

Календарь развития ребенка: 11-12 лет

Поздравляем: ваш ребенок стал подростком!

Этот возраст называют возрастом «декларации независимости». Никакой жизненный опыт не в силах подготовить родителей к тому, с чем им приходится столкнуться, когда их ребенку исполняется двенадцать лет. Когда ребенок становится подростком, каждый ваш день начинает напоминать аттракцион «русские горки»: вы никогда не знаете, что случится в следующий момент.

Ребенок становится подростком не постепенно, а внезапно. В одно прекрасное утро он просыпается фактически другим человеком. Он оказывается на границе между детством и взрослостью. Теперь его черты характера выглядят так: вы можете на него положиться как на самого себя и одновременно наблюдаете ужасающую безответственность; ребенок на каждом шагу проверяет ваш авторитет неподчинением и вызовами и в то же время очень зависим от вашей оценки и поддержки. Многие родители признаются, что понятия не имеют, как общаться с внезапно выросшими детьми, как удовлетворить их потребность в независимости и мятеже, сохранив доверие и близость. Однако на практике каждая семья все же без особого ущерба проходит период адаптации к подростковым неожиданностям. Так что все ужасы подросткового возраста, которые нам показывают в кино, достаточно сильно преувеличены.

- Большинство двенадцатилетних детей сосредоточены, друзьях и школе. Пока что чаще всего они дружат с ровесниками своего пола, однако начинают проявлять интерес и к сверстникам противоположного. Друзья могут полностью вытеснить родителей из списка влиятельных людей, подростки перестают доверять родителям сокровенное. Однако дружба в этом возрасте еще не настолько крепка, чтобы выдержать любые напасти. Подчас для того, чтобы два неразлучных друга рассорились навсегда, достаточно случайной

сплетни. Потерю друга подросток обычно переживает очень тяжело, переживая затяжные депрессии.

- Подросток учится уважать права и потребности окружающих. Вы можете ему помочь, прося (а нередко и требуя) соблюдать семейные правила, очерчивая собственные границы дозволенного. У каждого члена семьи должны быть личные обязанности по дому, в том числе и у подростка.
- Избегайте контроля и напоминаний. Если дело не сделано, а ваше терпение заканчивается, старайтесь не ругать ребенка, а говорить о своих чувствах, о том, как вам обидно и неприятно, что не исполняются принятые договоренности.

Очень важно, чтобы оплотом этики, морали и нравственности для подростка остались родители.

Подростку важны школьные мероприятия и участие в групповых авантюрах.

Чтобы предотвратить серьезные психические срывы, будьте особенно внимательны к настроению ребенка.

Портрет мудрого родителя, который помогает подростку вовремя повзрослеть

Мудрый родитель:

- Знает особенности подросткового периода, представляет, чего можно ожидать от ребенка.

Хвалит, поддерживает и поощряет ребенка и его занятия. Выказывает искренний интерес чувствами подростка.

Организовывает семейные и дружеские мероприятия, где подросток участвует наравне со взрослыми.

Поощряет разумную и безопасную независимость и самостоятельность подростка, доверяет ему в выборе друзей и интересов вне дома. При этом всегда готов дать родительский совет и объяснить, почему компании подростков бывают разными, и чего следует остерегаться.

Находит время, чтобы выслушать подростка, побыть с ним, когда ему это нужно.

Устанавливает разумные и не чрезмерно жесткие правила поведения в семье, следит за их исполнением, не унижая ребенка нотациями и упреками. Всегда и во всем придерживается непреложного принципа уважения к ребенку и его личной ответственности.

Устанавливает штрафные санкции за несоблюдение общепринятых правил. Не повышает голоса, не запугивает и не устраивает скандалов. Четко соблюдает все договоренности, исполняет обещанное, невзирая на обстоятельства, и последовательно и твердо претворяет в жизнь как награды, так и наказания.

Не оставляет подростка одного на больший срок, чем это необходимо, чтобы закончить работу и доехать до дома. Обеспечивает ребенку компанию взрослого человека, если вынужден задержаться дольше обычного.



Дает ребенку посильные поручения и обеспечивает адекватную награду за труды.

Выделяет фиксированную ежемесячную (еженедельную) сумму на карманные расходы и не контролирует траты.

