

## Переходный возраст

Подростковый возраст (от 11-12-ти до 15-ти лет) – переходный от детства к юности. Он совпадает с обучением в школе (5-9 классы) и характеризуется глубокой перестройкой всего организма.

Вспомните, еще ни так давно ваши дети играли в игрушки, смотрели мультики и даже внешне более были похоже на истинных детей. Что же происходит сейчас? В результате резкой гормональной встряски, дети изменились физически (рост, пропорции тела), и, конечно же, психологически, их стали больше волновать темы связанные со сверстниками (любовь, преданность, дружба), возможно, они стали немного от вас отдаляться, появилась не всегда обоснованная вспыльчивость. Их мир теперь становится все более внутренним, и они не каждого теперь туда запустят, формируется личность ребенка, оформляется собственное мнение. Особенно важно то, что в этом возрасте формируется самооценка, и кто как не родитель может поддержать позитивно этот процесс. Объяснить ребенку, какой он умный красивый и хороший на самом деле.

Подростки хотят быть взрослыми, и хотят, что бы мы, взрослые, относились к ним как к взрослым людям.

У каждого человека должны быть свои личные вещи. Должны быть они и у подростка. Речь идет не о школьной сумке и одежде, а о том, что принадлежит только вашему ребенку, что он может сломать, подарить, потерять и ему за это ничего не будет.

У всех должно быть что-то свое: стол, полка, шкаф. Важно, что все, что находится на этом столе, полке или в шкафу - оно принадлежит только подростку, и узнать о его содержимом мы можем с его разрешения. Вообще не так важно, что хранит и оберегает ребенок, важно, что мы ценим его личное пространство, и он это видит.

Кроме личных вещей, денег и места, в понятие личное пространство входит еще такая категория, как личное время. С вашей стороны будет грамотно оставить своему ребенку час или два в день на его личные дела, и не беспокоить его в этот период:

не просить вынести мусор, сходить в магазин, позвонить бабушке и т.д.

К вопросу о самостоятельности и ответственности. Советуйтесь с подростком, когда решения принимаются относительно всей семьи в целом и особенно, когда это касается самого подростка. Именно советуясь, вы будете выстраивать отношения, которые будут базироваться на доверии.

К 13 годам у ребенка накапливается немало проблем переходного возраста. Постепенно нарастает неуверенность в себе. Появляется тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей, друзей. Подростки готовы “застрять” в положении “обиженного”, “непонятого”, искать выход из трудных ситуаций путями, нередко чрезвычайно опасными для здоровья, стремятся освободиться от зависимости от взрослых. Порой возникают агрессивные, непредсказуемые реакции защиты себя даже в ситуации, когда и угрозы-то никакой нет.

Исходя из всего выше сказанного, обращаюсь к Вам, уважаемые родители, посмотрите на своего ребенка, обнимите его, скажите ему, что любите. Постарайтесь выделить время в своем графике на совместное занятие (можно просто посмотреть вместе кино, пообсуждать или заинтересоваться увлечениями ребенка). Когда к вам обращаются с высказываниями, послушайте и попытайтесь услышать собеседника. Уважайте как свое мнение, так и другого. Все замечания делайте в доброжелательном, спокойном тоне. Не перегружайте опекой и контролем. **ПРОСТО: ЛЮБИТЕ – ДОВЕРЯЙТЕ – ПОНИМАЙТЕ И ПОДДЕРЖИВАЙТЕ** и к вам сразу же повернутся дорогим, ласковым и любящим лицом.