

Психология подростка



- ▣ **ССР – «ребенок – сверстники»**
- ▣ **Ведущая деятельность –
интимно - личностное общение со
сверстниками**
- ▣ **Новообразования -чувство взрослости,
развитие самосознания,переоценка
нравственных ценностей,
устойчивые «автономные»
моральные взгляды, оценки**



ПОЛОВОЕ СОЗРЕВАНИЕ

- Важнейший факт физического развития в подростковом возрасте – половое созревание, начала функционирования половых желез. **Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие.** Увеличиваются рост и вес ребенка, причем у мальчиков в среднем пик “скачка роста” приходится на 13 лет, а заканчивается после 15 лет, иногда продолжаясь до 17 лет. У девочек “скачок роста” обычно начинается и кончается на два года раньше. Изменение роста и веса сопровождается изменением пропорций тел. Сначала до “взрослых” размеров дорастают голова, кисти рук и ступни, затем конечности- удлиняются руки и ноги- и в последнюю очередь – туловище. Интенсивный рост скелета, достигающий 4-7 см в год опережает развитие мускулатуры. Все это приводит к некоторой непропорциональности тела, подростковой угловатости. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими.
- **Появляются вторичные половые признаки** - внешние признаки полового созревания – и тоже в разное время у разных детей. У мальчиков меняется голос, причем у некоторых резко снижается тембр голоса, времена срывающегося на высоких нотах, что может переживаться довольно болезненно.
- В связи с быстрым развитием возникают трудности функционирования сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. А такие перепады вызывают быструю смену физического состояния и, соответственно, настроения. Вообще, в подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.
- К этому следует добавить, что ребенок вынужден постоянно приспосабливаться к физическим и физиологическим изменениям, происходящим в его организме, переживать саму “гормональную бурю”.

Познавательное развитие подростков

- Главным психическим новообразованием в интеллектуальной сфере подростков является переход к абстрактному мышлению, т.е. мышлению в понятиях. Несмотря на то что этот высший уровень мышления начинает формироваться по времени гораздо раньше, только у подростков он становится преобладающим над наглядно-действенным и наглядно-образным мышлением.
- Развитию абстрактного мышления способствует изучение подростком точных наук, усвоение понятий. Связь между овладением знаниями и развитием мышления двухсторонняя: накопление знаний стимулирует развитие мышления, а развитие мышления способствует систематизации знаний, умению пользоваться ими на практике. Развитие теоретического мышления обуславливается переходом от усвоения сравнительно конкретных научных знаний к изучению все более общих закономерностей. Личностный характер мышления проявляется у подростка в стремлении иметь во всем собственную точку зрения.
- Важно отметить, что свои новые умственные качества подростки и юноши часто еще применяют выборочно, т.е. к тем сферам деятельности, которые для них значимы и интересны. Поэтому, чтобы выявить реальный умственный потенциал личности, надо сначала выделить сферу ее преимущественных интересов.

- Развитие способности к дедуктивному мышлению знаменует появление не только нового интеллектуального качества в юности, но и соответствующей потребности. Например, подростки готовы часами спорить об отвлеченных предметах, о которых они еще мало знают. Это отвлеченное от реальности "пустопорожнее философствование" так же необходимо и полезно, как и бесконечные "почему" дошкольника. Оно свидетельствует о новой стадии развития интеллекта, когда абстрактная возможность кажется интереснее и важнее действительности, так как она не знает никаких ограничений, кроме логических. Изобретение, а затем разрушение "универсальных законов и теорий" становится своего рода любимой умственной игрой в этом возрасте (Кон И.С., 1989).
- Переходный возраст стимулирует творческие способности личности, важнейшим интеллектуальным компонентом которых является дивергентное мышление. Последнее предполагает, что на один и тот же вопрос может быть множество равноправильных и равноправных ответов (в отличие от конвергентного мышления, ориентирующегося на однозначное решение и снимающего проблему как таковую).
- Предметом анализа у подростка становятся и его собственные интеллектуальные операции, т.е. мышление становится рефлексивным. Развитие и углубление рефлексивных процессов приводят в подростковом и юношеском возрасте к формированию нового уровня самосознания — открытию своего внутреннего мира. Это открытие не только радостное и волнующее, оно приносит и много тревожных, а порой и драматических переживаний, т.к. внутреннее "Я" может не совпадать с внешним, реальным поведением.

