Подросток, это серьёзно!!!

Вашему сыну или дочери исполнилось "...надцать лет", и изменения начались просто кардинальные. Куда-то исчез смешной малыш, который еще вчера восторженно рассказывал вам о своих любимых мультиках. Вместо этого появился подросток, который сегодня очень серьезно сообщил, что он уже достаточно взрослый, чтобы принимать самостоятельные решения. Еще вчера он делился всеми своими тайнами, а сегодня между вами как будто выросла стена - у него свой мир, свои друзья, свои увлечения, куда вам дороги нет.

***Это может впервые произойти
и в одиннадцать,
и в четырнадцать лет.
Но каждый раз
актуальность
этого факта является
неожиданностью
для родителей,
которые вдруг начинают
осознавать, что их
ребенок уже почти вырос.***

Итак, как все происходит. Существует несколько основных особенностей подросткового возраста, о которых нужно знать родителям.

Особенность первая.

Социальное и эмоциональное развитие 13-летнего человека не всегда происходит одновременно с физическим, и поэтому часто целиком взрослый внешне подросток психологически может быть еще ребенком. А наблюдается и противоположное, когда ребенок имеет более медленные темпы физического и полового развития, но уже целиком готов к выполнению серьезных взрослых обязанностей.

Что можно сделать.

В принципе, ничего особенного. Просто подождите - пройдет еще немного времени, и ваши ожидания будут вознаграждены. И сын или дочь порадуют вас целиком ответственными решениями и зрелыми отношениями.

Особенность вторая

Интенсивное физическое и половое развитие приводит к тому, что тело начинает изменяться чрезвычайно быстрыми темпами.

Что можно сделать?

Успокойтесь и будьте тактичны - подросток очень впечатлительный. Поэтому ваши насмешки, а то и презрительные высказывания, тем более что чаще всего они несправедливы, просто недопустимы. Вспомните себя в юности, возможно, вы также "воевали" с родителями за право выглядеть так, как вам нравится. А еще лучше, когда вы будете тактично помогать подростку в формировании его имиджа. Помните, период творческих поисков пройдет, оставив после себя только воспоминания о прекрасных временах, когда самой серьезной жизненной проблемой был вопрос, сколько дыр сделать в ухе, или в какой цвет покрасить волосы.

Ваше чадо повзрослеет, и поэтому очень важно, чтобы этот этап не оставил в душе неприятного осадка в виде неуверенности в себе или низкой самооценки.

Особенность третья. ***Считают, что подростковый возраст - это период кризисный и бурный. И чуть ли не ежедневно родители находят подтверждения этого, наблюдая за своим ребенком. Настроения подростка изменяются, как погода.***

Что можно сделать?

Прежде всего, наберитесь терпения (кажется, терпение - главная добродетель, которой должны владеть родители подростков). Не поддавайтесь депрессивным настроениям собственного ребенка. Чаще всего, это проходит безболезненно для обеих сторон. Такие колебания настроения связаны с двумя факторами.
Первый из них - это физиология.
Гормональные и физические перестройки приводят к таким вот метаморфозам. Второй - те же поиски себя, стремление осознать собственное место в мире, которые сопровождаются тревогой, что "я не такой, как все", а так хочется отвечать "международным стандартам".

Объясните подростку, что с ним происходит, поскольку то, о чем знаешь и чего ожидаешь, воспринимается намного легче и проще, чем неизвестное и непонятное.

Особенность четвертая.
Ваш малыш уже вырос настолько, что начал интересоваться вопросами пола, секса и любви.

Что можно сделать? Не поднимайте панику. Это самое главное. Интерес, который в это время возникает у вашего ребенка, - явление целиком естественное. Конечно, здесь много подводных камней. Вы можете тревожиться, что дочка или сын начнут слишком рано познавать эту сторону человеческих отношений на практике. Ваше задание - быть готовыми к обсуждению любых вопросов сексуальной жизни со своими детьми (конечно, хочется верить, что сексуальным воспитанием собственных детей вы начали заниматься намного раньше и на данный момент ваше чадо имеет всю самую главную необходимую ему информацию). Но если вы будете слишком стыдливыми, то образованием родного ребенка по этим вопросам займутся ровесники, улица. И тогда у вас не будет никаких гарантий, что те знания пойдут ему на пользу. Поэтому приготовьтесь, возьмите себя в руки и начинайте просматривать все фильмы, которые смотрит ваш подросток, обсуждать с ним, то, что происходит на экране и в жизни тоже.

