***О чем молчат подростки?***



В переходном возрасте даже самый милый ребёнок нередко превращается в нервного грубого подростка.

***Как общаться с юным подростком и о чём нужно знать современным родителям, далее в нашей статье.***

У подростка - мощнейший всплеск гормонов. Происходит рост всех систем: опорно-двигательной, эндокринной, сердечно-сосудистой. Нервная формируется последней. Это для неё стресс. Поэтому начиная с 12-13 лет дети становятся импульсивными, раздражительными, конфликтными. Это нормально. При раннем развитии такое может начаться и в девять-десять лет. Родителям надо научиться какое-то время с этим жить.

Задача этого возраста - отделение от родителей. Но те не всегда признают, что их ребенок вырос. Продолжают излишне контролировать, не доверять, на что ребята болезненно реагируют. Проявление взрослости - это их «зона ближайшего развития». Но, с другой стороны, подросток - одной ногой в детстве. Оставлять его наедине с проблемами тоже не стоит. Разговаривайте с сыном или дочерью даже больше, чем раньше. Прислушайтесь, чего он хочет и как с ним взаимодействовать.

Сейчас характернаслишком большая увлечённость гаджетами. Подростки погружены в смартфоны, даже когда собираются компаниями. Бесконтрольные соцсети - путь в ограниченность мышления. Огромная опасность - компьютерные игры. Дети ночами проводят у экранов, уже не воспринимая реальность. Живут в мире, где можно исправить ошибку путём многократных попыток и принимать любые решения, вне зависимости от того, к чему они приведут. Отсюда так много подростковых преступлений..

При этом некоторые родители рассуждают так: «Пусть лучше ребёнок сидит дома за компьютером, чем гуляет с дурной компанией». Но подростки не знают меры! Процессы саморегуляции у них ещё не сформированы, а значит, им трудно соблюдать время нахождения в Сети. Есть нормы, доказанные многочисленными исследованиями и заключениями специалистов. Детей до четырёх лет нельзя вообще подпускать к компьютеру. Дети четырёх-пяти лет могут проводить за ним не более 15 минут в день, шести-семи лет - 30 минут, восьми-десяти лет - до часа, 11-13 лет - до полутора часов, 14-15 лет - не более двух часов.**Психолог: «Связь между подростком и родителем возникаетле**

***Нужно ли запрещать детям пирсинг и татуировки?***

Человеку, который доволен собой, нет нужды украшать себя татуировками и пирсингом. Модификация тела всегда чем-то обусловлена. Часто желание это сделать связано с нарушением самосознания. А это уже психическое расстройство. Ребёнок не осознаёт свои поступки, не способен оценивать себя, смотреть на себя со стороны. Так что, если подросток просит денег на татуировку, прежде всего выясните, что таким образом он хочет сказать миру. **«Тес**Если с ребёнком происходит нечто, что вам не совсем понятно, нужно сразу же обращаться к специалисту. Именно в подростковом возрасте начинают формироваться многие психические заболевания: шизофрения, разного рода психозы. Их признаки: ребёнок резко забросил прежние увлечения, стал плохо учиться в школе. Однако это, естественно, не всегда указывает на психические заболевания. Ответ должен найти специалист.

***Правила хорошего родителя***

* ***Умейте слушать, не перебивая и не вставляя поминутно фразы: «А я говорил(а)/предупреждал(а)/знал(а)...»***
* ***У подростка должны быть не только права, но и обязанности. Например, помощь в семье, по дому.***
* ***У ребёнка должно быть своё личное свободное время, когда он ничего не делает, - от двух до четырёх часов в день.***
* ***Не решайте за ребёнка, что ему лучше, в опросах выбора друзей, одежды,***
* ***Не спрашивайте с порога про оценки и школу, если сам не заводит разговор.***
* ***Не забывайте интересоваться ребенком, он должен чувствовать, что он вам нужен, что вы любите его «Как прошел день?» «Я вижу, что ты переживаешь, ты можешь со мной всегда поделиться, если захочешь»***