- В подростковом возрасте ребенок приобретает взрослую логику. Так, если вы зададите младшему школьнику задачу: "Все красные пимпочки передряжные. Моя пимпочка красная. Передряжная ли она?", то он вас попросту не поймет или откажется от решения задачи, т.к. он оперирует образами. Подросток же, в силу того, что он может отступить от конкретных наглядных образов, с легкостью решит данную задачу. (Правильный ответ для тех, у кого данная задача вызвала затруднения: "Моя пимпочка передряжная, т.к. она красная. А красные, по условиям задачи, все до единого передряжные").
- Для умственного развития подростка характерно оперирование гипотезами при решении интеллектуальных задач. Благодаря формированию теоретического мышления, бурно развивается интерес к философии, политике, религии.
- Познавательная сфера подростка становится произвольной. Внимание и память уже полностью ему подчиняются - теперь удержать внимание на чем-либо долгое время ему уже под силу. Для развития памяти важно учить подростка пользоваться мнемотехническими приемами, ведь дословное заучивание при помощи зубрежки уже не эффективно при огромных объемах материала, предлагаемых школой.
- Воображение, сближаясь с теоретическим абстрактным мышлением дает мощный толчок для развития творчества.
- В познавательное развитие подростков все еще необходимы активные вложения, но личность резко трансформируется, меняются ценности - учеба теперь отходит на последний план, а на первый выступает общение со сверстниками, "взрослые" увлечения. И в это время озабоченным падением успеваемости своего чада родителям очень важно поддерживать и мотивировать подростка к учебе, продолжать развитие его познавательных процессов, формировать интеллектуальные интересы.

Что важно предпринять для познавательного развития подростка?

Домашнее задание

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

- Л.С. Выготский перечислил несколько основных групп наиболее ярких интересов подростка, которые он назвал доминантами:
- — эгоцентрическая доминанта (интерес подростка к собственной личности);
- — доминанта дали (установка подростка на обширные, большие масштабы, которые для него наиболее субъективно приемлемы, чем ближние, текущие, сегодняшние);
- — доминанта усилия (тяга подростка к сопротивлению, преодолению, к волевым напряжениям, которые иногда проявляются в упрямстве, хулиганстве, борьбе против воспитательного авторитета, протесте и других негативных проявлениях);
- — доминанта романтики (стремление подростка к неизвестному, к рискованному, к приключениям, героизму).



Черты характера

Противоположные черты, стремление, тенденции, сосуществуют и борются друг с другом, определяя противоречивость характера и поведения взрослого ребенка. Анна Фрейд так описала эту подростковую особенность :”... подростки исключительно эгоистичны, считают себя центром Вселенной и единственным предметом, достойным интересом, и в тоже время, ни в один из последующих периодов своей жизни они не способны на такую преданность и самопожертвование. Они вступают в страстные любовные отношения – лишь для того, чтобы оборвать их также внезапно, как и начали. С одной стороны, они с энтузиазмом включаются в жизнь сообщества, а с другой- они охвачены страстью к одиночеству. Они колеблются между слепым подчинением избранному ими лидеру и вызывающим бунтом против любой и всяческой власти. Они эгоистичны и материалистичны и в тоже время преисполнены возвышенного идеализма. Они аскетичны, но внезапно погружаются в распущенность самого примитивного характера. Иногда их поведение по отношению к другим людям грубо и бесцеремонно, хотя, сами они неимоверно ранимы. Их настроение колеблется между сияющим оптимизмом и самым мрачным пессимизмом. Иногда они трудятся с неиссякающим энтузиазмом, а иногда, медлительны и апатичны”.



