

**Лекция 3 – 4. Психология
школьника как субъекта учебной
деятельности на уроках
физической
культуры. (Возрастная
психология ФК и спорта)**



Вопросы лекции:

- 1) Что такое возрастная психология?
Психологическая характеристика
возрастных периодов в развитии.
- 2) Психолого – педагогическая
характеристика дошкольного детства.
Основные закономерности развития детей
– спортсменов в дошкольном детстве.
- 3) Психолого – педагогическая
характеристика отрочества.
- 4) Разрешение возрастных кризисов как
средство личностного роста и развития
человека.

Психология развития и возрастная психология

Возрастная психология – это один из разделов психологии развития. Психология развития в качестве предмета изучает закономерные изменения человека во времени и связанные с этим явления и особенности человеческой жизни. Психология развития – раздел психологии, который изучает возрастную динамику развития человеческой психики, онтогенез психических процессов и психологических качеств личности. Психологию развития можно назвать «возрастной психологией», хотя данный термин будет не совсем точным. В возрастной психологии развитие изучается только в связи с определенным хронологическим возрастом.

Что такое возраст с точки зрения психологии?

Первые попытки описания психического развития относятся к очень давним временам. Возрастную периодизацию развития предлагали Пифагор, Гиппократ и Аристотель, философы Китая и Индии. Но и на сегодняшний день единой классификации, к сожалению, так и не существует.

Знакомясь с периодизацией индивидуального развития, следует учитывать некоторые специфические проблемы. Не существует жестких границ начала и завершения каждой стадии возрастного развития. Как показали многочисленные исследования, для процессов созревания характерна неравномерность. В самом деле, можно быть тридцатилетним «стариком» – или творчески и физически активным, «молодым» и до, и после семидесяти.

Существует много классификаций возрастов, разработанных специалистами из разных областей человеческого знания (а следовательно, и основанных на разных критериях). **Чаще всего встречаются медицинские и психологические классификации возрастов человека! Между ними есть существенные различия.**

Пример Медицинской классификации возраста. Периодизация, принятая Международным симпозиумом по возрастной периодизации в Москве (1965 г.):

Новорожденный до 10 дней.

Грудной возраст 10 дней – 1 год.

Раннее детство 1–2 года.

Первый период детства 3–7 лет.

Второй период детства 8–12 лет для мальчиков, 8–11 – для девочек.

Подростковый возраст 13–16 лет для мальчиков, 12–15 – для девочек.

Юношеский возраст 17–21 год для юношей (мужчин), 16–20 – для девушек (женщин).

Средний (зрелый) возраст:

первый период 22–35 лет для мужчин, 21–35 – для женщин.

второй период 36–60 лет для мужчин, 36–55 – для женщин.

Пожилой возраст 61–74 года для мужчин, 56–74 – для женщин.

Старческий возраст 75–90 лет для мужчин и женщин.

Долгожители - старше 90 лет.

Пример психологической классификации возраста. Периодизация развития личности по психологу Э. Эриксону (8 фаз жизни человека)

- **младенчество**, первый год жизни. Первая фаза характеризуется доверием или недоверием ребенка к окружающему миру;
- **раннее детство**, 2-3-й годы жизни ребенка. Вторая фаза характеризуется автономией или стыдом и сомнением;
- **дошкольный возраст**, 4-5-й годы жизни ребенка. Третья фаза характеризуется инициативой или чувством вины;
- **школьный возраст**, с 6 до 11–12 лет. Четвертая фаза характеризуется чувством ценности и трудолюбия или малоценности;
- **юношество**, с 13 до 20 лет. Пятая фаза характеризуется личностной индивидуальностью, идентичностью или диффузией идентичности;
- **молодость**, с 20 до 30 лет. Характеризуется близостью, интимностью и солидарностью или изоляцией;
- **зрелость**, с 30 до 40 лет. Характеризуется творческим началом, интегративностью или застоєм;
- **старший взрослый возраст плюс старость**. Характеризуется целостностью личности или раздвоенностью, отчаянием.

Возрастная периодизация Э. Эриксона



Периодизации детства

Детство – период, продолжающийся от новорожденности до полной социальной и, следовательно, психологической зрелости; это период становления ребенка полноценным членом человеческого общества. При этом продолжительность детства в первобытном обществе не равна продолжительности детства в эпоху Средневековья или в наши дни. Этапы детства человека – продукт истории, и они столь же подвержены изменению, как и тысячи лет назад. Поэтому нельзя изучать детство ребенка и законы его становления вне развития человеческого общества и законов, определяющих его развитие.

Отрочество включает две стадии: **подростковую**, или стадию **пубертатного развития** (длится до 15 лет) и **юношескую** (длится до 22–23 лет).

