

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ

РОДИТЕЛЯМ

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

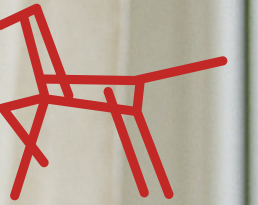




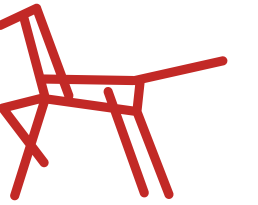
## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ 16-17 ЛЕТ

- ☑ Импульсивность
- ☑ Непредсказуемая смена настроения
- ☑ Желание получать быстрые результаты
- ☑ Крайности во взглядах — «юношеский максимализм»
- ☑ Стремление к идеализации привлекательных людей, событий
- ☑ Доверчивость и неполное осознание рисков
- ☑ Зависимость от чужого мнения

Такие особенности обуславливают множество проблем в жизни подростка – **ближайшему окружению важно понимать их причины**, чтобы не произошло разрушение **доверительных отношений** между членами семьи. В противном случае подросток может отвернуться от семьи, не найдя поддержки и понимания.





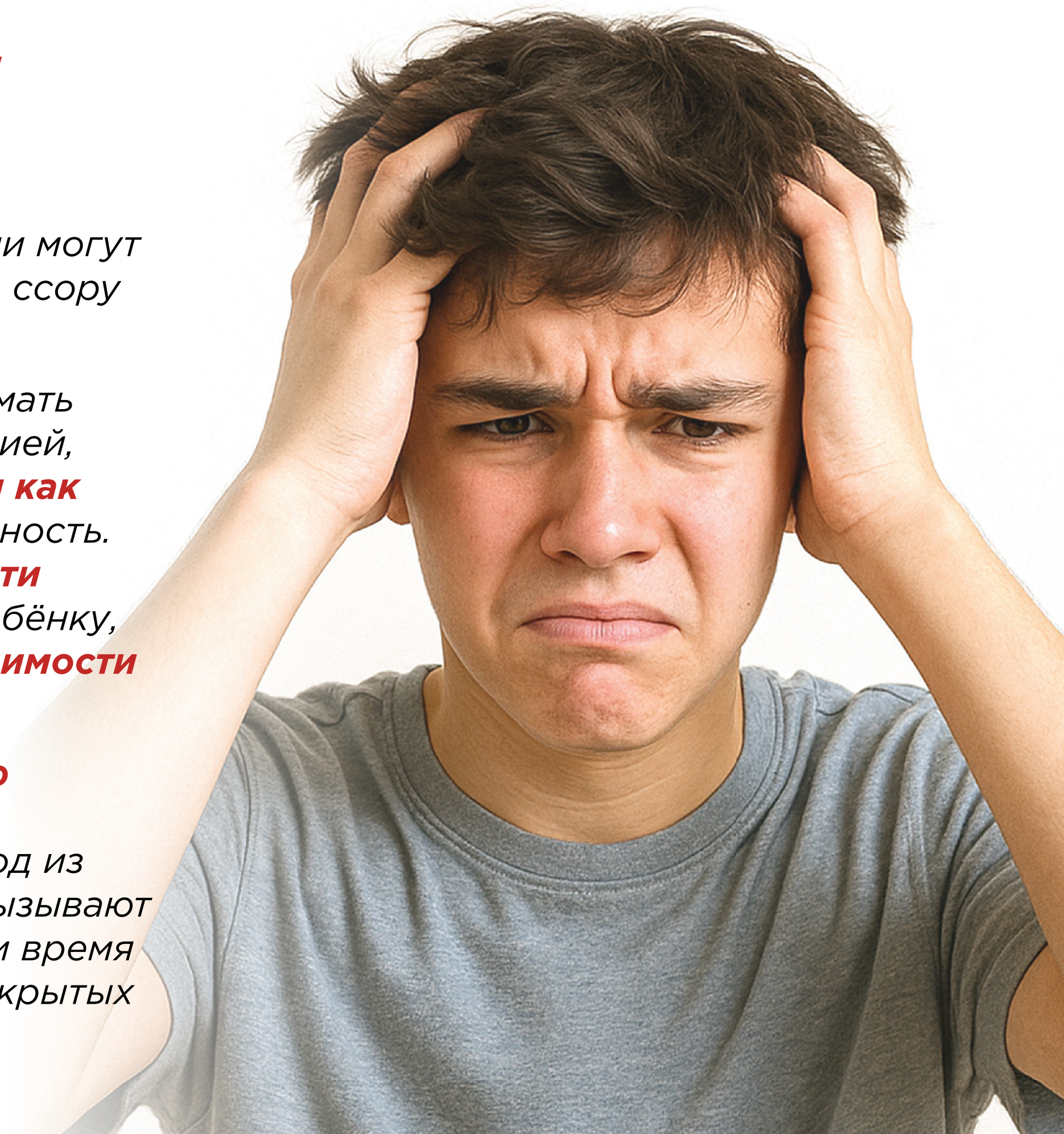


## КАК ПОДДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА В ПЕРИОД ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ НЕСТАБИЛЬНОСТИ?

Эмоциональный фон старших подростков **очень нестабилен**: они могут остро воспринять любое слово, разрыв с парнем или девушкой, ссору с другом и уйти в себя.

Новые обязанности, получение паспорта, необходимость принимать жизненные решения, связанные с обучением, будущей профессией, физическое взросление – все это **способствует осознанию себя как личности**, которая несет ответственность за свою жизнедеятельность. Поэтому старшим членам семьи **нужно с пониманием принять эти изменения**, с уважением относиться к своему взрослеющему ребёнку, его мнениям, предложениям, вкусам, стремлениям, **при необходимости** мягко корректируя.

В противном случае, у детей появляется желание **доказать свою взрослость** любым способом, в том числе через агрессивное и вызывающее поведение, пристрастие к вредным привычкам, уход из дома и прочие серьезные проблемы. Если негативные эмоции вызывают у родителей опасения, **нужно разобраться в их причинах**, найти время на общение и совместный досуг с ребенком, восстановление открытых и доверительных отношений, при необходимости, обратиться за помощью к психологу.





## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

- ☑ *Будьте внимательны к изменениям в поведении*
- ☑ *Поддерживайте открытый диалог без запретных тем*
- ☑ *Внимательно слушайте и отвечайте на вопросы ребенка*
- ☑ *Проявляйте терпение и понимание*
- ☑ *Не осуждайте, вспомните себя в возрасте своего ребенка – что вам помогало преодолевать трудности, а что, наоборот, усугубляло ситуацию*





## **РЕГУЛЯРНО ОБСУЖДАЙТЕ С РЕБЕНКОМ**

- ☒ *Его самочувствие*
- ☒ *Нагрузки в школе/колледже*
- ☒ *Отношения со сверстниками*
- ☒ *Хобби и увлечения*
- ☒ *Стрессовые ситуации*

