**Как помочь родителям не потерять ребенка в подростковом возрасте.**

*Если Вы стали замечать, что Ваш ребенок стал излишне раздражительным, замкнутым        и даже слегка агрессивным. Если он избегает под любым предлогом совместного с Вами времяпровождения, старается больше времени проводить в одиночестве. Если у ребенка снизилась успеваемость и появились проблемы в поведении в школе – это значит, у Вашего ребенка начались подростковые проблемы.*

За время работы в школе я обратила внимание, что «трудный возраст» стал молодеть      и чаще всего проблемными ребятами становятся пятиклассники. Некогда активный, послушный, подающий надежды на большой успех ребенок резко «скатился» в оценках, стал проказничать, отвлекаться сам и отвлекать одноклассников на уроках, грубить учителям и родителям. Приглашая, для беседы законных представителей всегда в конце разговора родители задают вопрос: «что же нам делать?! Как сделать, чтобы он снова стал как прежде». Именно для того, чтобы ответить на этот вопрос я решила написать данную статью.

Давайте для начала разберемся, что же такое подростковый возраст.

**Подростковый возраст** - это время, когда формируется осознание себя в социуме, познание норм поведения и общения. Подростка особенно интересуют социальные проблемы, ценности, закладывается жизненная позиция. Появляется стремление к самореализации своих способностей. Ребенок в состоянии дифференцировать то, что действительно ему интересно, чем бы он хотел заниматься в будущем.

Ребенок достигает успехов в конкретной сфере деятельности, определяющей его дальнейшую жизнь. В этот период укрепляются качества, которые являются фундаментом для его мировоззрения.

[Половое созревание](https://www.rastut-goda.ru/teenager/5392-polovoe-sozrevanie-u-devochek.html), характеризующее данный возраст, сопровождается ускорением физиологического и социально-психологического развития, изменениями характера, поведенческих реакций, восприятия мира в целом.

Необходимо учитывать и **психологические особенности** подросткового возраста.

Важной особенностью этого периода считается чувство взрослости, причиной появления которого являются физиологические изменения. Ребенку хочется, чтобы взрослые – родители, учителя, относились теперь к нему, как к равному, видели в нем личность, считались с его позицией. Он не приемлет контроля и опеки со стороны взрослого.

Для него становится приоритетным мнение коллектива о себе, своих поступках. Подросток испытывает потребность в наличии друга, с которым можно делиться своими сокровенными мыслями и тайнами.

Важно обратить внимание на **поведенческие особенности** данного возраста.

Для подросткового возраста характерна целеустремленность, нацеленность на достижение максимального результата в том деле, которое вызывает острый интерес. С одной стороны, подросток стремится к независимости, а с другой — испытывает необходимость в построении отношений с родителями, учителями, сверстниками. Он находится на границе между детством и взрослостью.

Подростку свойственна реакция эмансипации – желание вырваться из-под опеки взрослых, освободиться от наставничества и контроля со стороны старшего поколения. Но он не хочет стопроцентного освобождения, более того, боится этого, поскольку осознает, что пока не имеет возможности полноценно о себе заботиться и жить самостоятельно.

В этот период формируется потребность группироваться, занимать значимое место в своей группе. Иногда случаются конфликты между сверстниками. У мальчиков это происходит по причине соревнования за лидерство – кто более сильный, умный, физически развитый и т. д. У девочек конфликты бывают на фоне соперничества за внимание со стороны противоположного пола.

Как же все-таки помочь подростку справиться со своим состоянием?

Для того чтобы пережить возрастные особенности подростков наиболее благоприятно, на волне взаимопонимания и согласия, необходимо реализовать следующие задачи:

         Прежде всего, у ребенка необходимо сформировать четкое убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть.

         Необходимо показать своими поступками, что Вам можно доверять.

         Создать комфортные условия и поддерживать его положительные начинания и поступки.

         Попытаться превратить свои требования в его желания.

         Культивировать значимость образования.

         Стараться вкладывать в его сознание приоритеты.

         Научиться правильно задавать вопросы. Например, вместо вопроса: «Что ты сегодня получил?» лучше поинтересоваться: «Что сегодня было интересного в школе? Что тебе понравилось в школе, а что нет?».

         Ребенок не должен бояться ошибиться или сказать Вам правду, какая бы она ни была.

         Никогда не ругайте ребенка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства.

         Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых.

         Всегда старайтесь положительно оценивать своего ребенка, даже если Вам кажется, что он в чем-то некомпетентен. Замечания должны звучать не как обвинения.

         Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить надо персонально, а критиковать – безлично.

         Живите во имя своего ребенка.

         Проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую его неудачу вместе с ним и радуйтесь даже незначительным его успехам.

         Объединяйтесь с ребенком против его трудностей. Он должен видеть в Вас союзников, а не противников или сторонних наблюдателей.

         Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают.

Дорогие родители, я желаю Вам удачи в воспитании своих детей!