**Психологические особенности младших подростков (10 – 12 лет)**

Психологи называют подростковый возраст «вторым рождением». В это время происходят значительные изменения и в организме, и в психике ребёнка.

С точки зрения физиологов, этот период характеризуется началом полового созревания, повышенной возбудимостью нервной системы: процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Именно этим фактом объясняется чрезмерная реакция на внешние воздействия – на обращение к ним (подросткам) взрослых и сверстников.

Изменения, связанные с переходом в 5 класс:

1. Изменились мотивы учения: 1 класс – интерес к самому процессу пребывания в стенах школы, к результатам учёбы – оценки. Эти мотивы уже частично удовлетворены в начальной школе, а новых мотивов ещё нет (как, например, в старших классах – поступить в колледж или ВУЗ).
2. Часто отсутствуют умение концентрировать своё внимание и навыки самостоятельной работы.

Психологи выявили интересную закономерность этого возраста: отношение к школе, побуждение к учению тесно связаны с тем, овладел ли подросток способами самостоятельной учебной работы (внимание, запоминание, переработка учебного материала). Не владение способами учебной работы делает неустойчивым интерес к учению, что, в свою очередь, порождает отрицательное отношение к школе.

1. Наряду с возрастными особенностями, которые несут свои сложности, накладываются индивидуальные особенности ребёнка (темперамент, умственная работоспособность, индивидуальный темп и стиль деятельности).

Итак, ***возрастные особенности:***

Начиная с *10 – 11 лет* происходит *физиологическая перестройка организма* *у большинства детей.*

Уже в этом возрасте родители впервые сталкиваются с импульсивностью, частой и порой необъяснимой сменой настроения, отрицанием, упрямством, агрессивностью ребёнка.

Возрастает острота мировосприятия, обостряется комплекс неполноценности, учащаются конфликты и ссоры с родителями, педагогами, сверстниками.

Как правило, постепенно с 11 – 12 лет подросток начинает удаляться от семьи, пытается найти новую социальную группу, в которой у него появилась бы возможность удовлетворить потребность в реализации собственного личностного начала. В это же время подросток начинает придавать всё большее значение собственной внешности (девочки начинают краситься), проявляет интерес к представителям противоположного пола.

13 – 14 лет самый сложный период: дети замыкаются в себе или уходят в группы (сверстников, друзей по двору и т.п.).

С 15 лет дети очень восприимчивы к чужому влиянию (которое может быть как положительным, так и отрицательным).

Только в 16 лет дети начинают задумываться о будущем.

Период взросления характеризуется стремлением ребёнка к самостоятельности и самоутверждению.

Взрослые стремятся ограничить самостоятельность подростка, пытаясь заставить его продолжать жить по той схеме, которая до определённого периода считалась нормальной, естественной и единственно возможной:

Младший школьный возраст

В результате подобной воспитательной тактики, как правило, возникает психологический барьер между взрослеющим ребёнком и родителями, преодолеть который с течением времени становится всё труднее.

Подросток принимает по отношению к родителям позицию противоборства. Его орудием чаще всего становится агрессия: словесная (грубость, постоянные отпоры, дерзость и т.д.) и физическая (драки с одноклассниками, младшими детьми).

*Советы родителям:* не нужно впадать в крайности *–* 1) предоставлять ребёнку чрезмерную самостоятельность: телевизор, компьютер, прогулки и т.п.; 2) чрезмерно опекать ребёнка.

Учиться в 5-ом классе ребёнку тяжело, если он попросил помощи, никогда не отказывайте ему и не говорите: «Ты должен сам!»; ведь ваша помощь – это общение, сотрудничество с ребёнком. Отмахнётесь раз, другой – и ребёнок больше не попросит, будет списывать в классе, а то и не делать домашнее задание совсем (к сожалению, очень часто так и случается).

Если не осилить все предметы – выберите один, который ему нравится, пусть он готовит его старательнее других, постепенно ребёнку станет легче справляться с другими предметами. Увеличивается нагрузка в 5 классе, поэтому после школы необходим отдых, за уроки лучше садиться после 16 часов.

Важно : отметки в дневнике – результат за работу. Обязательно внушайте детям, что «2» можно исправить, задание выучить. Для этого - сесть вместе с ребёнком, взять учебник, почитать правила, проговорить вслух, повторить формулы, составить конспект. И так, каждый день, пока эти правила работы с учебным материалом не войдут в привычку. Необходимо учить работать над уроками сейчас, иначе к 8 классу материал будет запущен, и не будет сформирована привычка к систематическим занятиям.

Рекомендации родителям подростков:

1. Найти общий язык с ребёнком, точки соприкосновения, сферу деятельности, в которой ребёнок мог бы проявить себя, поднять собственную самооценку: спорт, музыка, искусство и т.д.;
2. Направить самостоятельность и энергию в позитивное русло при условии ненавязчивого контроля;
3. Учить состраданию, способам выхода из агрессивного, депрессивного состояния, поднятию настроения;
4. Уважать индивидуальность ребёнка;
5. Предоставить максимум самостоятельности в повседневных делах: убрать свою постель, комнату, вынести мусор, сходить в магазин и т.п.;
6. Учить моральной ответственности за свои поступки, помогать разбираться в людях и их поступках;
7. Необходимо приглашать в дом друзей ребёнка, чтобы знать, с кем он дружит, организовывать досуг подростка;
8. Избегать приказного тона и грубости, чтобы не сформировалось чувство обиды на взрослых и он не рвался из-под контроля;
9. Развивать самоконтроль и самодостаточность ребёнка.