

ПОДРОСТКОВАЯ НЕРВОЗНОСТЬ

Причины

- 1) Кризис при переходе к подростковому возрасту возникает как результат качественной перестройки личности подростка, когда появляется потребность во взрослости.
- 2) Вступая в период полового созревания, многие подростки приобретают такие негативные черты как раздражительность, необоснованная агрессивность, нервозность, которые являются последствием резкого изменения физического и психологического состояния.
- 3) Свои чувства подростки проявляют очень бурно, иногда аффективно. Особенно сильно проявляется гнев.
- 4) Основную причину бурных поведенческих проявлений многие психологи видят в том, что взрослые не перестраивают своего поведения в ответ на формирующееся у подростка «чувство взрослости», его стремление к новым формам взаимоотношений.
- 5) Также причиной подростковой раздражительности могут являться изменения в гормональной системе организма.
- 6) Причиной агрессии могут быть страхи подростка.
- 7) Для подросткового возраста также характерно присутствие чувства одиночества. Ребенку кажется, что его никто не понимает, что людям чужды его интересы и безразличны чувства.

Рекомендации по взаимодействию со сложными детьми:

- 1) Стараться наладить партнерские отношения, в некоторых ситуациях стараться общаться с ребенком как со взрослым человеком.
- 2) Стараться выходить на диалог. Попытаться понять, в чем истинная причина переживаний ребенка.
- 3) Постараться объяснить, что родители могут и хотят понять его проблемы и переживания.
- 4) Постараться наладить режим дня, чтобы физиологическое состояние не усугубляло психологическое.
- 5) Знакомить с примерами положительных идеалов (подростковый возраст характеризуется поиском собственной идентичности, т.е. «поиском себя»);

ПОТРОСТКОВЫЙ КРИЗИС

Что это такое?

Кризис подросткового возраста связан с перестройкой организма ребенка – половым созреванием. Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Появляются вторичные половые признаки. В связи с быстрым развитием могут возникать трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга.

В подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.

- Отчетливо проявляется ориентация на образцы мужественности и женственности в поведении и проявлении личностных свойств. Здесь важно помочь ребенку правильно сформировать эти образцы.
- Благодаря бурному росту и перестройке организма в подростковом возрасте резко повышается интерес к своей внешности. Формируется новый образ физического «Я». Ребенком очень часто остро переживаются все изъяны внешности, действительные и мнимые.
- Появляется чувство взрослости – ощущение себя взрослым человеком, центральное новообразование младшего подросткового возраста. Возникает желание если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым. *Отстаивая свои новые права, подросток оградает многие сферы своей жизни от контроля родителей и часто идет на конфликты с ними.*
- Кроме стремления к эмансипации, подростку присуща сильная потребность в общении со сверстниками. Ведущей деятельностью в этот период становится общение. Появляются подростковая дружба и объединение в неформальные группы.
- Возникают яркие, но обычно сменяющие друг друга увлечения. Подросток учится сам принимать решения, выбирать то, чем он будет заниматься.

Педагог-психолог Костерина Н.В.