

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ БРАТСКОГО РАЙОНА»



Переходный возраст

Подросток от 12 до 16 лет — это формирующийся человек, чей интеллект уже способен перерабатывать полученный опыт, но мозг ещё не даёт возможности этим опытом пользоваться. Префронтальная кора головного мозга, которая отвечает за когнитивный контроль и принятие решений, в это время только начинает развиваться. Подростки пока не способны нормально воспринимать критику. Не до конца сформированный мозг полагается на лимбическую систему, а это зона эмоций. Переходный возраст свойственен каждому человеку, но его бурное протекание заметно не каждому родителю. Как реагировать, как понять, как оказать помощь своему подрастающему чаду.



Почему сложно детям?

Они меняются внешне и внутренне. Порой, им сложно принять эти изменения и контролировать их. Хотят быть принятыми в обществе, чувствовать себя значимыми. Вместо этого могут встретить насмешки, агрессию со стороны сверстников или стать жертвой травли. Ждут понимания от родителей и принятия всех своих особенностей. Вместо этого сталкиваются с тотальным контролем, критикой и запретами. Хотят самостоятельности и независимости, но не могут её получить, поскольку ещё не несут полной ответственности за свои поступки.

Выделяют два этапа: младший подростковый возраст (10-12 лет) и старший подростковый возраст (начиная с 13 лет и до завершения переходного периода).

В младшем подростковом возрасте ребёнок уже начинает ощущать свою взрослость, у него усиливается потребность в общении со сверстниками, его организм готовится к изменениям.

К 13-14 годам гормональная перестройка достигает своего пика.

Ребёнок становится раздражительным, обидчивым, у него часто меняется настроение. Переходный период завершается вступлением ребёнка во взрослую жизнь. У юношей и девушек стабилизируется эмоциональное состояние, появляются зрелые, взвешенные решения. Наступает время для полного отделения от родительской семьи.

Почему сложно родителям?

- Не знают, как вести себя с повзрослевшими детьми.
- Привыкли быть авторитетом для своего ребёнка.
- Не готовы отпустить от себя сына или дочь.



Советы для родителей

1. Наделите ребёнка обязанностями.
2. Установите правила и заранее обговорите санкции.
3. Не ограничивайте подростка в общении со сверстниками в качестве наказания.
4. Не читайте морали, а разговаривайте по душам.
5. Не перекладывайте на ребёнка проблемы взрослых, но и не принижайте его собственные проблемы.



Более подробную информацию вы можете прочитать перейдя по QR коду

