

Статья: «Подросток: взрослость, успеваемость, хобби». Автор: Белова К.В.  
Одним из самых сложных этапов формирования человека безусловно является подростковый возраст.

В классическом понимании подростковый возраст соотносится с возрастными границами 10-16 лет. Социальная ситуация развития человека в этом возрасте представляет собой переход от детства к более самостоятельной и ответственной жизни. Иными словами, подростковый возраст занимает промежуточное положение между детством и юностью.

Для подросткового возраста характерны изменения на физиологическом уровне, по-иному строятся отношения со взрослыми и сверстниками, претерпевают изменения уровень познавательных интересов, интеллект и способности.

Именно осознание этих изменений, а также отсутствие новой конструктивной схемы взаимодействия с подростком, как правило приводят современного родителя на прием к психологу.

В данной статье будут рассмотрены наиболее частые ситуации, с которыми приходится столкнуться родителю подростка и те вопросы, ответ на которые во многом могут поспособствовать разрешению ситуации.

### **#1. Подросток и низкая успеваемость.**

«Он всегда учился хорошо, а тут как подменили»,- именно зачастую обозначают проблему родители. Первое, в чем хочется заверить взволнованного родителя, это в том, что с ребенком все в порядке.



### **В чем же здесь дело?**

В подростковом возрасте происходит развитие множества способностей, процессов мышления, приводящих к росту сознания, воображения, суждений и интуиции. Происходит активное накопление знаний, открывающих ряд вопросов и проблем, которые как обогащают, так и усложняют жизнь

подростков. Когнитивное развитие в подростковом возрасте характеризуется абстрактным мышлением.

Все это оказывают влияние на границы и содержание памяти подростка, способы решения проблем, особенности мышления в социальном контексте и вынесение моральных суждений.

Наряду с этим некоторые психологи отмечают, что в подростковый период ухудшается способность к дифференцированию. Это приводит к ухудшению понимания излагаемого материала и усвоения информации. И именно этот фактор должен стать первым звеном для того, чтобы оказать помощь ребенку, в частности при выполнении домашних заданий.

Помогая ребенку с заданиями необходимо приводить больше ярких, понятных примеров, использовать демонстративный материал и конечно следует постоянно проверять, правильно ли ребенок Вас понимает.

Не стоит пугаться и удивляться, если ребенок стал более медлителен и не сразу Вам отвечает на заданный вопрос, не сразу начинает выполнять требования. Отмечено, что в подростковый период ослабляется деятельность второй сигнальной системы. Речь становится краткой, стереотипной, замедленной. Подростки могут плохо понимать аудиальную (словесную) информацию. Не следует торопить их, можно подсказывать необходимые слова, при рассказе использовать иллюстрации, т. е. визуально подкреплять информацию, записывать ключевые слова, рисовать. Что-то рассказывая или сообщая информацию, желательно говорить эмоционально, подкрепляя свою речь яркими примерами.

**Итог:** снижение успеваемости и медлительность в подростковом варианте являются вариантом нормы, которая достаточно широка. Ваша задача, как родителя, поддержать Вашего ребенка, окажите ему помощь при выполнении домашних заданий, постарайтесь создать ему оберегающий режим (период выполнения домашних заданий чередуйте с периодами отдыха, не забывайте про прогулки на свежем воздухе и здоровый сон), также следует уделить внимание сбалансированному питанию подростка, а также витаминам и иным вспомогательным веществам, к ряду которых может относиться глицин.

## **#2. Подросток и хобби.**

«Она всю жизнь занималась бальными танцами, а тут её вдруг понесло в футбол. Футболом занималась 3 месяца, бросила. Теперь вот рисовать хочет. Танцы мы ей конечно бросить не даем, но занимается она ими из-под палки»,- еще один вариант, который приводит родителей на прием к психологу.



### **В чем же здесь дело?**

Частая смена интересов также характерна для подросткового возраста. Связано это с тем, что в данном возрасте для ребенка меняется значимая группа, и если раньше в своих поступках он ориентировался на родителей и педагогов, то сейчас огромное значение играет мнение сверстников относительно тех или иных занятий. Подростку важно находиться в той группе сверстников, которая для него значима, и он готов искать эту группу меняя увлечения и кружки, тем самым реализуя свою потребность в общении.

Наравне с необходимостью принадлежать к группе, ребенком данного возраста движет мотив поиска индивидуальности. Зачастую поиск сводится к подбору методом проб и ошибок, что также может восприниматься родителями, как отсутствие серьезных намерений в отношении к хобби.

Нередки случаи, когда подросток не в состоянии оценить свои возможности заниматься тем или иным видом деятельности, что тоже приводит к частой смене кружков и секций.

