов
- Правила для всех
- Равноправие
- Эмоциональное равновесие
- Интерес, поощрение, поддержка



- **Вспомните себя подростком**
- **Уважайте своего ребенка**
- **Не нарушайте право на тайны**
- **Не избегайте контакта**
- **Не надоедайте вопросами**
- **Поощряйте инициативу**
- **Поделитесь личными историями**
- **Старайтесь не решать за ребенка**
- **Хвалите, как можно чаще**
- **Поинтересуйтесь его мнением**
- **Примите его интересы**



ВСЕ БУДЕТ ХОРОШО И КРИЗИС ОБЯЗАТЕЛЬНО ЗАВЕРШИТСЯ

Новообразованием кризиса является способность рефлексивно оценивать собственные личностные качества, способности, возможности, недостатки. Формируется чувство ответственности, понимание свободы. Возникает сепарация подростка от родителей, но сохраняются близкие отношения.