Юность – период в развитии человека, соответствующий переходу от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни. К концу юношеского периода завершаются процессы физического созревания человека. Психологическое содержание этого этапа связано с развитием самосознания, решением задач профессионального самоопределения и вступлением во взрослую жизнь.

Основные понятия психологии возрастного развития

Движущие силы психического развития – это факторы, которые определяют поступательное развитие ребенка. Эти факторы являются причинами и содержат в себе побудительные энергетические источники развития.

Условия психического развития – это внутренние и внешние постоянно действующие факторы, которые влияют на процесс развития, направляя его ход и формируя динамику и конечный результат.

Законы психического развития – это общие и частные закономерности, с помощью которых можно описать психическое развитие и опираясь на которые можно управлять ходом психического развития.

В психологии возрастного развития выделяют 2 типа развития: **преформированный, непреформированный**.

Преформированный тип развития – развитие, при котором заранее заданы и закреплены те стадии, которые организм пройдет в течение некоторого времени, например, эмбриональное развитие.

Непреформированный тип – это такой тип развития, когда процесс задан не изнутри, а извне. Развитие происходит благодаря влиянию окружающей среды на организм.

Детское развитие – непреформированный тип развития. Это качественно своеобразный процесс, который определен той формой развития общества и непосредственно окружающего ребенка социума, в котором ребенок находится.

Психолого – педагогическая

характеристика дошкольного детства

В дошкольные годы развития ребенка завязываются первые узлы, устанавливаются первые связи и отношения, которые образуют новое, высшее единство субъекта – единство личности. Академик А. Н. Леонтьев (один из самых знаменитых российских психологов) подчеркивал, что **период дошкольного детства есть период фактического складывания психологических механизмов личности**, поэтому он так важен.

Дошкольное детство: психологическая характеристика

Особенности этого периода особенно ярко проявляются в :

- Эмоциональной сфере;
- Мотивационной сфере;
- Этической сфере;
- Сфере самооценки;
- Особенности мышления;
- Особенности группового поведения детей.

Эмоции детей

Эмоции в основе развития ребенка (подростки, юноши уже не так эмоциональны как дошкольники и младшие школьники).

Онтогенез эмоций рассматривается в неразрывной связи с общим ходом психического развития. Эмоции проходят путь прогрессивного развития, и развиваются за счет деятельности.

Для развития эмоций очень важна двигательная активность. Дети в дошкольном возрасте с трудом выражают эмоции с помощью языка, но они используют движение – жесты и мимику.

Очень важны для развития ребенка «художественные» эмоции, то есть те, что связаны с восприятием культуры. Художественные эмоции – «умные» эмоции. Л.С.Выготский. В спорте и физической культуре это важное подспорье!



Эмоциональная сфера. Что отличает дошкольников?

- 1. Изменение структуры эмоциональных процессов.**
- 2. Изменение диапазона эмоций.**
- 3. Ребенок в постоянном контакте с миром. Он все время бодрствует. Все время познает мир.**
- 4. Ребенок постоянно включен в ситуацию. Но быстро переключается.**
- 5. Если нет эмоционально затрагивающей ситуации, он ее фантазирует. Отсюда – детская ложь, детские страхи. Надо уважать эти страхи, и фантазии.**

Мотивационная сфера. Что отличает дошкольников?

1. Самым важным личностным механизмом, формирующимся в этом периоде, считается соподчинение мотивов. Оно появляется в начале дошкольного возраста и затем последовательно развивается.

2. Интересно, что наиболее сильный мотив для дошкольника - поощрение, получение награды. Более слабый - наказание, еще слабее - собственное обещание ребёнка.

Особенности поведения детей в младшем дошкольном и старшем дошкольном детстве

Существует одна важная особенность, которая качественно отличает поведение ребенка в возрасте до трех лет от поведения детей более старшего возраста. Она проявляется в том, что ребенок преддошкольного возраста находится как бы во власти внешних впечатлений, поэтому его очень легко привлечь к чему-нибудь, но также легко и отвлечь. Он очень эмоционально реагирует на происходящее, но его эмоции неустойчивы. Дети в этом возрасте «легко утешаются».

Дело в том, что само строение деятельности в этом возрасте обладает одной важной особенностью. Она состоит в следующем: хотя деятельность ребенка побуждается мотивами, отвечающими уже относительно очень развитым потребностям, однако мотивы их еще внутренне не подчинены друг другу. Иначе говоря, между мотивами, побуждающими ребенка, не установились еще такие соотношения, при которых одни являются для него главными, более важными, другие – менее важными, второстепенными (по материалам А.Н. Леонтьева).