Демонстрирует заинтересованность успеваемостью ребенка и проповедует необходимость получения знаний.

Получает удовольствие от совместных с ребенком занятий.

Гордится способностями, успехами и достижениями подростка.

Обеспечивает подростку информационную поддержку о вариантах развития событий. Доверяет ребенку принятие решений на основании имеющейся информации.

Всегда находится на стороне ребенка и готов выслушать, понять, принять и простить в случае ошибки. Всегда готов прийти на помощь.

Уважает право подростка на уединение и личное пространство.

Не критикует при ребенке другого родителя. Ребенку необходимо любить и уважать обоих родителей.

Поднимает самооценку ребенка путем похвал и одобрения. Отмечает все успехи и достижения ребенка, а также попытки сделать что-либо хорошее.

Не критикует, не пилит, не ругает ребенка за неделанное. Использует тактику положительного подкрепления.

Не пытается быть лучшим другом подростку. Помнит, что его роль – быть принимающим и чутким родителем и наставником.

Выказывает уважение подростку. Считается с его мнением, выслушивает его спокойно, не перебивая и не доказывая, что ребенок неправ, даже если убежден в своей правоте.

С удовольствием знакомится с друзьями ребенка. Избегает суждений на основании внешности или первого впечатления. Никогда не отзывается о друзьях ребенка плохо, даже если они очень не нравятся.

Гостеприимен, с радостью принимает дома друзей подростка.

Позволяет подростку принимать решения, которые не могут навредить его здоровью и безопасности, например, выбирать стиль одежды.

Вовлекает подростка в дела семьи, в которых требуется принять решение, касающееся всех ее членов.

Принимает на себя ответственность за сексуальное образование подростка. В частности, проводит беседы, предлагает книги для самостоятельного чтения.

Портрет нормально растущего подростка

Верит в то, что в любом случае все будет хорошо.

Обладает уверенностью в себе (под уверенностью в себе мы подразумеваем гордость за себя и твердую веру в собственную способность к выполнению всего задуманного).

С удовольствием общается со сверстниками (особенно одного с собой пола).

С радостью включается в любую развлекательную деятельность.

Признает важность правил и честной игры.

Энергичен, полон энтузиазма и любознательности.

Особо успешен в спорте или отличается драматическим, музыкальным, художественным талантом.

Неплохо учится в школе, проявляет способности выходить из сложных учебных ситуаций с помощью смекалки.

Способен выполнять домашние задания без напоминаний (или с небольшими напоминаниями со стороны родителей).

Берет на себя ответственность за собственное здоровье.

Без страха и стеснения задает родителям любые вопросы.

Ребенку 11 лет



На 11-12 году жизни подросток вступает в пубертатный период. Что это означает? Начинается пора полового созревания, которая у разных детей проходит по-разному, но, в общем, имеет свои характерные черты. Это начало интенсивного бунтарского развития, когда в организме ребенка начинаются едва заметные изменения. Уже через 3-4 года он превратится во вполне сформировавшегося взрослого человека, представляющего не только часть общества, но и отдельную личность.

Мальчики и девочки в этом возрасте развиваются неравномерно как физически, так и психологически. Девочки растут гораздо быстрее, у них появляются первые признаки развития груди, талии. Мальчики как будто задерживаются в развитии, хотя и у них появляются признаки взросления - увеличивается гортань, начинается модуляция голоса (примерно на октаву) и совершенно невозможно угадать, каким станет голос всего через пару – тройку лет. Многие дети не готовы психологически к быстрым изменениям, у них могут появиться сомнения в собственной привлекательности, которые будут возрастать по мере изменений, но исчезнут после полного «перевоплощения» во взрослого человека.

Именно сейчас родители должны поддержать своих детей, подготовить их к грядущему развитию организма.

Девочки переживают характерный для подросткового возраста скачек роста раньше, поэтому становятся гораздо выше мальчиков ровесников. Рост тела происходит неравномерно - удлиняются руки и ноги, затем вырастает туловище. Какое-то время ребенок может показаться долговязым, угловатым и нескладным. Организм пока еще накапливает силы для ускоренного полового развития.

