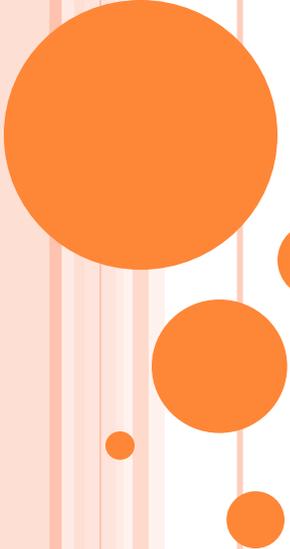


# МИР ПОДРОСТКА (КРИЗИС 13 ЛЕТ)



**«Наши дети – это наша старость. Правильное воспитание – это наша счастливая старость, плохое воспитание – это наше будущее горе, это наши слёзы. Это наша вина перед другими людьми, перед всей страной»**

**А.С.Макаренко**

# КТО ОНИ ПОДРОСТКИ? ЧТО МЫ ЗНАЕМ О НИХ?

Часто подросток с точки зрения взрослого «трудный». Трудный? А может, они его плохо знают, и взрослым трудно с ним, а ему трудно с ними. «Почему он нам грубит? Почему готов гонять в футбол 3 часа, а сделать дело его не допросишься? Почему стал хуже учиться? Почему? Почему? Почему?»



# КРИЗИС 13 ЛЕТ

- ▣ Наблюдается снижение продуктивности и способности к учебной деятельности даже в той области, в которой ребёнок одарён.
- ▣ Вторым симптомом кризиса – негативизм. Ребёнок отталкивается от среды, враждебен, склонен к ссорам, нарушению дисциплины. Одновременно испытывает внутреннее беспокойство, недовольство, стремление к одиночеству.

У мальчиков негативизм проявляется ярче и чаще, чем у девочек, и начинается позже – в 14 – 16 лет.



# ОСОБЕННОСТИ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКА

- Первое-это перестройка опорно-двигательного аппарата: рост трубчатых костей опережает рост мышечной массы.
- Дыхательные органы: у подростка усиленно развивается грудная клетка и дыхательные мышцы, растут легкие.
- Еще одна особенность подросткового возраста: мальчики и девочки бурно растут, но девочки в период 11-12 лет, а мальчики в 13-14 лет. Поэтому в 11-12 лет кажется, что мальчики меньше , а девочки старше.
- Это важно! Процессы возбуждения и торможения коры головного мозга у взрослого человека уравновешены, а у подростка – нет. В этом возрасте процесс возбуждения преобладает над процессом торможения.

**Если об этом помнить можно избежать многих трудностей и проблем!**



# ВОЛНООБРАЗНАЯ ЦИКЛИЧНОСТЬ В НАСТРОЕНИИ И ПОВЕДЕНИИ ДЕТЕЙ

- 5 – 6 лет – беспокойный;
- 6,5 лет – уравновешенный;
- 7 лет – вновь беспокойный, раздражительный;
- 8 лет – энергичный;
- 9 лет – замкнутый, невротичный;
- 10 лет – спокойный контактный;
- 11 лет – беспокойный;
- 12 лет – уравновешенный;
- 13 лет – беспокойный;
- 14 лет – энергичный;
- 15 лет – замкнутый;
- 16 лет – спокойный и контактный.



# ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ ПОДРОСТКА. РЕАКЦИЯ ЭМАНСИПАЦИИ

**От чего пытается освободиться подросток? –**

конечно, от опеки взрослого. Подросток хочет быть самостоятельным, хочет сам принимать решения, хочет чувствовать себя «на равных» со взрослым.

Однако по своим возможностям подросток не всегда может проявлять себя как взрослый, ему еще не хватает опыта, знаний, умений, навыков.



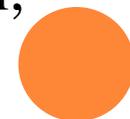
# ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?

Давать подростку самостоятельность. Но самостоятельность — это не только наличие прав, но и выполнение обязанностей. Подросток ценит, когда к нему предъявляют какие-либо требования и возлагают на него ответственность, т.к. это — признак взрослости.



# КАК ЖЕ ПРЕДЪЯВЛЯТЬ ТРЕБОВАНИЯ ПОДРОСТКУ?

- во-первых, требования должны быть адекватными и целесообразными;
- во-вторых, необходимо обязательно реагировать на то, выполнил подросток просьбу, задание или нет.
- подростки очень ранимы, и особенно остро воспринимают свои неудачи и просчеты;
- для психологического развития подростка реакция эмансипации- это неременное условие нормального развития человека.
- именно в этом возрасте ценность друзей начинает проявляться особенно ярко, потому что только в компании друзей подросток чувствует себя защищенным и уверенным
- именно в подростковом возрасте появляется хобби, возрастает интерес к различным занятиям в кружках, секциях. Очень ярко проявляется любовь к кумирам, артистам, спортсменам, музыкантам.



