

Переходный возраст – это серьёзно!

Уважаемые родители, у ваших детей сейчас самый важный и самый сложный период в жизни человека – период **взроslения, который принято называть **переходным возрастом**.**

Но так как подросток – это уже не ребёнок, но ещё и не взрослый, именно в этом возрасте дети являются настолько уязвимыми, настолько ранимыми, и настолько не защищёнными от соблазнов взрослой жизни, что нам, взрослым, никак нельзя оставить их в этот период без нашего внимания, без нашего контроля, без нашей поддержки.

Конечно, не у всех детей

взроslение оказывается

трудным, но большинство подростков и их родителей в этот момент сталкиваются со следующими проблемами:

- болезненное самолюбие;
- неуверенность в себе;
- зависимость от окружающих сверстников;
- появление вредных привычек;
- несчастная любовь;
- резкое снижение успеваемости в школе;
- ложь;
- конфликты с родителями;

- интернет-зависимость (виртуальная жизнь действительно может заменить ребёнку реальную и потом ему трудно придётся учиться жить по-настоящему);

- риск суицидального поведения (наибольшее количество самоубийств совершается именно в этом возрасте);

- правонарушения.

Если среди перечисленных проблем есть наиболее острые для вас, по ним есть памятки для родителей (на сайте школы на страничке психолога (<http://pavl-school.ru/>)).

Причинами этих проблем могут быть следующие:

** «гормональная буря», и связанные ней физиологические изменения;*

** главным в этом возрасте, становится общение со сверстниками, учёба уходит на второй план, авторитет взрослых теряет свою важность;*

** представление о самом себе сильно зависит от мнения других;*

** появляется стремление к независимости, желание*

самоутвердиться, заявить о своём «Я» любыми способами;

** ослабление контакта с родителями, контроля с их стороны.*

Можем ли мы, взрослые, поддержать подростков в этом переходе из детства во взрослую жизнь? Здесь многое зависит от того каких взглядов на воспитание детей придерживаются родители и какой стиль воспитания есть в семье.

В Законе об образовании РФ сказано «Родители несут ответственность за воспитание детей». Поэтому поддерживать взрослеющего ребёнка не только можно, но и необходимо. Каким образом?

1. Придерживаться авторитетного стиля воспитания по типу **взрослый - взрослый** (уважать, признавать определённые права и стараться быть примером для ребёнка во всём (не зря есть такие слова: «Ребёнок учиться тому, что видит у себя в доме»)).

2. Разумно контролировать жизнь ребёнка. Всем родителям хочется видеть своего ребёнка ответственным и надёжным человеком. Но ответственность не появляется сама по себе. Главная цель воспитания – осознание подростком личной

ответственности за свою жизнь, за удачи и проблемы.

Что касается учёбы, то успехи в учёбе у детей в средней школе зависят на половину от учителя, а на половину от самого ученика и контроля со стороны родителей. В Законе по образованию сказано: «Родители должны обеспечить детям основное общее образование», т.е. обеспечить посещение ребёнком школы, самим регулярно посещать родительские собрания, осуществлять контроль за успеваемостью (регулярно проверять дневник, контролировать выполнение домашнего задания).

Совмещать 1 и 2 пункты можно с помощью договоров, например: «Мы договариваемся с тобой, что ты гуляешь на улице сегодня с 7 до 9 часов. Если опоздаешь, завтра гулять не идёшь. Договорились?» Договор помогает ребёнку понять личную ответственность за свои поступки, а родителям – не подавлять его самостоятельность.

3. Поддерживать в трудные моменты (понимать душевные переживания, оказывать помощь в решении проблем, безусловная любовь (без условий)).

Бывает трудно выразить свою любовь ребёнку-подростку. Но есть вполне приемлемые способы: внимание к нему и его проблемам, «разговоры по душам»

(«Счастье – это когда тебя понимают» - это о подростках), физические проявления любви (обнять, погладить по плечу) подростку тоже это необходимо, но в приемлемой форме.

Доказано, что внимательная, добрая и любящая атмосфера в семье – лучшая защита от всех проблем переходного возраста!

Ну и конечно для того, чтобы в школе у ребёнка всё было хорошо, нужно взаимопонимание и взаимоподдержка между родителями, учителями и классным руководителем.

Желаем вам успехов в воспитании ваших подростков, терпения, душевного и физического равновесия! (в сложных ситуациях вы всегда можете обратиться к психологу за консультацией, каб. №29).

МБОУ «Павловская СОШ»

Родителям о подростках

Рекомендации психолога