ЧУВСТВО ВЗРОСЛОСТИ

- ▣ **Подростковая тенденция к взрослости**
- стремление быть, казаться и считаться взрослым
- ▣ **Представление себя взрослым - чувство взрослости**

С внешней стороны у подростка ничего не меняется: учится в той же школе (если, конечно, родители вдруг не перевели в другую), живет в той же семье. Все так же в семье к ребенку относятся как к "маленькому". Многие он не делает сам, многое - не разрешают родители, которых все так же приходится слушаться. Родители кормят, поят, одевают свое чадо, а за хорошее (с их точки зрения) поведение могут даже и "наградить" (опять таки, по своему разумению). До реальной взрослости далеко – и физически, и психологически, и социально, но так хочется! Он объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремиться к ней и претендует на равные со взрослыми права. Изменить они пока ничего не могут, но внешне подражают взрослым. Отсюда и появляются атрибуты "псевдовзрослости": курение сигарет, тусовки у подъезда, поездки за город (внешнее проявление "я тоже имею свою личную жизнь"). Копируют любые отношения.



Как проявляется чувство взрослости подростка?

- Одновременно с внешними, объективными проявлениями взрослости возникают и чувство взрослости – отношение подростка к себе, как взрослому, представление, ощущений себя в какой-то мере взрослым человеком. Эта субъективная сторона взрослости считается центральным новообразованием младшего подросткового возраста. Чувство взрослости – особая форма самосознания.

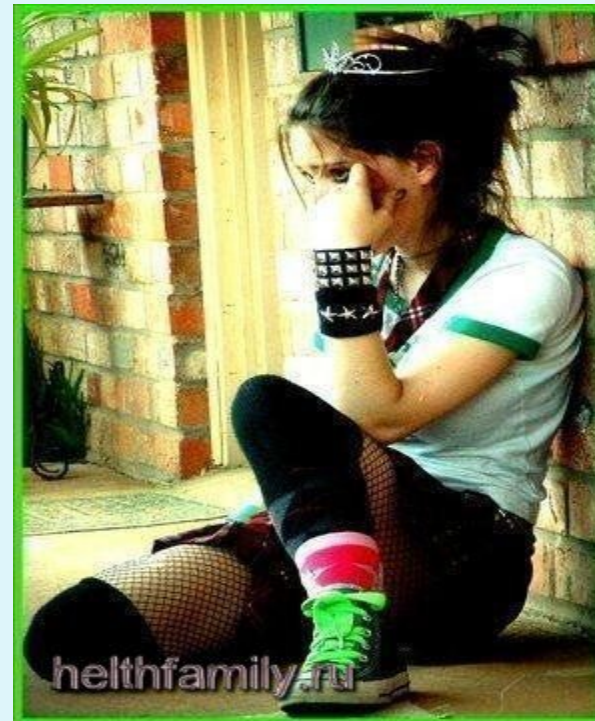
Как проявляется чувство взрослости подростка?

- претендует на равноправие в отношениях со взрослыми и идет на конфликты, отстаивая свою позицию.
- стремление к самостоятельности, желание оградить какие-то стороны своей жизни от вмешательства родителей.
- проявляются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения. *Подросток с жаром отстаивает их, даже не смотря на неодобрение окружающих. Поскольку в подростковом возрасте все не стабильно, взгляды могут измениться через пару недель, но защищать противоположную точку зрения ребенок будет столь же эмоциональным.*
- Появляется моральный “кодекс”, предписывающий подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками.