Эксперимент с двигательным поведением детей

Методика эксперимента заключалась в том, что дети ставились перед задачей произвольно удерживать определенную позу (позу «часового»). Оказалось, что если задача произвольного сохранения позы ставится перед ребенком в форме прямого задания, то самые маленькие дошкольники практически не справляются с ней, даже когда они принимают ее с охотой. Эта задача имеет для них определенный мотив, заключающийся в их отношении к требованиям взрослого, который делает ее для них вполне осмысленной. Значит, причина того, что они не справляются с этой задачей и уже через несколько секунд произвольно нарушают позу, объясняется не тем, что они внутренне не принимают ее. Как показывает более подробный анализ, они не в состоянии длительно контролировать свои движения, контролировать их не со стороны внешнего результата, который нужно достичь, а со стороны самого двигательного процесса, со стороны того, как он протекает.

А. Н. Леонтьев утверждает, что процесс управления своей позой у детей старшего дошкольного возраста протекает иначе. Они оказываются в состоянии управлять своей позой также и при условии отвлечения своего внимания на что-нибудь другое: их двигательное поведение может становиться подлинно подконтрольным, они могут по-настоящему свободно «владеть собой». Следовательно, мы должны принять как факт, что процесс сознательного управления мотивами связан с возрастными особенностями детей.

Как научить ребенка соподчинять МОТИВЫ?

В ходе развития у ребенка появляется возможность самостоятельно выполнять само по себе непривлекательное (отрицательно мотивированное) действие в таких условиях, когда то, ради чего оно выполняется (то, что составляет его положительный мотив), не воспринимается ребенком непосредственно, а представляется им лишь мысленно. Например, в том случае, когда обещанная игрушка остается перед глазами ребенка, довести до конца разборку мозаики ему гораздо труднее, чем тогда, когда игрушка не находится прямо в поле его восприятия. Дело идет гораздо лучше, если игрушку убрать из внешнего «поля» деятельности ребенка, причем в этом случае ребенок не просто отвлекается от нее, а действует именно ради нее: окончив разборку шариков, ребенок немедленно же напоминает взрослому, что теперь ему полагается получить обещанную игрушку. **Происходит изменение поведения из «полевого» в «волевое»!!!!** Здесь очень важна функция взрослого, воспитателя, тренера, который направляет, руководит действиями и мотивами ребенка.

В каком возрасте ребенок психологически готов к занятию спортом?

«Оптимальный возраст для начала занятий спортом - лет 8-9. Хотя тренеры, скорее всего, придерживаются иного мнения, ведь современный спорт сильно помолодел. Но я высказываю взгляд не тренера, растящего юные дарования, а врача, которому зачастую приходится иметь дело с последствиями выращивания таких "скороспелок".»

Мнение спортивного психолога

Этика дошкольника

Особенность этого периода, что пока для ребенка моральная оценка всех поступков идет в основном сверху (от родителей, педагогов, воспитателя, тренера). Это очень чувствительный период в отношении усвоения норм морали. **Все закладывается здесь!!!!** И очень важно, какие установки и от кого здесь получает ребенок. **В этом возрасте дети верят взрослым безгранично!**

Самосознание и самооценка дошкольника складывается из:

1. Самооценка умений
2. Самооценка переживаний
3. Самосознание своего пола
4. Самосознание себя во времени

Диагностика самооценки дошкольника

Пока у ребенка не очень сильно развита речевая рефлексия, можно использовать проективные методики:

«Где ты за обеденным столом?»,

«Рисунок семьи», «Рисунок семьи животных»

«Прогулка по лесу»,

«Несуществующее животное»

«Нарисуй сон»

Можно использовать методику М. Куна

«**Кто я?**» (но в форме интервью, задать вопросы ребенку « Кто ты?» , не менее 5 вопросов).

Методика «Метаморфозы», автор – М.М. Семаго

- 1) В какое животное ты хотел бы превратиться?
- 2) В какое животное ты не хотел бы превратиться?
- 3) В какой предмет ты хотел бы превратиться?
- 4) В какой предмет ты не хотел бы превратиться?
- 5) В какое растение ты хотел бы превратиться?
- 6) В какое растение ты не хотел бы превратиться?

Категоризация ответов детей по методике «Метаморфозы»:

1. Защитный (подтверждение и отрицание) – выражает детские страхи, чувство незащищенности
2. Агрессивный выбор (подтверждение и отрицание) – выражает агрессивные склонности у ребенка, готовность дать отпор, внутренний гнев, обиду, неудовлетворенность.
3. Демонстративный (подтверждение и отрицание) – выражает желание быть замеченным, иногда является компенсацией за чувство неполноценности.
4. Самоутверждение (подтверждение и отрицание) – признак взросления, желаниа активно меняться, развиваться.
5. Социальное одобрение (подтверждение и отрицание) – выражает желание делать благо для окружающих , но иногда является компенсацией за чувство недолюбленности, непризнанности.

