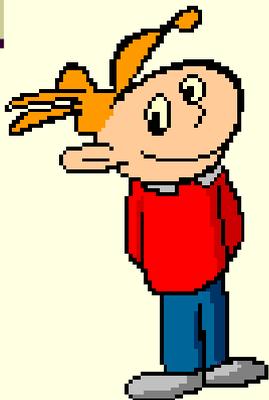




Опасный возраст.

(Возрастные психологические особенности подростка)

*Советы психолога
родителям*





- «**Подростковый возраст** — стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью
 - (от 11–12 до 16–17 лет), которая характеризуется качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь».
- «Психологический словарь»

Подростковый кризис

Характерная черта – «чувство взрослости» или стремление быть и считаться взрослым.

Источник «чувства взрослости» -новый уровень самосознания ребенка.
Перестройка системы отношений между ребенком и средой - главное содержание подросткового кризиса.

Подростковый кризис –

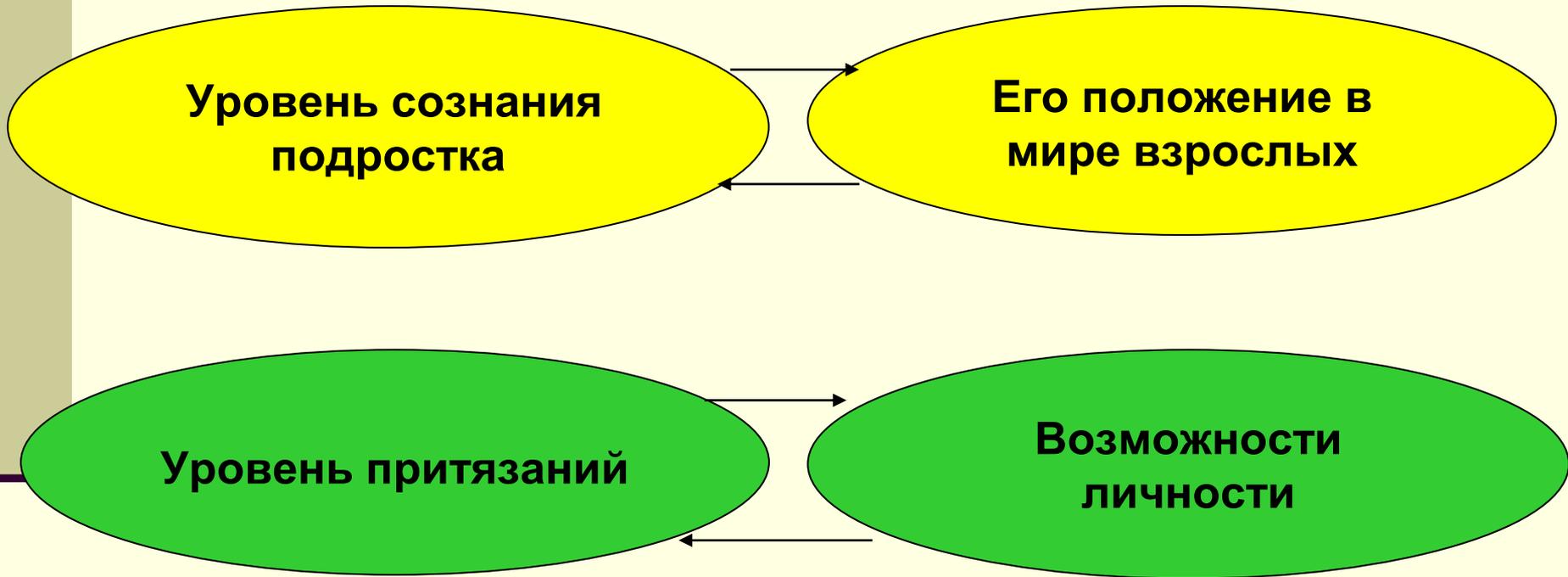
это конфликт, противоречие:

Уровень сознания
подростка

Его положение в
мире взрослых

Уровень притязаний

Возможности
личности



Внутренний конфликт:

я – уникальная личность

я – такой же как все

**Я – это я. Я сам
всё знаю! Я
буду делать всё
так, как считаю
нужным!**

**Я должен
выглядеть как все
в моей компании.
Я не должен
выделяться в
классе.**



Подростковый комплекс

Проявления подросткового комплекса:

- ❑ чувствительность к оценке посторонних своей внешности
- ❑ крайняя самонадеянность и безапелляционные суждения в отношении окружающих
- ❑
- ❑ эмоциональная неустойчивость и резкие колебания настроения . Пик эмоциональной неустойчивости – мальчики 11 – 13 лет, девочки 13 - 15 лет





Полярность психики подростка:

целеустремленность,
настойчивость

с трудом переносит ожидание

застенчивость

развязность



романтизм

цинизм, расчетливость

нежное отношение к друзьям,
подругам

жестокость, семейный садизм

энергичность

истощаемость ЦНС



Противоречия подростковой психики

- Подросток хочет вырваться из-под опеки взрослых, получить свободу, при этом не зная, что с ней делать.
- Интересно все сразу и ничего.
- Хочется всего, сразу и если позже- «то вообще тогда зачем».
- При всей своей самоуверенности подросток очень неуверен в себе.



