

Изменения подросткового возраста:

Физиологические изменения:

- * Процесс полового созревания.
- * Увеличиваются рост и вес.
- * Изменяются пропорции тела.
- * Наблюдаются перепады сосудистого и мышечного тонуса.
- * Формируется новый образ физического "Я".



Психологические изменения:

- * Нарушение в деятельности нервной системы.
- * Детям 11-15 лет характерен подростковый эгоцентризм.
- * Растет интерес к лицам противоположного пола.
- * Происходит формирование самосознания, убеждений, логики мышления, этот процесс связан с интеллектуальным развитием подростка.



КТО ТАКОЙ ПОДРОСТОК?

В психологии и педагогике принято под подростковым возрастом понимать возраст от 11 (12) до 15 лет, что соответствует среднему школьному возрасту учащихся 5—8 классов. Этот период называют переходным от детства к взрослой жизни (юности).

Протекает трудно и для ребенка, и для близких ему взрослых. Подростковый возраст называют затянувшимся кризисом.

ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА



КАК ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот — третьему, и это необратимый закон благодарности.
3. Не вымещай на ребенка свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.
4. Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и, будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.
5. Не унижай! Разговаривай спокойно.
6. Не забывай, что самым важным встречей человека — это его встречи с детьми.

7. Хочешь, что-то объяснить — приводи примеры.
8. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучь, если можешь — но не делаешь. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
9. Ребенок — это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую жизнь дала тебе на хранение и развитие в нем творческого огня. Это раскрепощенная любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой»

ребенок, но душа, динья на хранение.
10. Умей любить чужого ребенка. Никогда не давай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.

11. Люби своего ребенка любым — неталантливым, неудачливым, взрослым. Общайся с ним — радуйся, потому что ребенок — это праздник, который пока с тобой.
Корчак Я.

