**Подростковый возраст**

Подростковый возраст – кризисный возраст, когда ребята становятся очень ранимыми и болезненно воспринимают отношение к ним окружающих. У ребят этого возраста часто наблюдаются импульсивные, немотивированные поступки. Процесс полового созревания на определенных стадиях сопровождается повышением возбудимости подкорки, и кора головного мозга временно не справляется с функцией контроля.

Возрастающее стремление ребенка к самостоятельности, которое часто встречает со стороны родителей активное противодействие. Часто мы требуем от подростков безусловного подчинения, признания своей правоты во всех ситуациях. Как избежать искушения авторитарностью?

Надо отличать авторитетность (когда ребенок, уважая вас, согласится с вашим мнением) от авторитарности (когда попросту подавляется инициатива ребенка).

Необходимо научиться доверять ребенку, предоставив ему пространство для жизни, для его ошибок, для его собственного опыта, проявления самостоятельности.

Очень важно учитывать психологические особенности этого возраста:

Стремление получить статус взрослых и взрослые возможности, но в сочетании с избеганием взрослой ответственности.

Отказ принимать оценки и жизненный опыт родителей и желание получить свой собственный опыт.

Рост критичности и негативизма. Постулаты взрослых не принимаются на веру.

Самым важным для подростка становится общение со сверстниками. Подростки предпочитают общество себе подобных, т.е. сверстников, а не общество родителей. При этом подростки в группе подчиняются влиянию лидера. (Решающую роль в формировании поведения подростка в группе играет личность лидера группы, а именно, его нравственные качества. Наряду с привлекательными качествами (сила, ловкость), лидер может быть асоциальной личностью.)

Так же, как детям необходимы игры, подросткам необходимы увлечения, которые с ними разделяет их группа.

Формирование «мы-концепции». С одной стороны – сплочение группы (общие цели, интересы, задачи); с другой – мир распадается на «своих» и «чужих». Причем отношения между этими группами порой резко антагонистичны.

Вера в уникальность собственных проблем и переживаний, что порождает чувство одиночества и подавленности.

Стремление следовать за модой и идеалами, принятыми в молодежной субкультуре.

Огромное влияние на их формирование оказывают СМИ.

Часто возникает кризис самооценки подростка, возникающий в связи с освоением социального пространства.

У взрослых не должна вызывать тревогу частая смена увлечений подростка, если от этого не страдают учеба, отдых, труд. Подросток ищет себя.

Необходимо быть осторожными с запретами. Часто ребенок прибегает к спиртному из протеста, если слышит унизительный для себя запрет. Такая реакция выражена тем сильнее, чем сильнее подросток «зажат» старшими. Стремление выйти из-под опеки может принять крайние формы – отрицание общепринятых норм поведения, духовных ценностей, правил и законов морали и т.д. Когда выражение протеста заходит слишком далеко, то теряется доверие ко всем взрослым, появляются вызывающие прически, одежда, пристрастие к странной музыке и т.д.

Кроме того, полезно знать, что демонстративность может быть парадоксальным проявлением застенчивости.

При заниженной самооценке застенчивый человек нередко пребывает в ошибочной уверенности, что на него обращено всеобщее внимание, причем отнюдь не одобрительное: его будто бы обсуждают, презирают, над ним смеются. И он начинает провоцировать у окружающих отрицательные эмоции, которые он, по его убеждению, всё равно непроизвольно вызывает. Т.е. он начинает как бы дирижировать «вселенской неприязнью по отношению к себе», ограждая тем самым свое самолюбие от неожиданных травм.