"Первые проблемы подросткового возраста"

Последнее время поведение ребят начинает заметно меняться. Кого-то это может напугать, но сегодня мы постараемся с вами разобраться во всех изменениях, которые претерпевают наши дети и построить правильный путь развития отношений родитель-подросток. Думаю, вам будет интересен и что немаловажно полезен материал, который я для вас подготовила по этой теме. Скорее всего, многие уже сейчас узнают в описании типичного поведения подростка - своего ребенка.

Возможно, кто-то посчитает, что рано об этом говорить, но, как говорится, лучше проблему предупредить, чем потом заниматься её решением. Я замечаю у ребят «первые проблемы подросткового возраста». Ребята начинают взрослеть, но прежде чем наступит красивый и радостный период юношества, наши с вами дети переживают уже сегодня период раннего отрочества. Его еще можно назвать периодом гадкого утенка, периодом неприязни и неприятия себя, периодом отрицаний и страданий. По-разному переживают дети этот период: кто-то бунтует, открыто протестует, кто-то страдает молча, уйдя в себя и тихонько глотая слезы. Однако и в одном, и в другом случае детям нужна поддержка, внимание и забота. Они должны реально ощущать, что родные и близкие люди понимают их проблемы, стараются ответить на те вопросы, которые ставит перед ними ситуация взросления. Сейчас есть множество информации в открытом доступе по этому вопросу (интернет, газеты, журналы), но, я считаю необходимым с вами переговорить на эту тему. Потому как у нас впереди сложный путь становления, взросления наших подростков. Кроме того, среди наших родителей я знаю есть такие, которые успешно прошли этот период со своими старшими детьми. И, думаю, будут не против поделиться своим опытом.

А пока хотелось бы предложить вам статистику относительно подросткового периода, которую в принципе вам нужно знать.

1. Подростковый возраст характеризуется высоким уровнем тревожности, озабоченности и неудовлетворенности своей внешностью.

2. В этот период жизни к нелюбимым чертам характера ребята относят физические характеристики.

3. 30% мальчиков и 20% девочек в возрасте 11–12 лет испытывают беспокойство по поводу своего роста.

4. 60% девочек в возрасте 11–12 лет испытывают беспокойство по поводу лишнего веса. В действительности лишь 16% от этого числа склонны к ожирению и тучности.

5. Мальчики и девочки, достигшие раньше других физической зрелости, обладают более высоким социальным статусом в детском коллективе.

6. Девочки, у которых позднее физическое созревание, часто страдают заниженной самооценкой в коллективе сверстников и попадают в группу изолированных детей по результатам социометрии.

7. Сексуальные установки младших подростков больше подвержены влиянию семейных и социальных установок.

8. По материалам статистики, опыт первой влюбленности девочек –11 лет – 60%, опыт первой влюбленности мальчиков – 13 лет.

9. В этот период времени девочки больше стремятся к личной свободе и независимости. Начиная с 11 лет, увеличивается конфликтность подростков.

10. Большинство детей в этот период времени отдаляется от родителей, предпочитая группу сверстников.

Первые проблемы подросткового периода

Ваш ребенок входит в пору своего физиологического взросления. Это вносит определенные изменения в его характер, взаимоотношения с окружающими людьми и сверстниками. Очевидное физическое взросление меняет взгляды ребенка на жизнь, его ценностные ориентиры
Развитие подростка – это начало поиска себя, своего уникального «Я». Это путь становления индивидуальности.
В психологии этот период времени называют периодом «брожения» психики, за ним наступает период достаточной уверенности и равновесия.
Этот период почти всегда бывает болезненным, это время проблем между детьми и родителями. Поддержка семьи вашему ребенку сейчас очень важна. Ему как никогда нужны ваше тепло и забота, понимание и доверие
Кто виноват?
"Вдруг" ничего не случается!
И это главное, что нужно понять.
Как говорят психологи, становление подростка как личности проходит в несколько этапов.
И, скорее всего, если поведение
сына или дочери вас сильно огорчает, следует пересмотреть стиль собственного воспитания. Вероятно, вы упустили какой-то важный момент. Не заметили, когда ваш авторитет, ласка, строгость или просто внимание остро требовались ребенку...
К сожалению, такого рода конфликты легко трансформируются в ситуацию "поздно пить "Боржоми". Но, как говорится, кто предупрежден, тот вооружен. Просто будьте предельно внимательными в так называемые "пиковые" этапы взросления подростка.
По большому счету
их всего два...
Этап первый – 10-13 лет:
«Оставьте меня в покое!»
Ребенок в этот период переживает гормональную перестройку организма. Он быстро утомляется, ему часто хочется побыть одному. Но в это же время необходимо закрепить за собой авторитет, ведь от того, как он покажет себя, зависит его "статус" в среде сверстников. Значит необходимо бывать "на людях". И что же происходит?
Желание одиночества и невозможность этого приводит к конфликту в душе подростка - он капризничает, становится раздражительным, может обронить резкое словцо. Свободное время он проводит не как раньше - с родителями, а в компании друзей. Авторитет какого-нибудь Коли становится важнее, чем мнение отца.
Типичная ошибка родителей
Многие мамы и папы, памятуя о том, как еще пару лет назад их медвежоночек был плюшевым и послушным, пытаются вернуть былую идиллию, сажая ослушника на "короткий поводок". Они заставляют его бросить компанию сверстников, навязывают свое общество и доказывают, что "Коля двоечник и хулиган", могут и накричать в порыве эмоций.
Стоит ли удивляться, если "медвежоночка" после этого дома будет не сыскать, а убежденность в том, что "друг Коля" лучше папы (хотя бы потому, что во всем его понимает), только укрепится.
Что делать?
Не предпринимайте ничего! Психологи говорят: этот этап благополучно пройдет, если родители перестанут смотреть на подростка как на маленького ребенка и научатся уважать его мнение и прислушиваться к нему, перестанут делать выговоры и унижать его друзей. Неплохо в этой ситуации пригласить домой его приятелей. По крайней мере вы сможете составить о них какое-то мнение.
Этап второй – 14 - 15 лет:
«Не учите меня жить!»