Восприятие и мышление ребенка в дошкольном возрасте

1) **Восприятие.** В дошкольном возрасте становится более совершенным, осмысленным, целенаправленным, анализирующим. В нём выделяются произвольные действия - наблюдение, рассматривание, поиск. Дети знают основные цвета и их оттенки, могут описать предмет по форме и величине. Они усваивают систему сенсорных эталонов (круглый как яблоко).

2) **Мышление** и восприятие связаны настолько тесно, что говорят о *наглядно-образном мышлении*, наиболее характерном для дошкольного возраста. Несмотря на такую своеобразную детскую логику, дошкольники могут правильно рассуждать и решать довольно сложные задачи. Верные ответы от них можно получить при определённых условиях. Прежде всего, ребёнку нужно *успеть запомнить* саму задачу. Кроме того, условия задачи он должен *представить себе*, а для этого - *понять* их. Поэтому важно так сформулировать задачу, чтобы она была понятна детям.

Триада «умственных способностей ребенка» по В.А. Крутецкому (свидетельствует о общей способности к обучению)

- 1) Способность к концентрации внимания
- 2) Раннее развитие речи
- 3) Большой объем памяти

Речь дошкольника

В дошкольном детстве в основном завершается долгой и сложный процесс овладения речью.

К 7 годам язык для ребёнка становится действительно родным. Развивается **звуковая сторона** речи. Младшие дошкольники начинают осознавать особенности своего произношения. Интенсивно растёт **словарный состав** речи. Как и на предыдущем возрастном этапе, здесь велики индивидуальные различия: у одних детей словарный запас оказывается больше, у других - меньше, что зависит от условий их жизни, от того, как и сколько с ними общаются близкие взрослые.

Средние данные по словарному запасу детей:

В 1,5 года ребёнок активно использует примерно 100 слов,

В 3 года - 1000-1100,

В 6 лет - 2500-3000 слов.

Групповое поведение детей дошкольного возраста. Что важно?

1. Появляется первый коллектив (группа детского сада, группа раннего развития)
2. Выраженный конформизм
3. Подражательность другим детям и значимым взрослым (обезьянничание)
4. Устанавливаются первые групповые роли

Типичные психологические проблемы дошкольного возраста



Детская лживость. Почему ребенок врет?

Причины:

- 1) чрезмерно развитое воображение ребенка (есть малыши, которые достаточно долго не умеют отделять фантазию от реальности);
- 2) недоверие к родителям, страх перед ними;
- 3) проблемы с самооценкой (если ребенок с низкой самооценкой хочет заработать «социальный капитал» и рассказывает небылицы о себе сверстникам, чтобы самоутвердиться).

Нарочитое непослушание

Причины:

1. Малыш пытается определить границы своего «я», и все, что он считает посягательством на эти границы, воспринимается им «в штыки».
2. Ребенок охраняет границы своего тела (Одеваюсь как хочу!);
3. Ребенок охраняет границы своей территории (Мое, мой, моя!)
4. Ребенок охраняет границы своей самостоятельности (Я сам!)

Зависимости (от мультиков, телевизора, компьютерных игр)

Это проблема, в первую очередь самих родителей, а не детей: дурные привычки являются результатом неправильно выстроенного режима дня ребенка. Корректируется изменением образа жизни ребенка (прогулки, занятия в развивающей школе и т.д.)

Еще одна проблема - трудовое воспитание. Ребенок должен принять мысль : «Труд –только то, что ты делаешь для других, на их благо». Не каждое занятие ребенка является трудом.

Вредные привычки у детей

Сосание пальца, языка, губы, тканей (воротничка, рукава пижамки, уголка пододеяльника, наволочки и т.д.), верчения волос, качания головкой из стороны в сторону или биения ею о подушку перед засыпанием и во сне, детский онанизм.

Ребенка нельзя наказывать за вредную привычку. Он не виноват в ней. Наказание только усугубляет ситуацию. Малыш начнет прибегать к вредной привычке, чтобы утешить себя после наказания, и еще более замыкается в себе, страдая от непонимания его переживаний, испытывая чувство вины и еще большую неуверенность.

Вредную привычку устраняют терпеливо, затрачивая на ее преодоление столько же времени, сколько она закреплялась.

Психологическая помощь: Незадолго до сна рекомендуются ритмические игры, танцы, прыжки со скакалкой (в искоренении других вредных привычек скакалка в течении 10-15 минут перед сном обязательна). Полезно, прикрепив к притолоке или косяку двери качели, покачать ребенка несколько раз в день по 10-15 минут; следует приобрести для него лошадку-качалку. При засыпании ребенка рекомендуется включать тихую ритмичную музыку.

