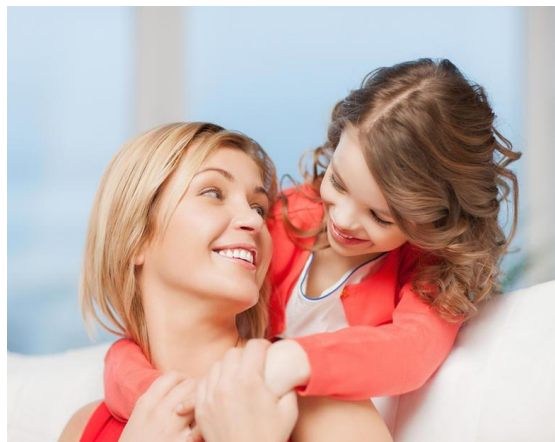


«Как общаться с ребёнком младшего подросткового возраста»

В младшем подростковом возрасте у ребёнка возникает интерес к собственной личности; потребность в самопознании, интерес к человеку вообще, его внутреннему миру. Подросток сравнивает себя с другими, оценивает себя, нередко в этот период снижается самооценка. Как же помочь ребенку в этот период?

Подростковый возраст “начинается” с изменения социальной ситуации развития: подросток находится в состоянии между взрослым и ребенком — при сильном желании стать взрослым.

Подросток стремится отстаивать свою независимость, приобрести право голоса. Избавиться от родительской опеки. Это не столько путь от зависимости к автономии, сколько движение к социальным отношениям.



Психологическая поддержка ребёнка младшего подросткового возраста.

1. У подростка очень хрупкий организм, он может часто болеть, у него обостряются хронические заболевания. Надо помочь организму справиться с перестройкой. Важно следить за соблюдением режима дня.
2. Самое важное для ребенка – общение. Разговаривайте с ним каждый день, обсуждайте, что интересного произошло в течение дня.
3. Старайтесь не ругать подростка в случае неудачи. Помогите ему разобраться в причинах случившегося.
4. Чаще хвалите ребенка и проявляйте любовь, не забывайте о тактильном контакте (обнимайте, целуйте).
5. Учитывая, что главное новообразование возраста – чувство взрослости, расширяя обязанности подростка, не забывайте расширять его права.
6. Профилактика вредных привычек заключается, прежде всего, в том, чтобы самим отказаться от них.
7. Физические нагрузки, благодаря выработке особых веществ в организме, способствуют повышению тонуса, настроения.
8. В случае появления у ребенка необычной манеры поведения проанализируйте причины ее появления, при необходимости обратитесь к психологу.

В младшем подростковом возрасте у ребёнка возникает интерес к собственной личности; потребность в самопознании, интерес к человеку вообще, его внутреннему миру. У ребёнка возникает чувство взрослости. Подросток становится восприимчивым к усвоению норм, ценностей и способов поведения, существующих в мире взрослых и в их отношениях. Именно в подростковом возрасте происходит сознательное усвоение ценностей.

Подростки склонны к подражанию сверстникам, создают себе кумиров (которыми могут быть известные люди). Это может привести ребёнка к ошибочным и даже к аморальным представлениям и поступкам. То есть они часто идут за толпой, действуют «как все». Необходимо как можно больше беседовать с ребёнком, побуждать его выражать своё собственное мнение о различных ситуациях, задавая вопросы:

«А как ТЫ считаешь? Что ТЫ думаешь по этому поводу?».

Подростковый возраст – это кризисный период развития. В этом возрасте в организме ребёнка начинаются существенные физиологические и психологические изменения. Вследствие гормональной перестройки организма повышается возбудимость нервной системы. По этой же причине у ребёнка снижается память, интеллектуальные способности. Возникает первая влюблённость.

Часто ко всему перечисленному присоединяются конфликты с родителями. Ведь подросток пытается отделиться от родителей, стремится к самостоятельности и не всегда адекватными способами – начинает грубить, противоречить, часто родители слышат слово «отстань».

Как на это всё реагировать родителям? Во-первых, вести себя спокойно, достойно, адекватно, не принижать личность ребёнка, уважительно относиться к его мнению. На грубость, выплеск негативных эмоций ребёнка можно ответить:

«Мне очень неприятно слышать такие слова», «Меня обижает такое отношение», «Я расстроена/ раздражена/ рассержена и т.д. этой ситуацией».

Иногда можно проигнорировать нежелательное поведение ребёнка. Ведь часто ребёнок просто не может собой управлять!



В этом возрасте интересы ребёнка часто меняются и он может менять кружки и секции, не увлекаясь надолго чем то одним.

Поддержка родителей также важна ребёнку. Подросток испытывает, тщательно скрываемую от взрослых, но очень сильную потребность в одобрении и поддержке. Он хочет выглядеть взрослым и независимым.

Как мы можем оказать психологическую поддержку ребёнку? В чём она будет проявляться? В словах одобрения и любви, похвале и поощрении, в готовности выслушать, выразить веру в ребёнка, вселять уверенность в него: «У тебя получится, я знаю!».