Гормональный фон постепенно выравнивается, но появляется переизбыток энергии, который срочно нужно куда-то девать. Подросток в этом возрасте живет по принципу "сила есть - ума не надо". Столь же прямолинейна и его логика, он делит мир только на "хорошее" и "плохое " …

Внимание, только внимание!
Универсальные советы на каждый день.

Самая главная ошибка родителей
(и, к сожалению, самая типичная) - усматривать в "недопустимом" поведении повзрослевших чад исключительно злой умысел.
Крайне вредное заблуждение!
Знаете ли вы, что изменения во внутреннем мире подростка специалисты-психологи сравнивают... с процессами, происходившими в Европе начала XVIII - XIX веков? Тогда спокойное существование многих людей было уничтожено революциями и войнами, а место классической культуры занял бурный и страстный романтизм.
Так вот подростки, по мнению ученых, - те же романтики, только страсти кипят у них в душе. Но, в отличие от писателей и художников, они не умеют рассказать о том, что творится с ними.
Вот почему они бывают такими раздражительными, хамоватыми, злыми, плаксивыми, наглыми и самонадеянными. И напрасно родители задают сакраментальные вопросы типа "почему" и "как ты мог" - подросток и сам не знает ответа. Часто все происходит помимо его собственной воли. И только родители, а не "друг Коля", способны удержать его от глупостей, не дать потеряться в этом мире.
Поэтому:
Помните, что дурные поступки не всегда являются отражением внутреннего мира подростка.
Сопереживайте, не высмеивайте и не отталкивайте в минуты откровенности.
Старайтесь проводить время вместе. Только не сидите молча у телевизора, а займитесь интересным ему делом. Например, сыграйте в баскетбол или спойте под гитару.
Не вмешивайтесь в занятия, с которыми он справляется и без вас, не навязывайте свое мнение по любому вопросу, не критикуйте.
Помогайте, когда он просит вас об этом.
Поддерживайте даже самые ничтожные успехи во всем - в учебе, спорте и т.д.
Делитесь своими чувствами.
Разрешайте конфликты мирным путем. Не давайте волю слезам, крикам, угрозам.
Чаще используйте приветливые фразы. Например: "Мне хорошо с тобой", "Я рада тебя видеть", "Мне нравится, как ты...", "Я по тебе соскучилась", "Давай (посидим, поделаем...) вместе", "Ты, конечно, справишься", "Как хорошо, что ты у нас есть"...
Обнимайтесь! Не менее четырех, а лучше восьми раз в день. В проявлениях родительской ласки "взрослые" подростки нуждаются порой отчаяннее, чем крохотные карапузы.
Что остаётся?
Да, подросшие дети - не подарки. Очень сложно порой вести себя с ними сдержанно и спокойно. Но важно помнить мудрые слова: "И это пройдет". Возьмите за правило, ложась спать, анализировать прожитый день. Мысленно отмечайте ошибки в общении с подростком, старайтесь спрогнозировать его поведение.
Такая предсказуемость поможет спокойному и доброжелательному общению. Тогда, став действительно взрослым человеком, он не потеряет уверенности в том, что лучшие друзья - это родители. Ведь именно они в трудную минуту поддержали, смогли понять и принять.
Наградой вам будут доверие, уважение и любовь.
А это так важно…