# КОНФЛИКТЫ И ПОДРОСТКИ

- Избегай конфликта!
- Незачем что-то доказывать, когда кто-то из сторон находится в состоянии отрицательного возбуждения!
- Нужно замолчать! (сказать себе)
- Просто уйти!
- Пример взрослых!

Ссоры, семейные скандалы и конфликты в школе — всё может обернуться для подростка страхами, чувством безысходности, невротическими состояниями.



# ВЫЯВЛЕНИЕ АГРЕССИВНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

№	Утверждения	Да	Нет
1	Временами кажется, что в него (неё) вселился злой дух		
2	Он (она не может промолчать, когда чем-то недоволен(а)		
3	Когда кто-то причиняет ему(ей) зло, он(она) обязательно старается отплатить тем же		
4	Иногда без всякой причины может выругаться		
5	Бывает, что он(она) с удовольствием что-то рвёт или ломает.		
6	Иногда он(она) так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.		
7	Он(она) не прочь подразнить животных.		
8	Переспорить его(её) трудно		



9	Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает		
10	Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое.		
11	В ответ на обычное распоряжение стремиться сделать всё наоборот.		
12	Часто не по возрасту ворчлив.		
13	Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.		
14	Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виновных.		
15	Легко ссорится, может вступить в драку.		
16	У него нередко приступы мрачной раздражительности		
17	Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.		
18	Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.		



# ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ

Каждый положительный ответ оценивается в 1 балл, отрицательный – 0.

Высокая степень агрессивности от 15 до 20 баллов.

Средняя степень агрессивности от 7 до 14 баллов.

Низкая степень агрессивности от 1 до 6 баллов.



# СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ



- Не смотря ни на что, сохраняйте положительное представление о своём ребёнке.



- Не ограждайте ребёнка от обязанностей и проблем. Решайте все дела вместе с ним.



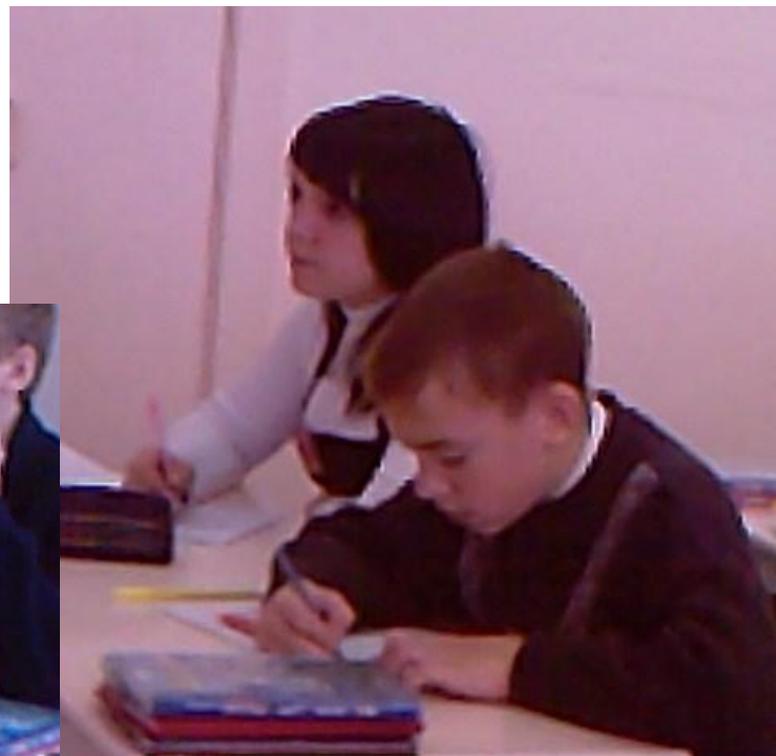


- Следите за своей внешностью и поведением.  
Ребёнок должен гордиться Вами.



- Чаще разговаривайте с ребёнком. Помните, что ни телевизор, ни компьютер не заменят ему вас.





- Не ограничивайте ребёнка в общении со сверстниками.



# ПОМНИТЕ: ДЕТИ, КАК СКАЗАЛ МУДРЕЦ, ВСЕГДА ПРАВЫ, ИБО ИМ ПРИНАДЛЕЖИТ БУДУЩЕЕ



Подготовила педагог-психолог Степанцова Е.А.

