**Трудный возраст.**

Продолжительность этой стадии развития около восьми лет, она может наступить в 9 лет и закончиться в 18. Возраст называется  переходным потому, что именно в это время ребенок переходит от детской модели поведения к взрослой.

Помимо серьезных физиологических изменений ребенок учится воспринимать социум критически, делать собственные выводы, присваивать или отвергать моральные ценности, предлагаемые обществом. Подросток испытывает частые смены настроения, его эмоциональный фон не стабилен, повышена возбудимость, импульсивность. Могут сопровождать депрессии, агрессия, ощущение тревоги. Постоянная внутренняя дисгармония приводит к проблемам с поведением, повышенной конфликтности. В результате подросток замыкается, обретает ненужные комплексы. Так как у ребенка не хватает жизненного опыта, а социальные навыки еще не сформированы, он не может найти решение проблемы, и выбирает самый легкий путь – бегство от них.

Многие родители задаются вопросом, почему еще вчера милый послушный ребенок, сегодня демонстрирует хулиганские выходки, необдуманный риск, экстравагантные детали внешности. Все это происходит потому, что мнение сверстников сейчас для него важнее, чем мнение учителей и родителей.

Именно сейчас они очень чувствительны к своему положению  в коллективе.  Внезапные неординарные поступки подросток совершает с целью завоевать авторитет одноклассников, продемонстрировать свою исключительность. Степень экстравагантности поступков часто зависит от эмоционального микроклимата в семье. Что бы научиться контактировать с подростком следует понять, что ребенок с позиции подчиненного переходит в позицию равного по значению.

И главная проблема заключается в неготовности взрослых согласиться со снижением собственной значимости в глазах ребенка.

Существует несколько подростковых периодов

* Ранний (9-13 девочки, 11-15 мальчики)

В этом периоде ребенок испытывает глобальные физиологические изменения. Адаптация к таким серьезным переменам – непростая задача. Помимо этого дети озабочены своим ростом, весом, часто спрашивают «Все ли со мной в порядке». Переживают «нормальные» ли у них прическа, одежда, как примут их друзья.

Младшие подростки крайне редко и  не охотно прислушиваются к критике и советам старших, они постоянно тестируют границы, бросают вызов авторитетам.

В ранней юности появляются лучшие друзья, дети растут интеллектуально, учатся абстрактному мышлению, а значит, будут больше времени проводить в своем внутреннем мире. Проводить много времени наедине с собой для этого периода нормально и даже важно для их развития.  Предложите ребенку вести дневник, родителям нужно научиться уважать личное пространство ребенка.

* Средний подростковый период (девочки 13-16, мальчики 14-17 лет)

В среднем периоде подростки стремятся еще больше увеличить свою независимость от семьи. Часто в это время меняется круг общения, теперь подросток выбирает друзей, которые будут соответствовать его нынешним потребностям,  им нужно общение в группе, а не с одним лучшим другом. Сейчас они берут не качеством, а количеством.

Группа помогает подростку утвердить собственный образ, через принятие или отвергнутость компанией они узнают себя.

Обратите внимание на выбранную компанию, подумайте, о чем говорит выбор ребенка. Если он общается в компании, в которой ребята балуются запрещенными веществами, алкоголем и т.п., то не следует полагать, что именно ваш ребенок откажется от этого. Общение с группами старшими по возрасту увеличивает риск вовлечения в опасное поведение. В этот период у вас еще есть возможность повлиять на своего ребенка. Если вы сможете помочь, сделать подростку правильный выбор группы, у вас будет шанс защитить его от рискованных поступков.

* Обратите внимание на круг друзей и поймите, к какой группе они принадлежат.
* Узнайте, кто входит в компанию вашего ребенка
* Поощряйте общение с положительными детьми. Если в группе любителей риска меньше, чем других, то вероятность того что ребенок не будет рисковать увеличивается.
* Следует беспокоиться, если в группе много людей старших по возрасту.

Если вам кажется, что ваш ребенок дружит с кем-то не подходящим, сейчас последняя возможность вмешаться.

* Пригласите их домой, посмотрите, как они общаются друг с другом и с вами.
* Будьте объективны. Не бойтесь сказать ребенку что вы не хотите что бы он тратил время зря, общаясь в этой группе. Объясните, почему. Не вступайте в конфликт не настаивайте, помогите ребенку прийти к выводам самостоятельно.
* Познакомьтесь с родителями друзей вашего ребенка. Встретьтесь и разработайте одни правила для всех детей, согласуйте набор ограничений. Так вы избежите манипуляций «А Кате мама разрешила», и все дети в группе будут равны.
* Говорите с ребенком о влиянии сверстников на его жизнь. Рассматривайте и положительные и отрицательные стороны.

Каждому родителю нужно понять, что теперь ему придется изменить свои правила общения. Все, что раньше работало, теперь нет. Чем больше ты настаиваешь, тем дальше ребенок отодвигается.

* Старший подростковый период (девочки 16-18лет, мальчики 17-18 лет)

Однажды совсем взрослый ребенок зайдет и скажет «Мама ты устала, давай я тебе помогу» — это и есть старший подростковый период. Завершается физическое созревание, ребенок достигает максимального уровня интеллектуального развития, в сравнении с предыдущими периодами. В этом возрасте они уже способны искать компромиссы, понимают последствия поступков, сами ограничивают свое поведение. Опираются на свои личные ценности и отстаивают свою позицию,  понимая что важно для них самих. Но именно сейчас они остро ощущают и осознают свои сильные и слабые стороны. Осознание слабостей может привести к депрессивным состояниям, эмоциональным расстройствам. Если вы видите, что ребенку сложно справиться самому, не тяните с обращением к специалисту. Часто в этом возрасте впервые проявляются такие заболевания как шизофрения или биполярное расстройство. Представьте что взросление вашего ребенка, это как воспитывать кошку и собаку. В начале дети – это щенки. Любить щенка – легко! Он слушает команды, бежит с энтузиазмом, смотрит на тебя с всепоглощающей любовью. Но затем маленький щенок, превращается во взрослую кошку. Она уже не бежит по пятам, она пропадает и приходит только когда проголодается. Ты протягиваешь руку, что бы ее погладить, а она уворачивается, смотрит равнодушным взглядом, воротит нос от всего, что ты приготовил.

Старший подростковый период ощущается, как будто кошка снова стала собакой.

В заключении хочется сказать:

* **слушайте своего ребенка**, он не «говорит глупости», это наша родительская реакция, от которой зависит самооценка растущего человека. При этом совсем нет необходимости соглашаться со всем, у вас свои мысли, у ребенка собственные суждения. Учимся слушать, принимать мнение отличное от своего, высказываем свою точку зрения. Не душим гиперопекой, если не хотим вырастить из ребенка инфантильного, не верящего в собственные силы взрослого.
* **учите ребенка ответственности**, то, что легко дается, меньше всего видит в ребенке личность, а не пластилин для лепки.
* **Уважению и благодарности** нужно учить на собственном примере, как воспитать уважение, если ты сам не уважаешь других?