Что на самом деле должно вызвать беспокойство психолога? И что необходимо корректировать?

1. Отдаление ребенка от родителей;
2. Болезненная застенчивость;
3. Вандализм, постоянное и нарочитое вредительство (ребенок знает, что ломать нельзя, но продолжает это делать);
4. Жестокость и агрессивность (по отношению к другим детям, животным, даже игрушкам).

Игры и игрушки детей дошкольного возраста

Зачем ребенку нужна игра?

Во-первых, игра - это школа произвольного поведения (Д.Б. Эльконин).

Во-вторых, игра - школа морали в действии (А.Н. Леонтьев).

В-третьих, «Игра - свободное творчество, важнейшее проявление эстетического начала в человеке, средство проникновения в сферу смыслов, постижения единства мира и его Творца» (В.Зиньковский)

Вывод: С помощью игры обучение ребенка идет эффективнее, а воспитание приятнее. Игра - средство диагностики психического состояния ребенка, его личностного развития, но это и превосходный метод коррекции тех или иных дефектов, недостатков, отставания в развитии. Одним из самых молодых психологических

Екатерина Великая о воспитании своих малолетних внуков.



Екатерина Великая:

«Дав детям в игре совершенную свободу, скорее узнать можно нравы и склонности их... Питая в детях веселость нрава, надлежит отдалять от их глаз и ушей все тому противное, как-то: печальные воображения или уныние наносящие рассказы, также ласкательства... Не оставлять Их Высочеств никогда в праздности. Буде не играют и не учатся, тогда начать с ними какой ни есть разговор, сходственный их летам и понятию, через который получили бы умножение знанию...»

Психологический смысл игры и игрушки

Игра и игрушка, - важнейшие составляющие любой культуры. Какова культура, таковы и игрушки. Игрушка - культурное орудие, посредством которого в особой «свернутой форме» передается состояние современной культуры (цивилизации), направление движения: к жизни или смерти, процветанию или деградации, взаимопониманию или отчуждению.

Скажи, в какие игры игрушки играет ребенок, и ты поймешь в каком обществе он живет. Игрушка - тот же носитель информации для ребенка, что газета или Интернет для взрослого.

Игрушка - духовный образ идеальной жизни

Это архетип представлений о добре - подлинном или мнимом. Игрушка всегда выполняла кроме прочих и психотерапевтическую функцию - помогала ребенку овладеть собственными желаниями, страхами. Страх темноты, например, можно победить с помощью деревянного меча - орудия его преодоления. Иногда ребенок сам находит «игрушки» - предметы-функционеры, отвечающие определенным, часто неосознанным его потребностям. Какая-нибудь коряга, камушек, ракушка, гвоздик, тряпочка, птичье перо и пр. наделяются особыми свойствами, переживаниями и смыслами. **Игрушка не только сопровождение игры, но и средство обучения, развлечения и даже лечения.**

Современная игрушка - что это?

«Качество игр стремительно падает. Все больше примитивных игровых форм - шалостей, проказ, забав, стоящих уже на последней грани игры и все чаще переходящих в озорство и даже хулиганство: забавы с огнем, взрывами, жестокое обращение с животными, бессмысленное разрушительство и т.п. Необходимы спасение и возрождение традиционных народных игр - генетического фонда игровой культуры каждого народа» **В.М. Григорьев (педагог, собиратель игрового фольклора)**

В чем проблема современных игр и игрушек?

1. От ребенка ускользает психологический смысл игры. (В одном современном психологическом исследовании, на вопрос «Во что ты любишь играть?» большинство детей (от 4 до 6 лет) в ответ называли подвижные игры - салки и прятки, но правила игры, ее смысловой стержень сформулировать смогли лишь единицы, 5% вообще не могли вспомнить ни одной игры, 4% назвали компьютерные игры, четверть детей вместо игры называли игрушки (машинки, трансформеры, куклы Барби), которыми они просто манипулировали)

2. Исчезают групповые игры.

3. Сенсорная агрессия окружающей ребенка среды нарушает стабильность и устойчивость мира, так как лишает маленького человека уверенности в том, что мир прочен, надежен, а значит, безопасен.

Как компенсация «недоигранности» в своем собственном детстве у взрослых появляется манера оценивать любой объект (иногда и другого человека) - как забаву, неподлинность, игрушку.



**Небольшое самостоятельное задание:
«Игрушка полезная и вредная».
Аргументируйте свое мнение: Какие игрушки
лучше?**

Вопросы для сравнения:

Игрушка серийная или креативная (сделанная руками человека?)

Игрушка отечественная или западная?

