

Подростковый возраст

Выполнила: Желнина Екатерина Васильевна
Проверила: Галюк Наталья Андреевна, доцент.

- **Подростковый возраст охватывает период от 10-11 лет до 13-14 лет и является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка и его родителей. Этот возраст считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни. Кризис подросткового возраста связан с изменением социальной ситуации развития и ведущей деятельности.**

● Социальная ситуация развития - это особое положение ребенка в системе принятых в данном обществе отношений. В подростковом возрасте она представляет собой переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости. Подросток занимает промежуточное положение между детством и взрослостью.



● Ведущая деятельность - эта та деятельность, которая определяет возникновение основных изменений в психическом развитии ребенка на каждом отдельном этапе. Если у младших школьников такой деятельностью является учебная, то в подростковом возрасте она сменяется на интимно-личностное общение.



- **Подростковый возраст** отличается мощным подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой организма. В это время происходит не только физическое созревание человека, но и интенсивное формирование личности, энергичный рост моральных и интеллектуальных сил. Подростковый возраст называется иначе переходным возрастом, так как он характеризуется переходом от детского состояния к взрослому, от незрелости к зрелости



- **Переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период - физического, умственного, нравственного, социального. По всем направлениям происходит становление качественно новых образований, появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, отношений с взрослыми и товарищами, способов социального взаимодействия с ними, содержания морально-этических норм, опосредствующих поведение, деятельность и отношения.**



● В подростковом возрасте происходит ломка многого из того, что являлось привычным, уже сложившимся у подростка. Это касается почти всех сторон его жизни и деятельности. Особенно заметные изменения претерпевает характер учебной деятельности — в подростковом возрасте начинается систематическое усвоение основ наук, что требует изменения привычных форм работы и перестройки мышления, новой организации внимания, приемов запоминания. Изменяется и отношение к окружающему; подросток уже не ребенок и требует иного к себе отношения

- Характерные черты подростка — стремление ко всему новому, необычному, интерес к технике и к технической новинке, желание быть «на равной ноге» со взрослыми, стремление к активной деятельности, — созерцание не удовлетворяет подростка.



● Значительные сдвиги отмечаются в усвоении моральных понятий и развитии их под влиянием воспитательной работы школы и семьи.

Недостаточное участие в общественной жизни, отсутствие общественных интересов делает жизнь подростка бесцветной, пустой, сугубо личные интересы, как правило, не могут принести ему удовлетворения.



- Успех учебно-воспитательной работы со школьниками зависит от знания и учета их возрастных психологических особенностей. Подростковый возраст связан с перестройкой психических процессов, деятельности личности школьника и поэтому требует решительных (хотя и постепенных) изменений в формах взаимоотношений, организации деятельности, руководства со стороны взрослых, в частности учителей. Трудности, встречающиеся порой в учебной и воспитательной работе со школьниками-подростками, объясняются иногда недостаточным знанием или игнорированием особенностей и закономерностей психического развития в этом возрасте.



- Трудности, связанные с обучением и воспитанием подростков, в том и состоят, что очень важно понять необходимость изменить привычные методы обучения и воспитания, изменить удачные в прошлом формы влияния и воздействия на школьников, в частности формы контроля за их жизнью и деятельностью

- Психолог А. Г. Ковалев справедливо отмечает, что здесь речь идет не о кризисе возраста, а о кризисе отношений между подростком и взрослыми, в частности учителями, воспитателями. Каждый возраст требует особого к себе отношения. И поэтому при обучении и воспитании подростка многое из того, что ранее было естественным и пригодным, становится неприемлемым, вызывает протест и сопротивление с его стороны.

Советская психология установила, что движущими силами психического развития в этом возрасте является возникновение и преодоление диалектических противоречий между порождаемыми деятельностью подростков новыми потребностями и возможностью их удовлетворения; между возросшими физическими, интеллектуальными и нравственными возможностями подростка и старыми, сложившимися ранее формами его взаимоотношений с окружающими, старыми видами и уровнями его деятельности; между растущими требованиями к подростку со стороны общества, взрослых, коллектива и наличными формами поведения, подростка. Разрешаются эти противоречия путем формирования более высокого уровня психического развития, более сложных форм и видов деятельности, ряда новых психологических качеств личности. В результате осуществляется переход подростка на более высокую степень психического развития.

- Содержательная характеристика подросткового возраста меняется с течением времени, потому что меняются биологические и особенно социальные условия существования человека.
- **Физическое развитие подростка.** Прежде всего следует отметить, что в этом возрасте происходит интенсивное и в то же время неравномерное физическое развитие.

