**[Внимание: переходный возраст!](http://cpms-smol.ru/parents/155-vpv)**

Вначале я приведу слова А.Б. Боссарт: «...на человека в обществе обращают слишком мало внимания. На него это МАЛОЕ ВНИМАНИЕ обращают слишком ПОЗДНО. Когда уже поздно. Когда он уже человек. Или не совсем человек. Или не человек... Когда он готов, без нас окончательно произошел или не произошел. И мы как будто ни при чем...»



Особенно жизненно необходимо это внимание подростку, так как он самый отверженный и самый одинокий. В силу своего возраста он уже не может довольствоваться семейной и школьной жизнью, вырастая из их представлений и норм, а подчас и вступая с ними в конфликт.

Подростка неудержимо влечет к себе взрослое общество со своими законами, со своей, совершенно иной, чем детская, структурой. И ему очень трудно: ему надо приспособиться к новым условиям, принять себя и добиться, чтобы другие приняли и оценили его как взрослого, как личность. И от того, как сегодняшние подростки решат свои проблемы, какие выберут для себя ценности, зависит наше ближайшее будущее, наше завтрашнее общество. Нам надо бы серьезно задуматься над этой проблемой.

Но до подростков ли взрослым, когда бешеный ритм жизни и борьба за существование не оставляют времени подумать даже о себе.

На мой взгляд, давно настало время задать себе вопрос: кто же вырастил их такими — неприкаянными, ощетинившимися, озлобленными? Давно пришла пора взять на себя ответственность за собственное творчество. Ведь сколько сейчас вокруг жестокости — на экранах телевизоров, на улице, даже в семье. Сколько несправедливости, унижения, равнодушия...

И в чуткой, ранимой душе взрослеющего человека все это получает особенно быстрый и горячий отклик. Бесследно не проходит никакое зло. И каждая детская обида — тот острый осколок, который будет царапать сердце всю жизнь. На мой взгляд, такие черты характера, как подозрительность, мнительность, болезненное самолюбие, безжалостность, глубоко посеяны в душах на заре жизни — равно как и совестливость, щедрость, искренность, неравнодушие к красоте и чужой боли.

И не зря этот возраст называется переходным, потому как проводниками от детской во взрослую жизнь должны стать именно родители.

**КОГДА ЗАКАНЧИВАЕТСЯ ДЕТСТВО?**

ПУБЕРТАТНЫЙ КРИЗИС. Так его называют в возрастной психологии.

В переводе с латинского языка означает половую зрелость. Однако изменения, происходящие в этот период, невозможно свести лишь к физиологическому и половому воспитанию. У каждого ребенка переходный возраст проходит по-разному. Один ребенок может провести эти годы вполне мирно и спокойно, другой будет совершать дикие выходки, то и дело подвергая себя опасности.

Общим для всех — и детей, и родителей — будет одно: волнующий, напряженный и необратимый процесс превращения беспомощного ребенка во взрослого человека.

Несмотря на индивидуальные различия, в этот период развитие ребенка имеет общие черты:

* путь к обособлению,
* поиск своего «Я»,
* обретение своего «Я» и примирение с родителями.

**СО МНОЮ ЧТО-ТО ПРОИСХОДИТ...**

- Я не понимала, что со мной тогда происходило. Мне казалось, что все люди с интересом разглядывают меня. В моей внешности я искал странности и находил их. Меня и моих родителей пугало мое изменчивое настроение. Порой я боялся выходить на улицу из-за того, что считал себя уродом...

- Самым страшным для меня в школе был урок физкультуры. Учитель требовал от наc, девочек, ношения белой майки и черных трусиков. Эта одежда подчеркивала выпуклости моего тела, особенно грудь, чего я ужасно стеснялась. Я первая из класса стала носить бюстгальтер. Это стало темой обсуждения у одноклассниц и причиной насмешек наших глупых мальчишек.

- Лет в 12 я посмотрела на себя в зеркало и... горько заплакала. Все лицо было покрыто ужасными прыщами. Я сразу попыталась избавиться от них: терла жесткой губкой, прижигала одеколоном, выдавливала, и от этого делалось еще хуже. К маме я потом боялась подойти и услышать упрек, что во всем виновата сама. А как страшно было показаться друзьям в таком виде.

Важной задачей взросления подростка является его психологическое совладание с собственным телесным и сексуальным созреванием.

Он впервые осознает ограниченную способность контролировать и регулировать происходящие в нем физические изменения (рост тела, появление вторичных половых признаков и т.д.). Тесная связь биологических и психологических изменений во многом определяeт специфику данного возрастного кризиса.

Назову основные признаки наступления пубертатного периода.

• Начинается все с отчетливого ускорения роста. Такой скачок у девочек наступает 2 годами раньше, чем у мальчиков, поэтому в 5 — 6-м классе все мальчишки значительно ниже ростом, чем девочки. Для подростков типична неравномерность физического созревания.

• Двигательная система также развивается своеобразно. Можно отметить изменениe в моторике, результатом которого является временное нарушение координации движений. Этим объясняется некоторая неуклюжесть подростков.

• Изменения происходят и в развитии внутренних органов. Внутренние органы развиваются с разной скоростью. Центральная нервная система в это период функционирует незначительно. В связи с этим возникают трудности в работе сердца, легких, кровоснабжения головного мозга. Поэтому для подростка характерны периоды сосудистого и мышечного тонуса, вызывающие быструю смену физического состояния и настроения.

• Особо хочется обратить внимание на гормональную регуляцию, происходящую в этот период. Она проходит на различных уровнях: эндокринных желез и координации их работы с гипофизом.

Удлинение тела стимулируется гормоном роста — соматотропином.

За половое созревание отвечают гормоны эстроген и гонадотропин.

Андрогены отвечают за сексуальное влечение и половое созревание подростков.

Сильные гормональные изменения оказывают влияние на психику, особенно на такие явления, как депрессивные и эйфорические состояния, проявление агрессивности.

Стоит задуматься, что ни в какой иной период своей жизни человек не испытывает столь бурных и быстрых изменений, какие происходят с ним в подростковый период. В это время буквально рушится вся система координат, действовавшая в детстве.

Биологическая «перестройка» так меняет тело, что оно вскоре начинает казаться чужим. Подросток, подстегиваемый гормонами и вдруг возникшими непривычными сексуальными переживаниями, чувствует, что перерос роль ребенка и стремится на поиски своего нового «Я».

Источник: http://cpms-smol.ru/parents?start=70