

# Как общаться с подростком



## Общая характеристика подросткового возраста

Подростковый возраст охватывает период от 10-11 лет до 13-14 лет и является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка и его родителей. В подростковом возрасте социальная ситуация развития представляет собой *переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости*. Если у младших школьников ведущей деятельностью является учебная, то в подростковом возрасте она сменяется на *интимно-личностное общение*. Именно в процессе общения со сверстниками происходит становление нового уровня самосознания ребенка, формируются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права.

В результате такой резкой смены интересов в подростковом возрасте часто страдает учебная деятельность, снижается школьная мотивация. Пытаясь вернуть прежние школьные успехи, родители стараются ограничить детей в общении со сверстниками. Однако важно помнить, что именно общение со сверстниками является наиболее важной для подростков деятельностью и оно необходимо для полноценного психического развития ребенка.

Многие особенности поведения подростка связаны не только с психологическими изменениями, но и с изменениями, происходящими в организме ребенка. *Половое созревание и неравномерное физиологическое развитие* подростка обуславливают многие его поведенческие реакции в этот период. Подростковый возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью и резкими колебаниями настроения.

Поведение подростков зачастую бывает непредсказуемым, за короткий период они могут продемонстрировать абсолютно противоположные реакции:

- целеустремленность и настойчивость сочетаются с импульсивностью;
- неумная жажда деятельности может смениться апатией, отсутствием стремлений и желаний что-либо делать;
- повышенная самоуверенность, безапелляционность в суждениях быстро сменяются ранимостью и неуверенностью в себе;
- развязность в поведении порой сочетается с застенчивостью;
- романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью;
- нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости;
- потребность в общении сменяется желанием уединиться.

*Итак, для подросткового возраста характерны следующие особенности:*

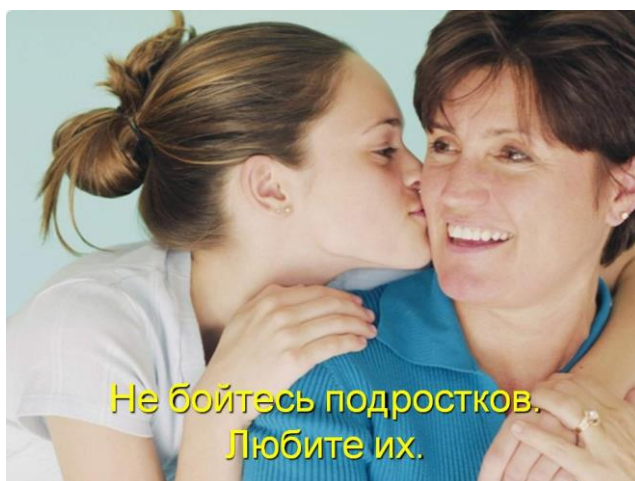
1. половое созревание и неравномерное физиологическое развитие, обуславливающие эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения;
2. изменение социальной ситуации развития: переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости;
3. смена ведущей деятельности: учебную деятельность вытесняет интимно-личностное общение со сверстниками;
4. открытие и утверждение своего «Я», поиск собственного места в системе человеческих взаимоотношений;
5. познание себя через противопоставление миру взрослых и через чувство принадлежности к миру сверстников. Это помогает подростку найти собственные ценности и нормы, сформировать свое представление об окружающем его мире;
6. появление «чувства взрослости», желание подростка признания своей «взрослости». В этом возрасте подростки стремятся освободиться от эмоциональной зависимости от родителей.

*Это далеко не все изменения, происходящие в этот период. Но именно они, в первую очередь и наиболее ярко, сказываются на взаимоотношениях «родитель-ребенок».*

### **«Как общаться с подростком»**

1. Любите подростка.
2. Верьте в него.
3. Будьте строгим и добрым.
4. Старайтесь понять его.

5. Станьте другом подростку.
6. Будьте чутки к его духовному миру.
7. Уважайте человеческие достоинства подростка.
8. Оценивайте поступок, а не личность (не вешайте ярлыков).
9. Умейте слушать и слышать подростка.
10. Не угрожайте ему.
11. Не требуйте того, что не соответствует его возрасту.
12. Не допускайте непоследовательности в требованиях.
13. Не требуйте от подростка немедленного повиновения.
14. Не морализируйте, не допускайте назойливых назиданий.
15. Постарайтесь увлечь подростка интересным для него делом.
16. Старайтесь уважительно, тактично, внимательно относиться к подростку, щадите его самолюбие.
17. Неустанно одобряйте хорошие проявления характера, поддерживайте хорошие поступки.
18. Выработайте умение владеть собой, преодолевать раздражение, вспыльчивость, нетерпимость и т.д.
19. Не уставайте любить воспитанников, помогите им стать счастливыми.
- 20. Помните: главный метод воспитания – пример взрослого.**



Не бойтесь подростков.  
Любите их.

*Ваше собственное поведение – самая решающая вещь. Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы радуетесь или печалитесь, как вы обращаетесь с друзьями и врагами – все это имеет для ребенка большое значение. ...А.С. Макаренко*