***Особенности подросткового периода***

**Главное его содержание** – переход от детства к взрослости. Он охватывает примерно возраст с 10-11 до 14-15 лет, совпадая в целом с обучением детей в средних классах школы. Наибольшее количество со «школьной дезадаптацией», то есть не умеющих приспособиться к школе (что может проявляться в низкой успеваемости, плохой дисциплине, расстройстве взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, появлении негативных черт в личности и поведении, отрицательных субъективных переживаний и т.п.), приходится на средние классы.

**В ходе бурного роста** и физиологической перестройки организма у подростков может возникнуть чувство тревоги, повышенная возбудимость, депрессия, многие из них порой начинаю чувствовать себя неуклюжими неловкими из-за несовпадения темпов роста разных частей тела и резкой смены его пропорций и т.п. Эти изменения бывают столь значительны, что для описания их ученые предпочитают использовать такие выражения как «гормональная буря», «эндокринный шторм», «скачок роста». **Важно отметить**, что даже у абсолютно нормальных подростков возраст полового созревания значительно колеблется. Это часто ведет к мучительным переживаниям подростка, в связи с тем, что уровень его физического и физиологического развития отличается от такового у других сверстников. **Следствием таких переживаний** может быть снижение самооценки. Подростков характеризует предельная неустойчивость настроений, поведения, постоянные колебания самооценки, резкая смена физического состояния и самочувствия, ранимость, быстрая утомляемость, неадекватность реакций. Этот возраст настолько богат конфликтами и осложнениями, что некоторые учения склонны рассматривать его как один сплошной затянувшийся конфликт.

**Огромное значение имеет** для подростков общение со сверстниками. Это центр жизни подростка. Ему важно не просто быть вместе со сверстниками, но и занимать среди них положение (лидер, авторитет, любимчик).

Как показывают исследования, именно неумение, невозможность добиться такого положения чаще всего является причиной недисциплинированности и даже правонарушений. Это сопровождается и повышенной вовлеченностью подростков по отношению к компаниям.

**Содержание общения** младших подростков сосредоточенно главным образом вокруг вопросов учения и поведения, а старших – вокруг личностного общения, развития индивидуальности. Подросток в этом возрасте нуждается в помощи взрослого. Важно уметь воспринимать правильно его проблемы.

**С взрослыми общение** подростка открывает первый источник проблем – непонимание взрослыми внутреннего мира подростка, их ложные или примитивные представления о его переживаниях, мотивах тех или иных поступках, стремлениях, ценностях и т.п. Чем старше становится подросток, тем меньше понимания он находит у взрослых. Родители пытаются всеми силами сохранить «детские» формы контроля, общения с детьми. Именно эта опека огорчает подростков. Все сильнее становится потребность в общении со взрослыми «на равных», редко имея возможность ее удовлетворить. Результатом этого, как правило, становится противопоставление себя, своего «Я» взрослым, потребность в автономии. Это часто порождает конфликтные ситуации. Ошибкой является то, что виновником всех конфликтов, как правило, признается подросток. Взрослые всегда занимают обвиняющую позицию, а подростки – самообвиняющую. Это может привести к развитию агрессивного поведения подростка. Необходимо уметь признать свои ошибки и, если нужно, даже извиниться перед ребенком. Это не будет выглядеть, как унижение, снижение авторитета. Ваш авторитет будет значительно выше, если вы будете понимающим другом своему ребенку. Только через реальные качества доброты, сочувствия, сопереживания смогут развеваться дефицитные личностные качества.