

Подростковый возраст (11-12 лет – 14-15 лет)

Данный возраст открывает кризис 13 лет (кризис взрослости), который подразделяется на:

- кризис независимости (ведет к развитию)

Симптомы: стропливость, упрямство, негативизм, своеволие, обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям

- кризис зависимости (не ведет к развитию личности)

Симптомы: чрезмерное послушание, зависимость от старших

В период кризиса снижается продуктивность умственной работы, вызванное тем, что происходит изменение установки от наглядности к пониманию и дедукции

Позитивный смысл кризиса заключается в том, что через отстаивание своей взрослости, самостоятельности, происходящей в относительно безопасных условиях и не принимающее крайних форм, подросток удовлетворяет потребность в самопознании и самоутверждении.

Содержание подросткового возраста:

- Базовая потребность подростка – **понимание** со стороны окружающих
- *Ведущей деятельностью* является общение со сверстниками.
- Для подростка важно самоутверждение перед сверстниками, но это происходит детскими способами.
- Позиция подростка «Я-взрослый», но при этом авторитет взрослого отвергается.
- Поиск ответа на вопрос : «Кто Я?», «Что Я?». Поиск ответа сопровождается тотальным чувством страха («А вдруг Я такой как все!» или «А вдруг Я не такой как все!»)
- Формируется подростковая субкультура – присущие только подросткам особые способы общения, особый язык (сленг), определенная манера поведения.
- Группа сверстников для подростка является референтной группой –с которой человек соотносит себя с эталоном, на ценности и оценки которой он ориентируется в своем поведении и в самооценке.

Одним из основных законов психического развития человека является **сензитивность** – повышенная чувствительность психики человека к определенным воздействиям извне. При прохождении сензитивного периода чувствительность психики к определенному воздействию снижается, и последствия недоразвития могут быть необратимыми.

Подростковый возраст является сензитивным для:

- развития индивидуальных особенностей
- развития творческого мышления
- развития самосознания - осознание человеком себя как индивидуальность
- развития рефлексии – мыслительный процесс направленный на анализ, понимание, осознания себя: собственных действий, поведения, речи, опыта, чувств, состояний, способностей, характера, назначения и т.д.
- формирования «Я-концепции» - развивающаяся система представлений человека о самом себе включающая:
 - а) осознание своих физических, интеллектуальных, характерологических, социальных и прочих свойств.
 - б) самооценку

в) субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов.

Возможные психологические проблемы:

1. Проблема социально – психологической адаптации
2. Взаимоотношения со сверстниками
3. Тревога о собственном будущем
4. Обострение противоречий в отношениях с родителями.

Рекомендуемая литература для родителей:

1. Байярд Р.Т. Байярд Дж. Ваш беспокойный подросток. – М., 1991.
2. Ле Шан Э. Когда Ваш ребенок сводит Вас с ума. – М., 1990.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком .Как? – М., 1997.
4. Библиотека доктора Норбекова. Радость воспитания. Как воспитывать детей без наказания. – Спб.: ИД «Весь», 2003.
5. «Как говорить с детьми, чтобы они учились»
Автор: Фабер А., Мазлиш Э. 2010г.