|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рекомендуемая литература:  * «Общаться с ребенком. Как?» Ю.Гиппенрейтер * «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» Ю.Гиппенрейтер * «Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка» Л.Петрановская * «На стороне ребенка» Ф.Дольто * «На стороне подростка» Ф.Дольто * «Дети-тюфяки и дети-катастрофы» Е.Мурашова * «Лечить или любить?» Е.Мурашова * «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили» А.Фабер, Э.Мазлиш | |  | | --- | | Социально-реабилитационный Центр для несовершеннолетних Фрунзенского района Санкт-ПетербургаАдрес 192007, Санкт-Петербург, Расстанная ул., д. 20, лит. А. Наши контактыТелефон/факс: 246-04-39E-mail: srcn\_frunz@mail.ruВремя работы: Понедельник – четверг – 9:00-17:45; Пятница – 9:00-16:30; Суббота, воскресенье - выходные | |  | | |  | | --- | |  | |  | | Переходный период: кризис подросткового возраста | |  | |
| ***«Вы когда-нибудь пробовали обсуждать с подростком тему, на которую тот не желает разговаривать? Пользы столько же, сколько от крика под водой.»***  ***Роберт Хайнлайн***  В данной брошюре мы хотим рассказать о непростом периоде в жизни ребёнка – переходном возрасте.  **Признаки кризиса:**  1. Усиливающееся чувство взрослости;  2. Формирование самостоятельности.  3. Пик развития познавательных процессов (мышления, памяти и др.);  4. Ведущий вид деятельности – общение со сверстниками, которое дает новые интересы, нормы поведения, формирует важные личностные характеристики – отзывчивость, сопереживание и др.; | 5. Изменение системы ценностей и интересов;  6. Изменение гормонального фона, появляется интерес к противоположному полу, также смена эмоций, настроений и переживаний, подросток может по незначительным причинам смеяться и плакать, быть счастливым и сразу же грустным, и раздражительным;  7. Личностная нестабильность: сочетание в своем поведении противоположных установок (общительность – замкнутость, оптимизм – пессимизм и пр.);  8. Неустойчивая полярная самооценка: либо «гений», либо «ничтожество»;  9. Развитие интереса к своему внутреннему миру, переживаниям и своей внешности, ощущение своей уникальности;  10. Развитие критического мышления: однозначность оценки, или «да» или «нет».  **Что нужно делать:**  1. Рассказать подростку, что с ним происходит, о физиологических и психологических изменениях в нем;  2. Договориться о семейных правилах (что принято и не принято в вашей семье), которые распространяются на всех членов семьи, включая родителей; | 3. Установить чёткие границы дозволенности, чтобы подросток не мог причинить себе вред и был готов к ситуациям отказа его желаниям в жизни. Свобода должна расти в соответствии с возрастанием ответственности;  4. Очень важно повышать самооценку подростка: проявлять любовь, чаще хвалить подростка, за то, что он хорошо умеет делать, сравнивать только с самим собой «вчерашним»;  5. Стремиться исключить критику и высмеивание интересов подростка, его друзей, это может вызвать реакцию сопротивления у подростка;  6. Чаще советоваться с подростком, учитывать его мнение в делах семьи;  7.Предоставить ребенку некоторую независимость, личное пространство (место в шкафу, комната, личные вещи), сохранив ответственность и семейные обязанности;  8. По возможности контролировать свои эмоции при ссоре с подростком, обсуждать проблему и решать ссору спокойно, проявляя уважение.  ***Кризис подросткового возраста – самый сложный из всех возрастных кризисов для ребенка, поэтому перед родителями стоит задача – поддерживать и помогать своему ребенку на пути взросления. Не отдаляйтесь от своих детей, проводите вместе свободное время и обсуждайте все, о чем захочет говорить подросток.*** |