

Психологические особенности младших подростков (11-12 лет)



Возраст детей 11-12 лет – это пограничный возраст между детьми и подростками, но дети в этом возрасте уже больше подростки, чем малыши. Они – подростки. Возраст 10-12 лет называется младшим подростковым возрастом. Этот переходный возраст нужен для решения важных жизненных задач, направленных на развитие личности и взросление ребенка. В этот период ребенок как губка впитывает культурные и социальные ценности, от которых в дальнейшем зависят его главные жизненные выборы. В ярком подростковом возрасте, когда дети подрастут, 14-16 лет, они начнут плевать этими впитанными ценностями, говорить, что «это не мое, это вы мне навязали!» и искать свою дорогу. Но это будет потом, а пока они восприимчивы ко взрослым и тем установкам, которые взрослые им транслируют.

На этом этапе происходит начало полового созревания. Из-за этих начинающихся физических изменений, которые, возможно, еще не очень заметны, у ребенка происходят изменения в познавательной сфере: снижается скорость выполнения каких-либо заданий, ребенок замедляется, чаще отвлекается, неадекватно реагирует на простые замечания. Иногда дети ведут себя вызывающе. Они раздраженные, с частыми сменами настроения. А иногда могут капризничать как малыши.

Дети в этом возрасте активны, им все интересно, им интересно даже то, что было никогда не интересно. Этот возраст еще называют «возрастом расцвета любознательности, ее зенита». Ребенку еще не было так все любопытно до этого возраста и уже не будет после. Этот возраст – пик любознательности. Но, к сожалению, или к счастью, эта любознательность изменчива, поверхностна, сегодня одно интересно, завтра другое и редко связана со школьными предметами, с тем, чему учат в школе. Детям интересно все, что не касается школы и школьной программы.

Одновременно с некоторой внешней неуправляемостью, дети этого возраста гибки в своем поведении, восприимчивы и открыты для сотрудничества. Они уже достаточно зрелы интеллектуально. И родителям пора начинать выстраивать партнерские отношения с ними, вести диалог. Этот навык ведения диалога и построения партнерских отношений очень поможет родителям в дальнейшей жизни с подростком. Пора попробовать в общении с ребенком передвигаться от диалога «родитель-ребенок» к диалогу «взрослый-взрослый». Ребенок начинает считать себя взрослым, в нем зарождается чувство взрослости. Он – взрослый, который еще

не обременен ответственностью. И родители могут начинать ему эту ответственность давать взамен на его требования взрослого к нему отношения. «Ок, ты взрослый, я тебе разрешаю то-то и то-то, а от тебя жду выполнения вот этих задач. Теперь это твоя ответственность!» Если подростку не давать этого уважения и равноправия, которые он хочет, это проявится негативными чертами подросткового кризиса. Подросток взбунтуется, обвинит всех и вся и обидится на весь мир. Но, повторюсь, когда даете ребенку дополнительные взрослые права и свободы, нагрузите его еще и ответственностью, ведь взрослая жизнь она такая – не только мёд ложками, но эту ложку надо помыть и поставить на место, а мед купить на заработанные деньги.

Психологические особенности подростков (13-14 лет)



Возраст детей 13-14 лет – это вступление в пору подростковости. Со стартом этого периода (у кого-то он начинается раньше, у кого-то позже) начинается этап полового созревания. Эти физические перестройки приносят много неудобств подростку как внешних (прыщи, нескладное телосложение), так и внутренних.

Физическое созревание влияет на нервно-психическую деятельность. Подростки очень эмоциональны, изменчивы, зациклены на своих переживаниях. У подростков в этом возрасте наблюдается внутренний конфликт – две исключают друг друга потребности – потребность в обособлении, отделении, утверждении себя как личности и потребность в социализации, потребность быть принятым, быть частью группы, отличной от семьи. Чаще это группы сверстников. И в то же время подросток не замечает других личностей вокруг себя, не считает нужным уважать других, но требует уважения к себе.

Формирование компании сверстников, в которую входит ребенок, не должно пугать родителей. Для подростка в данный период важнее быть членом этой компании не смотря ни на что, чем не быть ни с кем, быть в одиночку. Если подросток не примкнул ни к какой группе, у него нет пары-тройки друзей, ребенок чувствует себя одиноким настолько, что может возникнуть депрессия.

Так же и если случается отвержение, непринятие его в его компании. Такие случаи переживаются очень тяжело и эти переживания реальны. Подростки в возрасте 13-14 лет могут ослаблять контакты с семьей, игнорировать родителей и их влияние. Ребята всячески показывают окружающим, особенно родителям, что они взрослые. Для доказательства своей взрослости в ход может пойти курение, употребление алкоголя, вступление в половые связи.