Внешний вид – еще один источник внутреннего конфликта

Меняется походка, манеры, внешний облик.

- Ещё совсем недавно свободно, легко двигавшийся мальчик начинает ходить вразвалку, опустив руки глубоко в карманы и сплёвывая через плечо. У него появляются новые выражения.
- Девочка начинает ревностно сравнивать свою одежду и причёску с образцами, которые она видит на улице и обложках журналов, выплёскивая на маму эмоции по поводу имеющихся расхождений



«Чувство взрослости»

- Подросток объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремиться к ней и претендует на равные со взрослыми права. Изменить он пока ничего не может, но внешне подражает взрослым.
- Отсюда и появляются атрибуты "**псевдовзрослости**": курение сигарет, употребление алкоголя, наркотиков, тусовки , (внешнее проявление "я тоже имею свою личную жизнь"). Копирует любые взрослые отношения.

Кризис подросткового возраста

- Кризис 12 - 17 лет можно сравнить с кризисом 3-х лет, только направлен он не на освоение пространства и предметные действия, а ***на освоение социального пространства, пространства человеческих взаимоотношений.***

Большинство проблем подросткового возраста связаны **с влиянием группы**

- Из-за отсутствия опыта подростки легко поддаются чужому влиянию!
- В группе подростки часто совершают поступки, которые никогда бы не совершили в одиночку!
- В группе совершаются агрессивные поступки;
в группе происходит первое знакомство с алкоголем ...

Советы родителям подростков:



НЕЛЬЗЯ	МОЖНО
<p>- Стыдить, ругать ребёнка за его намерения.</p>	<p>- Поддержите ребёнка, проявите эмпатию, помогите разобраться в причинах суицидальных мыслей.</p>
<p>- Недооценивать вероятность суицида, даже если ребёнок внешне легко обсуждает свои намерения.</p>	<p>- Необходимо всесторонне оценивать степень риска суицида. Обратите внимание, не изменилось ли поведение ребёнка в последнее время.</p>
<p>- Предлагать неоправданные утешения, общие фразы, банальные решения, не учитывающие конкретную жизненную ситуацию.</p>	<p>- Проявите заинтересованность, отзывчивость, любовь и заботу. Дайте понять ребёнку, что вы его слышите. Помогите выяснить, что конкретно может помочь в создавшейся ситуации.</p>
<p>- Оставлять ребёнка одного в ситуации риска.</p>	<p>- Не оставляйте ребёнка одного, привлечите других близких, друзей. Покажите ребёнку, что окружающие заботятся о нём.</p>
<p>- Чрезмерно контролировать и ограничивать ребёнка.</p>	<p>- Будьте для ребёнка поддержкой и опорой, что поможет справиться с возникшими трудностями.</p>

- Телефоны доверия для детей и подростков



8-800-2000-122

8-(3843)-71-30-54

- Экстренная психологическая помощь

8-(3843)-71-30-63

- Телефон экстренной психологической помощи в г. Кемерово:

8 (384-2) 57-07-07 (круглосуточно)

- Проект «Травли NET»

8-800-500-44-14

Горячая линия психологической поддержки по вопросам травли для детей, родителей и учителей. Время работы: пн-пт 10:00-20:00 (по московскому времени). Для письменных обращений (вопросов): info@zhuravlik.or

Мифы и факты о телефоне доверия

Миф: Обращение ребенка о проблемах в семье будет записано, и родители узнают, что он звонил и жаловался на них.

Факт: Разговоры с абонентами не записываются, и даже не определяются номера телефонов: психолог никогда не узнает, кто и откуда ему позвонил.

Дети и подростки боятся огласки своих проблем, они часто обращаются к психологам без ведома родителей и тревожатся, что взрослые узнают о звонке и рассердятся, или в семью придут социальные службы, что повлечет за собой дополнительные сложности. Однако, Детский телефон доверия был создан для психологической помощи детям в безопасном и комфортном для них формате. Именно поэтому ключевые принципы его работы — конфиденциальность, доступность и анонимность. Все, что вы расскажете психологу, останется только между вами. Даже если ребенку грозит опасность или требуется срочная помощь вне данного диалога, психолог не имеет права без прямой просьбы обращаться в полицию и другие социальные службы. Более того, психолог не располагает данными о звонящем — кроме тех, что он ему при желании сообщит, в том числе номера абонентов не определяются и можно быть уверенными в полной анонимности.

Мифы и факты о телефоне доверия

Миф: Детский телефон доверия является площадкой для получения профессионального опыта начинающими психологами. Часто консультантами на телефоне работают равнодушные волонтеры.

Факт: На телефоне доверия работают только опытные психологи, прошедшие серьезную личностную и профессиональную подготовку

Все консультанты Детского телефона доверия имеют основное и дополнительное профильное образование, постоянно повышают квалификацию по проведению консультаций и оказанию помощи именно на горячей линии психологической помощи. Абоненты могут быть уверены в том, что им будет оказана профессиональная психологическая помощь.