Не спешите с оценкой, спрашивайте мнение ребенка о том, что наблюдаете. Папа должен ознакомить сына с основными премудростями сексуальных отношений с женщинами, а мама - рассказать дочери, о том, что ее может ожидать в отношениях с мужчинами.

Особенность пятая.
На этой неделе он опять влюбился. Вы уже не можете подсчитать эти "любови". Каждый раз это навсегда, это самые настоящие чувства.

Что можно сделать?

Прежде всего, совет тот же, что и раньше, - терпение, только терпение. И еще тактичность. В это время так легко можно сломать что-то светлое и почти божественное, что рождается в душе вашего ребенка. Для него на теперешнем этапе так важно научиться строить отношения с людьми противоположного пола, а единственный реальный способ здесь - как в плавании - пробовать это делать. Все знают, чтобы научиться плавать, нужно плавать, следовательно, каждые новые отношения - это способ узнать об особенностях разных людей, уточнить собственные симпатии. И оставьте вашему ребенку возможность прийти к вам, чтобы обсудить то, что его тревожит, поплакать у вас на плече из-за того, что "он меня не любит", или что "Наташа встречается с мальчиком, который мне так нравится". Первые чувства всегда болезненны, и в этом возрасте каждый раз кажется, что все необратимо. Будьте тактичны, обсуждая с подростками проблемы половых отношений, и в будущем, став взрослыми, они смогут строить свои контакты на основе нормальных здоровых представлений о любви и сексе.

Особенность шестая. ***Любимое занятие вашего чада в это время - строить теории идеального общества и рассуждать о глобальных проблемах вроде происхождения Вселенной. Философствование - это идеальный способ свободного времяпровождения для подростка.***

Что можно сделать?
Не спешите с выводами.
В это время у вашего ребенка начинается новый этап развития интеллекта, когда абстрактное кажется интереснее и важнее, чем действительность (именно потому, что он не знает никаких ограничений, кроме логических), и поэтому изобретение, а затем уничтожение "универсальных" законов и теорий становится любимой умственной игрой.

Пройдет определенное время и этот этап также закончится, но ваш ребенок поднимется на высшую ступеньку интеллектуального развития. А может, станет даже выдающимся ученым, как знать?

Особенность седьмая.
Сочетание внешней грубости и внутренней впечатлительности - это еще одна особенность подросткового возраста.

Что можно сделать?
Не принуждайте своего почти взрослого ребенка защищаться от вас, не забывайте похвалить, заметить все успехи. Если он принял определенное решение и оказался прав, необходимо оценить его настойчивость и самостоятельность.

Пытайтесь не демонстрировать собственное преимущество, обращайтесь к сыну или дочери с уважением, как к лицу равному себе. Когда вы обеспокоены, раздражены, сердиты, то, скорее всего, ведете себя импульсивно и можете оскорбить подростка, совсем не желая этого.
Он воспримет обиду очень болезненно. Поэтому нужно быть очень тактичными.

Если хотите помочь ребенку - посоветуйте правильный, по вашему мнению, вариант решения, но скажите, что вы уверены в том, что он все поймет сам и сделает выбор. Так вы завоюете доверие и уважение собственного ребенка и можете быть уверены, что он прислушается к вашим советам.

Особенность восьмая.

Вас может раздражать, насколько часто ваше чадо изменяет интересы и увлечения.

Что можно сделать?

Помогите своему легкомысленному ребенку выбрать занятие, которое будет ему по силам. Может, вам повезет, и вы сможете избежать частого изменения его достаточно таки дорогих увлечений, а вместе с тем, у него появится уверенность в собственных силах и возможностях.

Особенность девятая.

Ваш ребенок, наверное, уже совсем исчез из дома. Имеется в виду, что он проводит намного больше времени с друзьями, а не с вами.

Что можно сделать?
Ваше понимание, тактичный совет, откровенный разговор в новых эмоционально сложных для подростка ситуациях просто бесценны. Будьте готовы всегда выслушать своего ребенка. Дайте ему совет, но пусть за ним остается право воспользоваться им или нет.

Подросток - это путешественник, который идет по пути из страны Детства во взрослую жизнь, и должен осознать, кто он такой, где находится и куда следует. И влияние родителей на этой стадии больше будет посредственным потому, что на первое место выступают отношения с ровесниками и целым окружающим миром.

И если подросток, благодаря родителям, уже выработал доверие к миру, самостоятельность, уверенность и предприимчивость, то его шансы на то, чтобы найти свои собственные ответы на все вопросы, значительно растут.
И тогда он придет в конечный пункт своего путешествия как самостоятельный, ответственный человек, способный налаживать отношения, принимать зрелые решения, строить и изменять собственную жизнь.