

Тебе не нужно быть идеальным, чтобы тебя любили и ценили.

Почему подросток постоянно думает о противоположном поле?

Огромную роль в жизни подростка играют сексуальные интересы. Биологической особенностью подросткового возраста является гормональная перестройка организма. С этим связана половая идентификация подростков. Именно в этом возрасте закрепляются особенности поведения относительно своей половой принадлежности. Одной из причин появления конфликтов в этом возрасте является именно половое созревание. Прилив сексуальной энергии расшатывает внутреннее равновесие, а это вызывает дисбаланс в психическом состоянии подростка. Итак, если у вашего ребенка начался переходный возраст, наберитесь терпения и старайтесь спокойно воспринимать все изменения в поведении и характере подростка. Все, что будет происходить с ним в ближайшие годы, имеет физиологическое и психологическое объяснение, и ваш ребенок не виноват в том, что внутри него разгорается буря. Просто будьте рядом, пытайтесь скруглять углы и не идти на конфликты, примите его желание казаться взрослым, и разговаривайте, как можно больше разговаривайте с ребенком, даже если вам кажется, что он вас не слушает. Поверьте, слушает и прислушивается, просто не подает виду.

7 ВЕЩЕЙ, КОТОРЫЕ НУЖНО СЛЫШАТЬ КАЖДОМУ РЕБЕНКУ

1. Я люблю тебя.
2. Я горжусь тобой.
3. Извини меня.
4. Я прощаю тебя.
5. Я тебя слушаю.
6. Это твоя ответственность.
7. Ты сможешь это сделать.



Даже если этому ребенку 30 лет.



ГБУЗ СО «БЕРЕЗОВСКАЯ ЦГБ»

КЛИНИКА, ДРУЖЕСТВЕННАЯ К МОЛОДЕЖИ

Оказание психологической помощи подросткам и их родителям: диагностика психологических проблем, психологическое консультирование, тренинговые занятия по формированию позитивного отношения к собственному здоровью, по формированию мотивационного отказа от курения для подростков, по формированию позитивных установок воспитания для родителей.

Адрес: г.Березовский, ул. Шиловская, д. 28, здание детского стационара
Телефон для предварительной записи на консультацию: 8-9000-41-41-27 (в рабочие дни с 08.00 до 10.00)
Эл. почта: kdm_vita@mail.ru



ГБУЗ СО «БЕРЕЗОВСКАЯ ЦГБ»

КЛИНИКА, ДРУЖЕСТВЕННАЯ К МОЛОДЕЖИ



6 ПОЧЕМУ О ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Г. БЕРЕЗОВСКИЙ, 2016

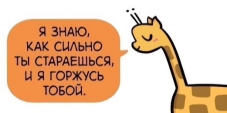
6 «почему» о подростковом возрасте

На консультациях и групповых занятиях часто приходят вопросы от родителей подростков о природе поведения их детей. Зачастую понять школьников во время переходного возраста бывает очень сложно, так давайте же разберем самые популярные вопросы и попробуем понять, что же стоит за странным поведением подростков?



Почему ребенок перестал разговаривать с родителями и стал скрывать свои проблемы?

Подросток очень хочет отделиться от взрослых, быть самостоятельным и независимым. Этот бунт заложен в его природе. Семья не престаёт играть огромную роль в жизни ребенка, подростку важно мнение родителей и других взрослых, но в то же время он хочет самостоятельности. Часто подросток не знает, как попросить совета у взрослых, думая, что тем самым он опустится в глазах родителей и снова встанет на ступень детства. Не мешайте ребенку, прощупывать границы возможного. Проявите внимание к ребенку, объясните, что не собираетесь его осуждать, ругать, обвинять в чем-либо, но и не приставайте с расспросами, просто покажите, что у него есть свое внутреннее неприкасаемое пространство, но вы всегда рядом.



Почему подросток стал хуже учиться?

Так как основным видом деятельности подростка является общение, то именно от этого зависит успеваемость ребенка в школе. Так, например, при ухудшении отношений со сверстниками успеваемость подростка стремительно падает и, наоборот, чем лучше отношения с ровесниками, тем выше уровень успеваемости. Кроме того, в начале подросткового возраста появляются первые сексуальные влечения и интересы и происходит отмирание предыдущих, детских интересов, с этим также связано падение успеваемости и снижение общей работоспособности. Но благодаря этому подросток формирует новую систему интересов, в которую входит повышенный интерес к психологическим переживаниям других людей, а также самого себя. Ребенок начинает задумываться о своем будущем и создает свою некую воображаемую действительность, мечту.



Почему подросток связался с «плохой компанией»?

Огромное значение подростки уделяют выделению себя как отдельного, уникального члена общества. Попытки выделиться из «серой массы» могут привести ребенка к совершению асоциальных действий. Подростки стремятся в кратчайшие сроки расширить границы собственного личного опыта, они ищут приключения, и, зачастую, не признают свое поведение отклоняющимся от нормы. Они считают это абсолютно нормальным, так как очень увлечены собой и не умеют пока еще адекватно оценивать ситуации и собственные возможности. Причиной отклонений в поведении подростков может также стать непонимание со стороны родителей и сверстников, безнадзорность, дефицит общения внутри семьи, попустительство со стороны близких и даже отрицательная оценка ребенка родите-

Если подростку кажется, что он всеми отвергаем, а потребность к самоутверждению неудовлетворенна, то ребенок ищет себе компанию за территорией своей безопасности. Подростку необходимо доказать себе и окружающим, что он взрослый, и, как у каждого взрослого, у него есть друзья. В этой компании ребенок может компенсировать свои личностные неудачи.



Почему подросток перестал выходить на улицу?

Переходный возраст – очень сложный период для самого ребенка. Изнутри его разрывает буря эмоций, с которой он не всегда в состоянии справиться. Некоторые дети уходят в себя, начинают увлекаться чтением, фильмами, много времени проводят в Интернете и в социальных сетях – это нормально. Не все подростки проводят все время, гуляя на улице. Некоторым необходим покой для того, что найти свое «я».



Почему подросток недоволен своим внешним видом?

Подростки очень увлечены своим внешним видом и очень болезненно реагируют на любое несовпадение с их субъективной нормой внешности, поэтому преувеличивают и выдумывают телесные недостатки. «У меня некрасивые пятки», - это нормальная фраза обычного подростка. Будьте терпеливы к таким недовольствам, к попыткам изменить свою внешность – все это необходимо для того, чтобы подросток осознал собственную уникальность и стал адекватно оценивать себя.