Игрушка гендерная (с указанием на пол ребенка, для девочки или мальчика) или «бесполая»?

Игрушка динамическая (подвижная) или стационарная?

Психолого – педагогическая характеристика отрочества

Подростковый период – это период, для которого характерна начинающаяся активная работа над собой, это период формирования нравственного сознания, идеалов, период развития самосознания личности.

«Подростка зачастую необходимо оберегать от самого себя»

Изменения в отрочестве

Охватывают четыре сферы развития:

- 1) тело;
- 2) мышление;
- 3) социальная жизнь;
- 4) самосознание.

Как констатирует психолог Мишель Кле, в отрочестве организм претерпевает значительные изменения, которые будут существенно влиять на все стороны биологического, психологического и социального развития: во время пубертатного периода происходят глубокие телесные изменения; меняется также характер мышления, претерпевая качественные и количественные преобразования; социальное развитие идет по двум основным линиям – освобождения от родительской опеки и установления новых отношений со сверстниками. Развитие самосознания характеризуется становлением новой субъективной реальности, а именно идентичности как продукта сексуальных, когнитивных и социальных трансформаций.

4 зоны развития и основные задачи развития в подростковом возрасте (по Мишелю Кле) :

1) пубертатное развитие: в течение относительно короткого периода, занимающего в среднем четыре года, тело ребенка претерпевает значительные изменения. Это влечет за собой две основные задачи развития:

необходимость реконструкции телесного образа «я» и построения мужской или женской «родовой» идентичности; постепенный переход к взрослой генитальной сексуальности, характеризующейся совместным с партнером эротизмом и соединением двух взаимодополняющих влечений;

2) когнитивное развитие: развитие интеллектуальной сферы подростка характеризуется качественными и количественными изменениями, которые отличают его от детского способа познания мира. Становление когнитивных способностей отмечено двумя основными достижениями: развитием способности к абстрактному мышлению и расширением временной перспективы;

4 зоны развития и основные задачи развития в подростковом возрасте (по Мишелю Кле) :

3) преобразования социализации: отрочество также характеризуется важными изменениями в социальных связях и социализации, так как преобладающее влияние семьи постепенно заменяется влиянием группы сверстников, выступающей источником референтных норм поведения и получения определенного статуса. Эти изменения протекают в двух направлениях, в соответствии с двумя задачами развития:

освобождение от родительской опеки;

постепенное вхождение в группу сверстников, становящуюся каналом социализации и требующую установления отношения конкуренции с партнерами обоих полов;

4) становление идентичности: в течение всего подросткового возраста постепенно формируется новая субъективная реальность, преобразующая представления индивида о себе самом и другом. Становление психосоциальной идентичности, лежащее в основе феномена подросткового самосознания, включает в себя три основные задачи развития:

осознание временной протяженности собственного «я», включающей детское прошлое и определяющей проекцию себя в будущее;

Типичные психологические проблемы подросткового возраста

- Повышенная чувствительность к оценке посторонних;
- Самонадеянность;
- Категоричные суждения по отношению к окружающим;
- Противоречивость поведения: то застенчивость, то развязность;
- Резкие колебания настроения;
- Дисморфофобия (неудовлетворенность своим внешним видом, поиск мнимых недостатков внешности)

Что на самом деле должно вызвать беспокойство психолога? И что необходимо корректировать

- Акцентуации характера (чрезмерная выраженность какой то черты характера, акцентуация может быть предвестником развивающейся психопатии)
- Делинквентное поведение подростка (воровство, употребление психоактивных веществ, насилие над сверстниками, агрессия по отношению к более слабым)
- Расстройства речи и мышления, появление галлюцинаций, бредовых или бредоподобных идей, появлением причудливого дурашливого поведения, сопровождающегося неадекватными кривляниями (может быть признаком развития юношеской шизофрении)

7 принципов общения взрослого с подростком

- 1) Общение (не жалеешь на него времени!)
- 2) Доверие (не обижаешь недоверием, позволяешь быть взрослым!)
- 3) Одобрение (хочешь поругать, сначала похвали)
- 4) Правила (создай простые, понятные и справедливые правила взаимодействия)
- 5) Поддержка (будь рядом при неудаче, и будь рядом при успехе!)
- 6) Участвуй (разделяй интересы подростка, «будь в теме»)
- 7) Будь достойным примером! (помни: твое поведение всегда в фокусе внимания подростка)

Разрешение возрастных кризисов как средство личностного роста и развития человека

Кризис – это столкновение двух реальностей: психической реальности человека с его системой мировоззрения, паттернами поведения и т. п. и той части объективной действительности, которая противоречит его предыдущему опыту.

Эта действительность уже воспринята человеком, но не преобразована, и преобразование ее затруднено или сейчас невозможно, так как для этого требуются качественно иные механизмы, в данный момент отсутствующие.

