**Тест «Понимаю ли я подростков?» (Грецов А.Г.)**

Предлагаем Вам пройти небольшой тест, позволяющий выявить осведомленность об особенностях подросткового возраста, уровень понимания их психологии.

Отметьте, пожалуйста, верно ли каждое из приведенных ниже утверждений.

1. С социальной точки зрения, подростки становятся взрослыми раньше, чем с биологической.
2. Большинство случаев нарушения дисциплины подростками – прямое следствие всплеска концентрации гормонов в их крови.
3. В подростковом возрасте темпы как физического, так и психологического развития мальчиков выше темпов развития девочек.
4. Мышление подростка, в отличие от мышления младшего школьника, становится более конкретным.
5. Суть личностного развития старших подростков – поиск ответа на глобальный вопрос «Кто я, каково мое место в мире?»
6. Младшие подростки общаются преимущественно в однополых компаниях, старшие – в смешанных по полу.
7. Взрослые являются для подростка более авторитетными фигурами, чем сверстники.
8. Большинство подростков имеет четкие, конкретные и реалистичные планы, касающиеся своей взрослой жизни.
9. Три основные области, вокруг которых сосредоточены переживания подростков: собственное будущее, отношения со сверстниками и с родителями.
10. Подростки воспринимают здоровье не как самостоятельную ценность, а скорее как инструмент, средство достижения других целей.



**«Ключ»:** по одному баллу начисляется за каждый ответ **«Да»** на вопросы №№ 5,6,9,10 и за ответы **«Нет»** на все остальные вопросы.

**Интерпретация результатов:**

**9-10 баллов:** Вы прекрасно понимаете психологические особенности подростков! Вероятно, Вы специально учились этому, либо у Вас отличная психологическая интуиция.

**7-8 баллов:** Вы неплохо понимаете подростков, однако в некоторых деталях можете ошибаться. В целом, Ваше знание особенностей этого возраста вполне позволяет конструктивно взаимодействовать с подростками.

**5-6 баллов:** Ваше знание о психологических особенностях подростков находится на уровне здравого смыла: в большинстве случаев он помогает, но нередко и приводит к ошибкам. Вам рекомендуется более внимательно изучить психологию подростков!

**4 балла и менее:** К сожалению, в своих суждениях о подростках Вы чаще всего серьезно заблуждаетесь! И это весьма затрудняет взаимодействие с ними. Если Вы хотите научиться находить общий язык с подростками, Вам следует серьезно озаботиться изучением их психологии.

**Несколько общих особенностей подросткового возраста:**

*Стремление к самостоятельности (уже не ребенок, но пока еще и не взрослый). Поиск собственной идентичности (вопрос «кто я?» самый важный вопрос этого периода). Возрастает потребность общения со сверстниками (формируются новые ценности, которые более понятны и ближе сверстнику, чем взрослому).*

1. *Настроение начинает характеризоваться повышенной изменчивостью (постоянные колебания между весёлостью и унынием, чувством неудовлетворенности собой и окружающим миром), что объясняется непрерывным изменением взглядов подростка на ценности и нормы общества.*
2. *Начинает проявляться повышенная чувствительность к критическим замечаниям сверстников и взрослых (не родителей), к тому, как на него смотрят и что о нём говорят (в этом возрасте резко возрастает количество негативных самооценок и поэтому возрастает потребность в общей положительной оценке своей личности другими людьми и, прежде, всего родителями).*
3. *Наблюдается резкая смена физического самочувствия от чрезмерной активности к полной пассивности (быстрая физиологическая перестройка организма – изменения роста, веса, пропорций тела, резкое повышение гормонального фона – являются причинами быстрой утомляемости, снижения работоспособности и успеваемости).*

Это далеко не все изменения, происходящие в подростковый период. Но именно они, в первую очередь и наиболее ярко, сказываются на взаимоотношениях **«родитель-ребенок»**.

«Не думайте, что вы воспитываете ребёнка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему.
Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома».
 А.С.Макаренко

***За дополнительной консультацией обращаться по адресу:***

***г. Петухово,***

 ***ул. Кирова, 34, каб. 15***

Зональный кабинет

психологической помощи

ГБУ ДО «Центр помощи детям»

г. Петухово



***«Психологические***

***особенности***

***подростков»***

****

г. Петухово,

2015