Несколько рекомендаций, которые облегчат общение родителя с ребенком в подростковом возрасте:

- подросток и сам знает, что выглядит не идеально, он смотрит на себя в зеркало чаще, чем вам кажется. Так что не стоит напоминать ему о новом прыщике на носу и кудрявости на ногах. Принимайте, помогайте, только не старайтесь изменить.
- проявляйте внимательность к ребенку, искренне интересуйтесь его делами. Если он делает то, что вам не нравится, мягко говорите о том, как бы вам хотелось, чтобы он поступал. Делайте это очень дозированно!
- не отодвигайте себя на задний план, у вас тоже есть своя жизнь и свои интересы. Делитесь ими с ребенком, слушайте его советы. Даже если они вам кажутся нелепыми – ваш ребенок считает именно так и это ценно!
- дети к этому возрасту часто уже проинформированы об отношениях полов, только насколько качественна эта информация неизвестно. Поэтому станьте источниками информации по вопросам физиологии и секса для своих детей. Будьте открыты для таких вопросов, если они захотят спросить. Подростки способны уже воспринимать такую информацию адекватно.
- будьте терпимы к перепадам настроения ребенка, не обижайтесь, не злитесь. Помните – сейчас он такой, но это не навсегда!

Психологические особенности старших подростков (15-16 лет)



Возраст детей 15-16 лет называется старшим подростковым возрастом. Дети в этом возрасте уже практически сформировавшиеся интеллектуально развитые личности. У них есть свое мнение и свой вкус. Они готовы вести обсуждение по любому вопросу, аргументировано доказывать свое мнение. Все большее место в их жизни занимает учеба, репетиторы и мысли о поступлении.

Психологические, личностные изменения у подростка происходят неравномерно. Подросток заявляет о себе, как о взрослом человеке, но порой совершает детские поступки. Это связано с тем, что подростки еще не имеют хорошо усвоенных взрослых форм поведения, взрослых «заготовок» поведения. Именно поэтому часто в своих фантазиях и высказываниях подросток описывает более решительные действия, а в реальности уступает ситуации и не всегда владеет ей.

Потребность в признании собственной взрослости в этом возрасте максимальна, а социальная жизнь, которую ведет подросток, в основе своей остается прежней: ребенок также ходит в школу, делает домашние задания, общается с друзьями и семьей. Эта потребность в изменениях и невозможность их совершить зачастую вызывает конфликты подростка с родителями и учителями. Дети в этом возрасте – это «гипертрофированные», преувеличенные взрослые, которые на все имеют свое мнение, без конца его высказывают и не готовы учитывать мнение других людей. Но несмотря на то, что подросток не готов слушать других, к его мнению стоит прислушиваться, есть вероятность, что это пойдет на пользу вашим отношениям и подросток ответит взаимностью.

Вот несколько правил, которые желательно соблюдать при взаимодействии с подростком:

- Уважайте его мнение и его вкус. В старшем подростковом возрасте у ребенка формируется свой стиль в одежде, свои предпочтения в музыке, в кино. Иногда и даже часто родители не разделяют пристрастий своего ребенка. Любить его музыку и его внешний вид совсем не обязательно, достаточно просто уважать!

- Уважайте выбор вашего ребенка. Это касается разных сфер жизни – выбор прогулять полдня, а ночью делать уроки; выбор не идти на юбилей к бабушке, даже если там собирается вся семья; выбор купить дорогую вещь сейчас и остаться на несколько месяцев без карманных денег. Давайте ребенку право на такие решения и следите за тем, чтобы он сам нес ответственность за последствия своих выборов и поступков.

- Привлекайте подростка к решению семейных задач. Соберите семейный совет и вместе решите, куда семья поедет путешествовать. Или распределите вместе семейный бюджет. Подросток будет чувствовать свою значимость в семье наравне со взрослыми.

- Чем старше становится ребенок, тем больше личных границ он выстраивает вокруг себя. Не надо трогать вещи в его комнате. Если там бардак – это его бардак и его это устраивает. Стучитесь, когда заходите в комнату. Чем скорее вы примете эти границы, тем меньше конфликтов будет между вами.

- Дети в этом возрасте ищут себя, пытаются понять кто они такие, хорошие они или плохие. Именно для этого, для понимания с какой я стороны, какой я, благополучные подростки могут вступать в неблагополучные компании, начинать дружить с плохими ребятами. Не пугайтесь этого, если вы подали ребенку хороший личный пример, ребенок сможет сделать правильный выбор между добром и злом. А если ваш личный пример не так хорош, не ожидайте лучшего от вашего ребенка. Возможно, он станет лучше вас, но это произойдет намного позже, в более осознанном возрасте.

- Не критикуйте компанию, с которой общается ваш ребенок, даже если она вам действительно не нравится. Это может повлечь за собой утаивание подростком своего общения с ними. Пусть ребенок сам примет решение с кем ему быть – доверьте ему это, он сделает правильный выбор.

Перепады настроения – частая история в жизни подростка. Принимайте это спокойно. Вы знаете, что неожиданные смены настроения характерны для возраста вашего ребенка, соответственно, переживать по этому поводу не стоит и злиться тоже ни к чему. Ваш ребенок в этом возрасте будет не всегда – все временно, и его настроение тоже со временем придет в норму. Лучшее, что вы можете сделать с вашими эмоциями, которые все же есть, и никуда их не денешь, - выразить их словесно в форме «я-сообщения». «Я злюсь, когда люди не выполняют своих обещаний. Еще больше я злюсь, когда не исполняет свои обещания моя дочь». «Мне не приятно, когда кто-то ходит по дому в уличной обуви. Мне жалко своего труда. Не делай так больше». Тем самым вы подадите пример конструктивного диалога ребенку.

Старший подростковый возраст – это возраст, когда этап подростковости заканчивается. После этого этапа начинается юношеский возраст.