

ЧТО ТАКОЕ " ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ"?

Подростковый возраст - это фаза созревания: это переходный период физического и психологического развития человека между детством и взрослой жизнью, культурная цель которого подразумевает подготовку к взрослой жизни. Обычно этот период длится с 12 до 22-25 лет.

ЧТО В ТЕБЕ ИЗМЕНИЛОСЬ?

Тело и мозг резко меняются: появляются новые формы поведения, твои близкие еще не успели привыкнуть к случившимся изменениям, ты не всегда понимаешь что с тобой происходит и как это контролировать. Появляются проблемы с концентрацией внимания, становится сложнее сосредоточиться, получать мотивации.

Появляется способности логически мыслить, оперировать абстрактными категориями, фантазировать, именно поэтому в подростковом возрасте часто проявляются творческие способности: рисовать, сочинять стихи и песни, интерес к философским учениями, стремление к логическому мышлению, спорам на философские и другие темы.

Появляется умение сопереживать, сами переживания становятся глубже, чувства — сильнее. Проявляется интерес к ранее неинтересным сферам жизни (социальной, политической и т.д.).

Общение со сверстниками становится необходимостью, это дает возможность выразить эмоции, поделиться, а также дает возможность формирования норм поведения в обществе.

Общение с родителями и родственниками уходит на второй план.

Появляется потребность принадлежности какой-то группе подростков, которая приветствует определенные элементы одежды, обороты речи и т.д. При этом те, кто не имеют этих признаков, могут быть не приняты в этой группе.

Появляется желание принять на себя обязанности и права взрослых, формирование самооценки, способность принять как свои положительные, так и отрицательные черты, в том числе в волевой сфере.

ОСНОВНЫЕ СЛОЖНОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

- В связи с поэтапным ростом организма (сначала растут кисти рук и ног, затем конечности и в последнюю очередь — туловище), многие подростки становятся неуклюжими и комплексуют из-за этого,
- Частая смена настроений и физического состояния, которые возникают в организме в связи с ростом внутренних органов;
- Быстрая возбудимость, влияние эмоций на духовную жизнь: обиды, раздраженность, напряженные отношения с родителями, возникновение так называемого подросткового одиночества.

*Все мы были подростками и прошли через все трудности,
мы справились и у тебя получится!*

*Есть вопросы-готовы помочь в них разобраться
тел. 838348 23-088*