“Я- КОНЦЕПЦИЯ”

- Примерно в 11-12 лет возникает интерес к своему внутреннему миру, а затем происходит постепенное усложнение и углубление самопознания. Подросток открывает для себя свой внутренний мир. Сложные переживания, связанные с новыми отношениями, свои личностные черты, поступки анализируются им пристрастно.
- В 11-12 лет ребенок хочет понять себя, что он из себя представляет, то есть построить свое идеальное "Я". Самопознание происходит через друзей: подросток сравнивает себя с другими, анализирует, ищет сходства. Познать себя ему отчасти помогают близкие и взрослые. Работает подростковая рефлексия: дружба носит исповедальный характер, пишут дневники, стихи. В них ребенок отражает все свои желания, страхи...
- Самоанализ, иногда чрезмерный, переходящий в самокопание, приводит к недовольству собой. Самооценка в подростковом возрасте оказывается низкой по своему общему уровню и неустойчивой.



- Подросток ещё не цельная зрелая личность. Отдельные его черты особенно диссонируют, сочетание разных образов «Я» негармонично. **Неустойчивость, подвижность всей душевной жизни в начале и середине подросткового возраста приводит к изменчивости представлений о себе. Иногда случайная фраза, комплимент или насмешка приводят к заметному сдвигу в самосознании.**
- При высоком уровне притязаний и недостаточном осознании своих возможностей идеальное «Я» может слишком сильно отличаться от реального. Тогда переживаемый подростком **разрыв между идеальным образом и действительном своём положении приводит к неуверенности в себе, что внешне может выражаться в обидчивости, упрямстве, агрессивности.**
- При осознании "Я" - реального правильно существует возможность исправить свои "недостатки", улучшить себя, т.е. предпринимать реальные шаги самовоспитания.
- **Стремление к самостоятельности.**
- **Отвержение помощи и контроля.**
- Все чаще от подростка можно слышать: "Я сам все знаю!" (Это так напоминает малышовое "Я сам!"). И родителям придется только смириться и постараться приучить своих чад отвечать за свои поступки. Это им пригодится по жизни. К сожалению, подобная "самостоятельность" - еще один из основных конфликтов между родителями и детьми в этом возрасте.
- **Появление собственных вкусов и взглядов, оценок, линии поведения (самое яркое - это появление пристрастия к музыке определенного типа).**
- **стремление к эмансипации от взрослых, освобождение от их опеки, контроля и в разнообразных увлечениях – неучебных занятиях.** Эти потребности так ярко проявляются в поведении, что говорят о "**ПОДРОСТКОВЫХ РЕАКЦИЯХ**".
- **Увлечения** – сильные, часто сменяющие друг друга, иногда “запойные” – характерны для подросткового возраста. Считается, что подростковый возраст без увлечений подобен детству без игр. Ребенок сам выбирает себе занятия по душе, тем самым удовлетворяя и потребность в самостоятельности и познавательную потребность, и некоторые другие.

Реакции группирования

- **Реакции группирования.** В подростковом возрасте не только бурно увлекаются разнообразными делами, но и столь же эмоционально общаются со сверстниками.
- В этот возрастной период детей так тянет друг к другу, их общение настолько интенсивно, что говорят о типично подростковой **“реакции группирования”**. Но особенно важно для подростка иметь референтную группу, ценности которой он принимает, на чьи нормы поведения и оценки он ориентируется. Однако, нередко подросток чувствует себя одиноким рядом со сверстниками в шумной компании. Кроме того, не всех подростков принимают в группу, часть из них оказывается изолированной – либо неуверенные в себе, замкнутые дети, либо излишне агрессивные и заносчивые.
- Для подростка в качестве ведущей выступает **общественно полезная деятельность в разнообразных формах, в русле которой и интимно-личное общение со сверстниками, и очень важное общение с представителями другого пола.**



