



Подростковый возраст

В этот период подростки испытывают изменения не только в физиологическом плане, в этом возрасте дети пытаются найти себя, свой путь в жизни, свое место в социальной лестнице.

Задача родителей – помочь ребенку пройти этот путь достойно, стать полноценным человеком и членом общества

В поведении ребенка можно наблюдать противоречивые тенденции: уровень притязаний подростка превышает его возможности, а также реальный социальный статус (подросток начинает требовать, чтобы к нему относились как к взрослому); чрезвычайная сконцентрированность на себе и в то же время способность проявлять альтруизм (бескорыстно), внимание и чувствительность; с одной стороны, внимание неустойчиво, с другой стороны – подростки могут сидеть часами, сосредоточившись на том, что им действительно интересно; особенность эмоционального реагирования подростков – сравнительная легкость возникновения у них переживаний эмоциональной напряженности, психологического стресса, способность бурно выражать свои эмоции, зачастую неумение сдерживать радость, гнев, замешательство.

Что Вы можете сделать?

В период взросления ребенка необходимо проявлять терпение. Направить усилия на развитие поисковой активности подростков, «включать» его в такие виды деятельности (например, в системе дополнительного образования, внеурочной деятельности), в которых есть интересные задания. Для развития эмоционального напряжения нужно научить подростка использовать юмор.

Важно помнить, о чем мечтают ваши дети, обеспечить им стабильность, безопасность, уверенность в себе.

Ситуации, требующие особого внимания:

- Изменение образа жизни, в частности, ребенок уходит из дома, не поясняя куда;
- Резкое изменение поведения (например, ребенок теряет интерес к тому, чем любил заниматься, резко сокращается круг привычных увлечений);
- Проявление «аутоагрессии» - наличие на теле и конечностях ран, порезов, иных повреждений, объяснить происхождение которых подросток не может, либо наоборот, стандартно оправдывается (упал, случайно порезался и т.д.);
- «Зависание» в социальных сетях, в сети Интернет. При этом ребенок устанавливает паром на всех девайсах, проводит очистку используемых браузеров.



Убавляя желания, чувства и личные границы подростка, прислушиваясь к тому, о чем он рассказывает, вы не только сможете завоевать его доверие, но и сможете преодолеть самые сложные моменты переходного возраста!



Факторы суицидального риска несовершеннолетних:

- Личностно-психологические – повышенная ранимость, низкая стрессоустойчивость, низкая самооценка, максимализм, отсутствие навыков конструктивного решения проблем, депрессивное состояние, импульсивность, агрессивность, вредные привычки;
- Семейные – безнадзорность или гиперопека, авторитарный тип воспитания, отсутствие личной заботы о ребенке (воспитание бабушками, нянями), конфликты в семье, развод родителей;
- Социальные – несчастная любовь, конфликты со сверстниками, принадлежность к субкультуре, конфликты с педагогами, жестокое обращение и насилие со стороны сверстников или взрослых, «реклама» суицида на телевидении, в сети Интернет, сеты;
- Биологические – психическое заболевание, наследственная отягощенность.