Л.С. Выготский рассматривал развитие как внутренне детерминированный, целенаправленный процесс, который протекает не равномерно, а противоречиво, через возникновение и разрешение внутренних конфликтов. По мнению Выготского, кризис, или критический период, – время качественных позитивных изменений, результатом которых является переход личности на новую, более высокую ступень развития. Содержание кризиса – это распад сложившейся социальной ситуации развития и возникновение новой.

Стадии развития субъектности	Кризисы «рождения»	Кризисы развития
Рождение	Родовой кризис: разрыв биологического симбиоза [(-2) – (+3) месяца]	Кризис новорожденности (3,5 – 7 месяцев)
Оживление	Кризис младенчества: разрыв психологического симбиоза (11-18 месяцев)	Кризис раннего детства (2,5 – 3,5 года)
Одушевление	Кризис детства, разрыв единства «Я-реального» и «Я-идеального» (5,5 – 7,5 года)	Кризис отрочества (11-14 лет)
Персонализация	Кризис юности: разрыв идеала и реальности (17-21 год)	Кризис молодости (27-33 года)
Индивидуализация	Кризис взрослости: разрыв личного и общечеловеческого смысла жизни (39-45 лет)	Кризис зрелости (55-65 лет)
Универсализация	Кризис индивидуальной жизни: разрыв телесного и духовного существования	Кризис позднего периода жизни

Возрастные кризисы детей по книге профессора , доктора психологических наук, Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком как?»

Кризис трех лет (2-4 года) Кризис трех лет психологи относят к числу острых — ребенок действительно трудно управляем, его поведение почти не поддается коррекции. В еще небогатом словаре ребенка самым частым становится «не хочу». Впрочем, он не убегает, вы просите положить игрушку в коробку, а он швыряет ее на пол, вы говорите ему, что хлеб крошить нельзя, а он нарочно крошит. Ваш отказ в какой-то его просьбе, запрет что-то брать, куда-то идти вызывает реакцию протеста. Что случилось? Скорее всего, ничего страшного. Просто ваш малыш растет, начинает ощущать себя личностью. Это повышает его активность, самостоятельность, настойчивость в достижении желаемого. А силенок, умения еще не хватает. Что-то ему не нравится, что-то не получается. И всю неудовлетворенность он выражает вот такими средствами... Не надо сердиться на ребенка, пытаться «переломить» его, отвечать на его крик криком, тем более наказывать. Такая позиция взрослых может лишь закрепить неправильное поведение, а иногда и дать толчок формированию отрицательных, черт характера. Подумайте, нет ли у ребенка причин для капризов и упрямства. Может быть, он тяготится излишней строгостью, слишком частыми запретами? Может быть, отрицательно относится к кому-либо - допустим, его обижают старшие дети? Найдите в себе силы терпеливо отнестись к топанию ногами или крику. Учтите, что ребенок иной раз и сам бы рад успокоиться, да не может. Помогите ему, переключив его внимание на что-то, не имеющее отношения к данной ситуации, скажем, на голубя, севшего на подоконник, на яркую картинку в книжке, поставьте на проигрыватель пластинку, которую он любит.

