

Ребенок от 8 до 12 лет — уже подросток?

Почему дети взрослеют раньше

Как и когда начинается подростковый возраст у современных детей

У многодетной мамы и психолога Ларисы Сурковой — пятеро детей, и с двумя старшими дочерьми она, можно сказать, уже пережила подростковый возраст. Открытия, которые были сделаны ею как мамой и специалистом, будут полезны тем, кто прямо сейчас занят воспитанием детей от 8 до 15 лет.



Каждую свою книгу о детях я могу начинать словами: «Это мой любимый возраст». И потому, что у меня есть собственные дети в каждой возрастной категории, и потому, что для меня каждый из этих периодов прекрасен по-своему. Но дети, входящие в ранний подростковый возраст, — это категория, которая вызывает у меня особые чувства по ряду причин.

Во-первых, я считаю, что этим детям, может быть, тяжелее всех. У них огромная загруженность: чем только они ни заняты кроме школы. На них давит бесконечное родительское «ты должен», но при этом им не выказывают доверия. А это очень важно для адекватной самооценки.

Во-вторых, у них начинаются изменения в гормональном фоне, что тоже дается непросто.

В-третьих, на них давит информационный поток: новости, мультики, фильмы и т.д. Это большая нагрузка, которой у нас с вами не было. Поэтому нашим детям гораздо тяжелее.

Как и когда начинается подростковый возраст?

В психологии подростками считаются те, кто достиг возраста 12-13 лет. Я не могу с этим согласиться в сегодняшних реалиях. Дети взрослеют раньше, в другие сроки формируются вторичные половые признаки и психоэмоциональная сфера ребенка. Так когда же сегодня начинается подростковый возраст? Удивить вас?

Первые признаки его приближения вы начнете замечать в 9-10 лет. Для меня это стало в свое время шоком, честно говоря, я не ожидала этого «гостя» так рано. Но именно в этом возрасте у современных детей начинаются первые гормональные перестройки. Постепенно становятся очевидными и изменения в теле, вызванные взрослением. Ваш вчерашний малыш становится похож на маленького неуклюжего олененка.

Юный человек и сам не понимает, что происходит с ним, с его телом, и это, конечно, сказывается на характере. Резкие смены настроения, нежелание слышать чужое мнение, постоянные протесты и споры — основные симптомы, сопровождающие ранний подростковый возраст.

Что делать? Выставлять рамки с одной стороны, проявлять мягкость и максимальное понимание, ласку — с другой. От любого покушения на личность и, как кажется детям, на «взрослость» вы получите жесткое усугубление отношений. Оговорите условия еще «на суше», то есть за пару лет до начала этого периода.

Ребенку в это время важно жить в привычных условиях, которые не «ломают» его психику, его образ жизни и привычки. Это поможет не усугублять и так непростое для всей семьи время. И обязательно помните — это все тот же ребенок, и объятия как минимум 4 раза в день никто не отменял!

После первых острых двух лет взросления вас будет ждать «бонус» — примерно год спокойной жизни. Ваше чадо немного привыкло к себе, своему телу и успокоилось.

Расслабились? Не стоит! Самое интересное впереди. После 14 лет гормоны начинают бушевать с новой силой. Меняются представления о мире, появляются новые авторитеты. Не сформированная до конца личность легко

поддается чужому влиянию, резко меняет свое мнение, опираясь на иное. Родители находятся в напряжении и переживаниях.

И самое главное, способов влияния или наказания практически нет. Современная школа формирует у подростка иммунитет к повышению голоса, крику. Дети живут за своеобразным экраном с надписью: «Поорет — перестанет». Примеры из книг, герои фильмов — все это не имеет значения, важна лишь оценка определенного социума, которому они безоговорочно доверяют. И вроде бы вы как родители все еще помните о мягкости и любви, но все чаще опускаете руки и плачете от безысходности.

Что делать? Вспомнить себя и переждать!

