

5) Познание и поиск себя, раскрытие своего "Я".

Происходит поиск и выбор новой взрослой идентичности, нового отношения к себе и к миру. Подростки склонны к уходу в себя, чрезмерно самокритичны и чувствительны к посторонней критике. В этот период ребенок склонен переоценивать или недооценивать свои качества и свойства. Поэтому любая оценка со стороны других может вызвать бурную и непредсказуемую реакцию.

Рекомендации:

избегать оценок личности, высказывать отношение к поступкам, поведению;

развивать самосознание ребенка (спрашивать о смыслах поступков, намерениях, мотивах поведения);

обучать навыкам самоконтроля;

помогать ребенку развивать свои положительные черты характера, совместно корректировать отрицательные черты. Важно научить подростка не только видеть свои недостатки, но и понимать, уметь опираться на свои достоинства, на сильные стороны своей личности.

6) Снижение успеваемости и низкий уровень мотивации учения.

В этот возрастной период учеба уходит на второй план. Подростки не хотят выполнять требования, предъявляемые к ним учителями, так как это накладывает систему ограничений и запретов и противоречит их свободе.

Рекомендации:

объяснять ребенку, что данный период учебной деятельности помогает ему овладеть определенными знаниями, умениями и навыками, необходимыми для успешного будущего;

формировать ответственное и осознанное отношение к учебе;

хвалить за малейшие положительные результаты, стимулировать мотивацию;

ставить перед подростком четкие цели, совместно определять сроки их достижения.

Для преодоления подросткового кризиса в арсенале замещающих родителей должны быть **внимание, сочувствие, терпение, требовательность, честность, открытость, доброта, ласка, забота, доверие, понимание, такт.**

Важно использовать такой метод, как **наблюдение**. Необходимо замечать резкие изменения во внешности, поведении, эмоциональном состоянии ребенка и в процессе доверительной беседы с подростком выяснить причину и наметить пути решения возникших проблем. Следует бережно, с пониманием относиться к внутреннему миру подростка, его переживаниям.

Откровенность, доверие должны быть взаимными, только тогда между замещающими родителями и подростком не будет стены недопонимания, тайн и непонимания.

"В душе каждого ребенка есть невидимые струны. Если тронуть их умелой рукой, они красиво зазвучат".

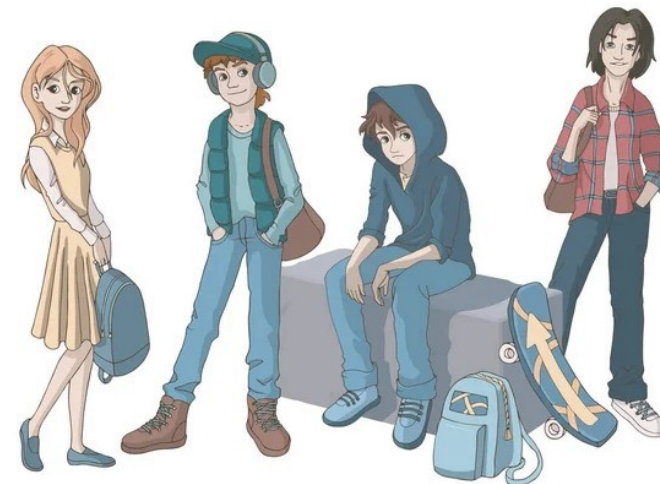
В.А. Сухомлинский



Государственное учреждение образования
"Витебский областной
социально-педагогический центр"

Основной отдел защиты прав и законных
интересов несовершеннолетних

Сложности подросткового возраста: рекомендации замещающим родителям



* Изображения взяты из открытых источников

Витебск, 2026

Подростковый возраст – это период развития детей от 10-11 до 15-17 лет, который характеризуется бурным психофизическим развитием и перестройкой социальной активности ребенка.

В это время складываются устойчивые формы поведения, черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют будущую жизнь ребенка, его физическое и психическое здоровье.

Основной особенностью этого возраста являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития ребенка.

Подростковому возрасту характерны: гормональная перестройка, половое созревание;

эмоциональная неустойчивость; снижение продуктивности умственной и физической деятельности;

сильно выраженное стремление разобраться в самом себе, активный поиск своего "Я";

отвержение ценностей, неприятие и нарушение установленных правил, негативизм;

стремление к лидерству в группе сверстников;

проблемное поведение.



Особенности подросткового возраста:

1) Половое созревание и неравномерное физиологическое развитие обуславливают эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения.

Кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, импульсивности поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения. У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, колеблется самооценка, он в это время очень раним, конфликтен, может впадать в депрессию.

Рекомендации:

быть терпеливыми;
постараться понять и принять ребенка;
оказывать помощь и поддержку;
проявлять внимание к его личностным переживаниям, проблемам;

формировать уверенность ребенка в себе, акцентируя внимание на его личностных положительных качествах и способностях.

2) Появление чувства "взрослости", желание подростка признания своей "взрослости".

В этом возрасте подростки стремятся освободиться от эмоциональной зависимости от взрослых. Они стремятся расширить свои права, делать так, как они сами хотят, знают, умеют. Они не хотят слушать взрослых.

Рекомендации:

строить общение с ребенком в форме диалога, где существует равенство позиций взрослого и подростка;

учитывать точку зрения ребенка при решении каких-либо вопросов;

предъявлять к ребенку разумные требования;

относиться с пониманием к совершаемым ошибкам;

формировать у ребенка ответственное поведение.

3) Смена ведущей деятельности: учебную деятельность вытесняет интимно-личностное общение со сверстниками.

Именно в процессе общения со сверстниками происходит становление самосознания ребенка, формируются навыки социального взаимодействия. В этот период подростку важно, какое положение среди сверстников он занимает, как они к нему относятся.

Рекомендации:

формировать у ребенка навыки общения с другими, обучать бесконфликтному поведению;

контролировать общение ребенка, в том числе и в социальных сетях, так как в этот период увеличивается вероятность общения с асоциальными группами.

4) Проявление интереса к противоположному полу.

В этот период происходит изменение отношений между мальчиками и девочками: они начинают проявлять интерес друг к другу как к представителю другого пола. В этой связи подростку становится особенно важно, как относятся к нему другие. Возникают переживания по поводу себя, своей внешности.

Рекомендации:

строить доверительное общение с подростком, проявлять тактичность, открытость и искренность;

расширять круг знаний ребенка о взаимоотношениях с противоположным полом;

рассказывать о возможных последствиях и возникающих проблемах;

обращать внимание подростка на положительные качества личности, формировать уверенность в себе.