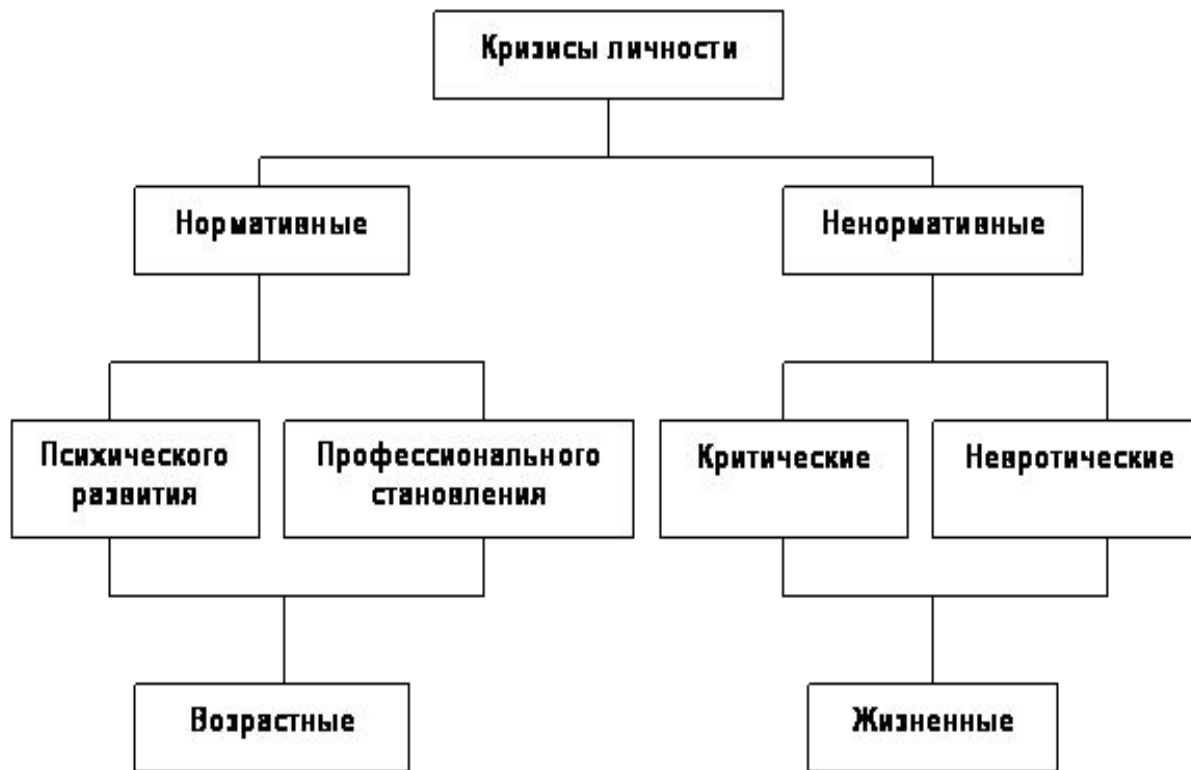
Кризис 6-8 лет

Данный возрастной кризис совпадает с периодом интенсивного физического роста, совершенствования тонкой моторики рук, развития ряда сложных нервно-психических функций. И как раз в это напряженное для организма время меняется социальный статус ребенка - он становится школьником. Необходимость приспособиться к новому окружению и к новым требованиям создает у некоторых детей предпосылки для формирования комплекса отклонений и нарушений поведения, объединяемых условным термином «школьный невроз». Ребенок становится очень тревожным, боится опоздать в школу, что-то сделать не так, у него нарушается аппетит, особенно по утрам, появляется тошнота. В других случаях ребенок, наоборот, не хочет вставать, одеваться, чтобы идти на занятия, забывает задания, не может приспособиться к дисциплине. Чаще всего это бывает с ослабленными детьми, которые достигли школьного возраста, но по физическим и психическим данным отстают от сверстников. Первоклассников, кроме, конечно, крепких, выносливых ребят, не следует загружать дополнительными занятиями в музыкальных школах, спортивных секциях, студиях: пусть сначала хорошо адаптируются к школе. Физиологические особенности данного возраста (6-8 лет), психологические трудности, возникающие в связи с адаптацией к школе, могут спровоцировать декомпенсацию тех скрыто протекавших повреждений головного мозга, которые были связаны с осложнениями беременности или родов, инфекциями, травмами первых лет жизни. И тогда, конечно, родителям не обойтись без помощи врача.

Пубертатный кризис (12-14 лет)

Наиболее выраженные физиологические и психологические изменения происходят в 12-15 лет. Подросткам-мальчикам в этом возрасте свойственны возбудимость, несдержанность, нередко агрессивность, у девочек преобладает неустойчивость настроения. Для тех и других характерно сочетание повышенной чувствительности и обидчивости с эгоизмом, равнодушием, а нередко и с черствостью к окружающим, в том числе к самым близким. Стремление к самостоятельности, вернее, независимости от взрослых, потребность в самоутверждении нередко толкают подростка на рискованные поступки. Не умея утвердиться в учении, творчестве, спорте, утверждаются, приобщаясь к курению, алкоголю, наркотикам, вступая в ранние половые связи. Для подростков типичны реакции группирования, то есть стремление к времяпрепровождению в группе сверстников - это для них тоже один из способов самоутверждения. Подросток требует не меньшего, а может быть, большего внимания родителей, чем первоклассник. Но относиться к нему надо не как к ребенку, а как к взрослому или почти взрослому, учитывать, как болезненны для него уколы самолюбия. Если хотите от него добиться чего-то, не навязывайте безапелляционно своего мнения, а постарайтесь подвести его самого к тому или иному решению, чтобы он воспринял его, как свое собственное.

Типология кризисов личности



*«Если бы кризисы не были обнаружены
экспериментально,
их следовало бы задать теоретически»
Л. С. Выготский*

Начало каждой возрастной ступени — это всегда новое «рождение», переход в новую форму жизни. Кризисы — необходимая часть взросления личности.

Помощь значимых взрослых (родителей, воспитателей, учителей, тренеров) важнейший фактор благополучного преодоления кризисного периода для ребенка.