Особенности развития ребенка в 11 лет

В 11-летнем ребенке все кажется новым – самосознание личности, упрямство, превознесение своих недостатков, противопоставление себя родителям. Может резко ухудшиться поведение, ребенок пытается усиленно доказать свое право на независимость. Этот период опасен утратой контакта, который впоследствии вернуть будет очень сложно. Родителям важно понять, что их малыш уже действительно вырос и уже не нуждается в таком строгом контроле и опеке.

Но если бросить воспитание ребенка на самотек, считая его слишком взрослым, можно получить обратную проблему – отрицание авторитетов, самовлюбленность, эгоизм. Те родители, которые признают это, могут сохранить с подростком доверительные отношения, а значит, в будущем помочь им советом, оградить от больших неприятностей. Интересно, что в 11-летнем возрасте выросшие девочки демонстрируют свое пренебрежение к мальчикам – сверстникам начинают засматриваться на старших мальчиков.

В десять-одиннадцать лет впервые можно сказать, что ваш ребенок действительно повзрослел – и это не хорошо и не плохо, а просто факт.



Физиология ребенка десяти-одиннадцати лет

Десять-одиннадцать лет – время, предшествующее [половому созреванию](#). Протекает этот период у всех по-разному, у кого-то более или менее безболезненно, а кому-то этот процесс психологически

дается непросто. Сопровождается он как изменениями во внешности, так и в характере. И сделать здесь ничего невозможно, ибо с природой не поспоришь. Многие дети стесняются происходящих с ними физиологических изменений, и задача родителей – подготовить ребенка к тем метаморфозам, которые вот-вот полностью изменят его тело.

Психология ребенка в десять-одиннадцать лет

Психологически к десяти годам ребенок заметно взрослеет. Вот-вот он начнет бунтовать [против родительского контроля](#) в любых его проявлениях. Утратить авторитет очень легко. Стоит где-то дать слабину или, наоборот, перегнуть палку – и та тонкая психологическая ниточка, которая связывает вас с ребенком, порвется. Парадокс этого возраста заключается в том, что подросток лучше поддается влиянию чужих людей, чем собственных родителей. А влияют на него очень многие и очень многое.

Как правило, в десять-одиннадцать лет ребенку становится интереснее в компании сверстников, чем в вашей. Не стоит запрещать ребенку общаться с тем, кто вам не нравится, критиковать друзей и вообще чрезмерно выражать негативные эмоции в отношении тех, кто окружает вашего отпрыска. Можете быть уверены, все будет сделано с точностью наоборот – просто из чувства противоречия. Если даже вам не нравится кто-то из компании вашего ребенка, постарайтесь спокойно ему об этом сказать. Формулировка «Я тебе запрещаю с ним общаться» категорически не подходит. Наоборот, подчеркните, что вы уважаете его выбор, но просите обратить внимание на какие-то качества характера, которые, на ваш взгляд, не очень соответствуют статусу друга или подруги.

10 лет – самое время [отправить ребенка в летний лагерь](#) или на спортивные сборы. Этот вариант (при условии, что место, куда вы собираетесь отправить сына или дочь, проверенное и достойное) близко к идеальному. В лагере ваш ребенок одновременно и самостоятелен, и находится под присмотром. Можно совместить приятное с полезным, и отправить ребенка в специализированный лагерь – спортивный или такой, который специализируется на изучении иностранных языков.

Советы родителям десяти-одиннадцатилетнего ребенка

Постарайтесь смириться с тем, что ваш ребенок постепенно отдаляется от вас, не пытайтесь привязывать его к себе силой. Определенная степень контроля, безусловно, нужна. Но отвечать агрессией на агрессию не стоит. В чем-либо убедить ребенка, который активно утверждает собственное «Я», можно только путем переговоров. Советуйте, но не будьте навязчивыми. Проявляйте настойчивость, но не давите слишком сильно – эффект будет прямо противоположным. Придумывайте какие-то совместные занятия, которые будут интересны и для вас, и для вашего ребенка. Бывает, что родители друга или подруги пользуются у ребенка большим уважением, чем его собственные. Причины могут быть самые разные: от личных качеств чужих родителей до страха, который ребенок испытывает перед своими. В десять-одиннадцать лет человек уже достаточно взрослый, и отношения с ним во многом зависят от способности тех, кто старше, сотрудничать.