Почему наши дети так рано взрослеют?

Действительно, современные подростки превращаются во взрослых гораздо раньше. У девочек уже в 8-9 лет начинается рост молочных желез, а в 11-12 лет у 75% из них начинается менструация. Мальчики с 8-9 лет активно забивают в поисковик «голые женщины», а в 10-12 лет у них случается первая поллюция. Физически дети развиваются быстрее, а вот психологическое развитие редко опережает нормы, которые были прописаны 15-20 лет назад.

Конечно, вопрос «почему» — здесь ключевой. И самое интересное, что единого ответа на этот вопрос нет.

Рассмотрим все основные теории.

Теория «Пищевая». Все зависит от питания. Это, пожалуй, теория-лидер. Большое количество некачественной еды, содержащей гормоны и ГМО. Сторонники «химической» теории считают, что изменения могут происходить уже на стадии беременности. Что же делать? Питаться здоровой и полноценной пищей всегда, а не так: ребенку — брокколи, а себе — пельмени и наггетсы из коробки.

Теория «Интеллектуальная». Есть мнение, что усиленный вклад в раннее развитие детей развивает не только мозг. За мозгом тянется и тело. В итоге к 7-8 годам дети не только умнее, но и крупнее физически. Их интересы выходят за рамки детских. По статистике, запрос в поисковике, связанный с сексом, дети вводят в трех случаях из пяти.

Теория «Социальная». Родители сами торопят детей. Включая их в круг обсуждения взрослых проблем, ругаясь и выясняя отношения при них. Сюда же можно отнести ранний перевод отношений в формат материальных и денежных ценностей. Все это торопит детей...

Плохо ли это? Каждый решает сам. Я сторонник того, что детство должно быть! И нет ничего плохого, если оно будет достаточно долгим, хотя бы и до 10-12 лет.

Как пережить подростковый возраст?

1. Тяжелее всего переходный возраст детей отражается на семьях, в которых принят диктаторский стиль воспитания. Если родители годами требуют от ребенка безусловного подчинения, им непросто бывает смириться с тем, что чадо хочет принимать решения самостоятельно. А если учесть, что опыта самостоятельного принятия решений у подростка в таких семьях просто не бывает, ничего удивительного, что он совершает множество ошибок, взрослея.
2. К переходному возрасту стоит готовиться с детства. Ребенка необходимо учить думать, рассуждать, нести ответственность за свои действия: тогда есть шанс, что даже в подростковом возрасте он не будет слепо копировать чужие модели поведения, а будет принимать решения самостоятельно.
3. Если подросток будет иметь всю необходимую информацию о том, что происходит с его телом, ему будет проще пережить изменения. Впрочем, к изданиям для подростков стоит относиться внимательно: многие из них пропагандируют весьма сомнительные ценности.
4. Четких временных границ переходного возраста нет. Помните об этом и имейте в виду, что это может случиться и в 9 лет, и в 13.
5. Подростки нуждаются в уважении, они хотят, чтобы их воспринимали как взрослых. Родителям следует отказаться от жесткой авторитарной позиции и стараться общаться с детьми на равных, не приказывая им, а советуя. При этом важно донести до подростка, что за собственные решения он несет ответственность сам. Конечно, в критической ситуации родители придут на помощь, но будущий взрослый должен учиться самостоятельно отвечать за свои поступки и слова.
6. Подростки очень чувствительны к насмешкам: не стоит смеяться над тем, что им дорого, каким бы абсурдным предмет увлечения ребенка ни казался взрослому. Понемногу нужно ослаблять контроль за выросшим ребенком, учиться доверять ему. Конечно, предварительно необходимо предостеречь подростка, сообщив ему о возможных последствиях его решений. Следует прилагать все усилия, чтобы понимать своих детей, и тогда есть вероятность, что испытание переходным возрастом вся семья пройдет с честью.
7. **Говорите, говорите и говорите с ребенком!**