● Подростковый период — это период бурного роста и развития организма, - когда происходит интенсивный рост тела , совершенствуется мускульный аппарат, идет процесс окостенения скелета. Неравномерное физическое развитие: особенно интенсивно происходит рост скелета и конечностей в длину, а грудная клетка в развитии отстает. Наблюдается возрастное несоответствие и в развитии сердечно-сосудистой системы. Отмеченные особенности развития сердечно-сосудистой системы, начало интенсивной деятельности желез внутренней секреции (в частности, щитовидной железы) приводят обычно к некоторым скоропроходящим нарушениям в деятельности нервной системы подростка

- Нервная система подростка еще не всегда способна выдерживать сильные или длительно действующие монотонные раздражители и под влиянием их часто переходит в состояние торможения или, наоборот, в состояние сильного возбуждения
- подростковый возраст — это возраст кипучей энергии, активности, больших замыслов и больших дел. Учитывать указанные выше особенности при организации учебно-воспитательной работы необходимо.

- Самым важным фактом физического развития в подростковом возрасте является половое созревание, начало функционирования половых желез. Начало полового созревания в большой степени зависит от климатических и национально-этнографических факторов, а также от особенностей индивидуальной жизни. В связи с особенностями физического развития следует отметить характерную для подросткового возраста некоторую неуравновешенность характера, повышенную возбудимость, сравнительно частые, быстрые и резкие смены настроения.

- Заметное развитие в подростковом возрасте приобретают волевые черты характера — настойчивость, упорство в достижении цели, умение преодолевать препятствия и трудности на этом пути. Подросток в отличие от младшего школьника способен не только к отдельным волевым действиям, но и к волевой деятельности.



- известную роль в формировании индивидуальных различий могут играть и некоторые врожденные особенности, в частности особенности мозга, высшей нервной деятельности. Игнорировать этого нельзя. Однако решающее значение имеют все-таки конкретные особенности жизни, деятельности, воспитания и обучения

- Первая общая закономерность и острая проблема подросткового возраста - это перестройка отношений с родителями, переход от детской зависимости к отношениям, основанным на взаимном уважении и равенстве.



● Окончание детства и переход в мир взрослых связан с развитием в сознание подростка критического рефлектирующего мышления в рассудочной форме. Это и есть определяющее состояние подростка в психике. Оно и создает основное ведущее противоречие в жизни подростка. Рассудочная т.е. формальная жесткая логика владеет умом подростка.



- Отвергая авторитеты, подросток нуждается в авторитете, в таком взрослом, которому он мог бы полностью доверять. Появляется тенденция к обособлению и от мира детства и от мира взрослых, к созданию своего собственного мира сверстников, внутренне одинаковых друг другу.



● Почти каждый подросток, во время переходного возраста сталкивается с особыми трудностями, пытается найти себя. Переходный возраст - самый короткий период жизни, но очень важный. И важно без особых травм пережить его.



- Открытие своего внутреннего мира, в этот период возникают проблемы самосознания и самоопределения. В тесной связи с поисками смысла жизни находится и стремление узнать самого себя, свои способности, возможности, поиск себя в отношениях с окружающими. Для ребенка единственной осознаваемой реальностью является внешний мир, куда он проецирует и свою фантазию.

- 
- Обретая способность погружаться в себя и наслаждаться своими переживаниями, подросток открывает целый мир новых чувств, он начинает воспринимать и осмысливать свои эмоции уже не как производные от каких-то внешних событий, а как состояние своего собственного "я". Даже объективная, безличная информация нередко стимулирует подростка к интроспекции, размышлению о себе и своих проблемах.

- Подростковое "я" еще неопределенно, диффузно, оно нередко переживается как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую необходимо чем-то заполнить. Отсюда - растет потребность в общении и одновременно повышается избирательность общения, потребность в уединении. Сознание своей особенности, непохожести на других вызывает весьма характерное для ранней юности чувство одиночества или страх одиночества"



- Список используемой литературы:
- 1. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. — СПб.: Питер, 2005. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. — М.: Издательский центр «Академия», 2004.
- 2. Варга А.Я., Драбкина Т.С. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. – СПб.: Речь, 2001.
- 3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: Сфера, 2003.
- 4. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека. – М.: Школьная пресса, 2000.
- 5. Туревская Е.И. Возрастная психология // <http://www.tula.net/tgpu/resources/turevskaya/index.htm>
- 6. Целуйко В.М. Психология неблагополучной семьи: Книга для педагогов и родителей. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
- 7. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и педагогов. – М., 1994.
- 8. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. Учебное пособие для врачей и психологов. – СПб.: Речь, 2003.
- 9. club.imaton.ru/mod_files/upload_1/fle_file_upload_1_19.doc
- 10. <http://www.kursx.ru/psy74.html>

**Спасибо
за внимание!**