**Итог:** частая смена деятельности также является нормой в подростковом возрасте. Задача родителя в данном аспекте сводится к оказанию помощи, поддержки и направлению подростка в необходимом ему направлении.

Для того, чтобы гармонично разрешить вопрос выбора дополнительных секций и кружков рекомендуется совместно с ребенком ответить на следующие вопросы:

- Что тебе нравится?
- На что ты мог бы потратить неограниченное количество времени?
- Почему для тебя важно заниматься именно этим видом деятельности?
- Где еще и каким образом ты можешь получить для себя эту «важность»?
- Какие перспективы открываются для тебя, когда ты занимаешься этим делом?
- Что бы ты хотел получать от своего хобби?
- Какие внутренние и внешние ресурсы потребуются от тебя для того чтобы реализовать себя в этом направлении?

Постарайтесь прислушаться к ответам ребенка, проявите заинтересованность и участие, станьте для него партнером для достижения его самореализации и ищите все возможности на пути к ней.

### **#3. Подросток и взрослость.**

«Весь из себя взрослый, а на деле ведет себя как ребенок»,- и, пожалуй, это самое частое, с чем сталкиваются родители подростка.



#### **В чем же здесь дело?**

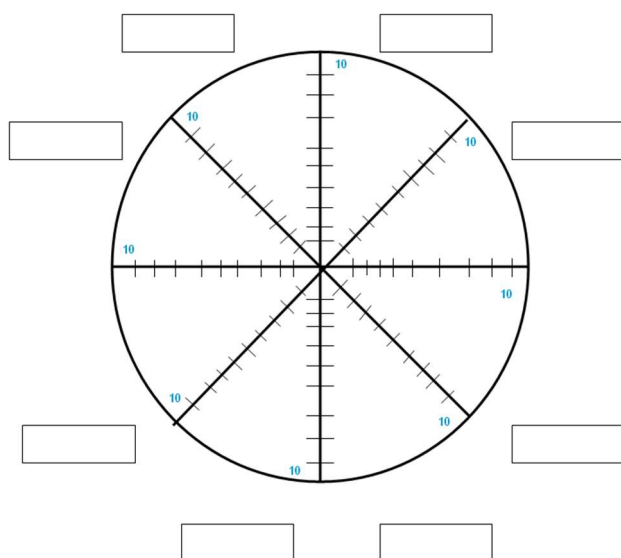
Чувство взрослости, занимающее одно из самых существенных мест во внутренней позиции подростка.

Субъективная взрослость, или чувство взрослости, характеризуется появлением у подростка отношения к себе не как к маленькому, а как ко взрослому. Основными показателями чувства взрослости служат:

- проявления потребности в уважении, доверии, признании самостоятельности;
- желание оградить некоторые сферы своей жизни от вмешательства взрослых;
- наличие собственной линии поведения, несмотря на несогласие взрослых или сверстников.

Многие родители отмечают, что для них вопрос субъективной взрослости подростка неразрывно связан с вопросом ответственности, а договориться о границах ответственности и взрослости с подростком удается не всегда.

Для того чтобы договориться с ребенком о его взрослости и ответственности можно выполнить упражнение «Колесо взрослости»



Шаг 1: Совместно с подростком обсудите из каких компетенций состоит позиция взрослого? Компетенции могут быть абсолютно любыми, главное договориться о них и аргументировать, почему важны именно эти. Выберите 8 из них. Н-р: обустройство дома, финансы, обучение, здоровье и т.д

Шаг 2: Обсудите как выглядит каждая компетенция на 10 из 10 баллов. Н-р: обучение- взрослый сам выполняет все задания и проекты, которые необходимы по учебе, делает это к указанному сроку, качество выполнения заданий и проектов должно в меньшей мере соответствовать оценке N и т.д.

Шаг 3: Попросите подростка оценить развитость каждой компетенции у себя относительно той десятки, которую Вы совместно обсудили. Отметьте уровень на колесе. Попросите подростка раскрыть поставленную себе оценку (А что у тебя есть и что ты делаешь в секторе обучение на эту 5/10?).

Шаг 4: Обсудите совместно с подростком какие первые шаги он может предпринять самостоятельно или с Вашей помощью, для того чтобы продвинуться к 10 в каждой компетенции. Запишите эти шаги.

Шаг 5: Договоритесь с подростком о тех выгодах, которые станут для него возможными, при высоком уровне развития тех или иных компетенций. Н-р: если в компетенции обучение ты достигаешь 10, то можешь сам определять в какое время ты ложишься спать и т.д.

**Итог:** субъективная взрослость на которую претендует ребенок является важным новообразованием подросткового возраста. Дав возможность подростку формировать свою взрослость совместно с личной ответственностью Вы делаете огромный вклад в его гармоничное развитие. Позиция сотрудничества в данном вопросе может выступать фактором гармонизации детско-родительских отношений.