ОТНОШЕНИЯ СО ВЗРОСЛЫМИ

- ▣ **ОТНОШЕНИЯ СО ВЗРОСЛЫМИ.** В тоже время для подростков характерно **стремление к эмансипации от близких взрослых.** Нуждаясь в родителях, в их любви и заботе, в их мнении, они испытывают сильное желание быть самостоятельным, равными с ними в правах. То, как сложатся отношения в этот трудный для обеих сторон период, зависит, главным образом, от стиля воспитания, сложившегося в семье, и возможностей родителей перестроится-принять чувство взрослости своего ребенка.
- ▣ Наиболее благоприятный стиль семейного воспитания- демократичный, когда родители не ущемляют права ребенка, но одновременно требуют выполнения обязанностей; контроль основан на теплых чувствах и разумной заботе. Гиперопека, как и вседозволенность, равнодушие или диктат- все это препятствует успешному развитию личности подростка.
- ▣ Подростковый кризис знаменует собой *второе психологическое рождение ребенка.* Подростком этот конфликт переживается как *страх потери Я*, как дилемма: быть собой со своим особым и отдельным душевным миром и индивидуальными способностями или быть вместе — с теми, кто дорог и ценим.
- ▣ **Объектом недовольства и беспокойства родителей, как правило, являются:**
 - ▣ 1. Поведение ребенка дома или в школе — неуправляем, «не желает подчиняться школьным требованиям», «невозможно заставить за собой вымыть чашку»;
 - ▣ 2. Черты характера, расцениваемые как неприемлемые, — «на первом месте удовольствие», «сын агрессивен» и т. п.
- ▣ **Объектом недовольства педагогов являются:**
 - ▣ снижение интереса к учебе подростков, их резкость, конфликтность, усиление агрессивности, усиление роли друзей по сравнению с влиянием педагогов и родителей, нарушения дисциплины, протест против запретов и нравучений.



ОБЩЕНИЕ СО СВЕРСТНИКАМИ

- более всего особенности личностного развития подростка проявляются **в общении со сверстниками.**
- Любой подросток мечтает о заветном друге. При чем о таком, которому можно было бы доверять «на все 100», как самому себе, который будет предан. В друге ищут сродства, понимания, принятия. Друг удовлетворяет потребность в самопонимании. Практически, Друг является аналогом психотерапевта. Дружат чаще всего с подростком того же пола, социального статуса, таких же способностей (правда, иногда друзья подбираются по контрасту, как бы в дополнение своим недостающим чертам). Дружба носит избирательный характер, измена не прощается. А в купе с подростковым максимализмом дружеские отношения носят своеобразный характер: с одной стороны – потребность в единственно-преданном друге, с другой – частая смена друзей
- Любовь в этом возрасте менее устойчива, чем юношеская.
- Референтная группа - это значимая для подростка группа, чьи взгляды он принимает. Это может быть и дворовая компания, и класс, и друзья по кружку, и соседские ребята по этажу. Вот когда надо родителям быть особенно внимательными. Ведь такая группа является большим авторитетом в глазах ребенка, чем сами родители, и именно к ней сможет влиять на его поведение и отношения с другими. Имению членов этой группы подросток будет прислушиваться. Именно в ней будет пытаться утвердиться.



Самооценка подростка

- Самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, способностей, качеств и места среди других людей. Самооценка относится к фундаментальным образованиям личности.
- У подростков происходят психологические процессы самооценивания, формирования самоотношения. Выделяют следующие типы самоотношения подростка:
- 1. *«Самооценка» ребенка является прямым воспроизводством оценки матери.* Дети отмечают в себе, прежде всего, те качества, которые подчеркиваются родителями. Если внушается негативный образ и ребенок разделяет полностью эту точку зрения, у него формируется устойчивое негативное отношение к себе с преобладанием чувства неполноценности и самонеприятия. Для ребенка с узким диапазоном социальных контактов вне семьи родительские оценки становятся единственными внутренними самооценками в силу авторитетности и значимости родителей, тесной эмоциональной связи с ним. Неблагоприятность этой самооценки (пусть даже и в позитивном ее варианте) заключена в опасности фиксации крайней зависимости самоотношения от прямой оценки значимых других, что препятствует выработке собственных внутренних критериев, обеспечивающих стабильность позитивного отношения к себе, несмотря на колебания уровня самооценки.
- 2. *Смешанная самооценка*, в которой существуют противоречивые компоненты: один — это формирующийся у подростка образ своего «Я» в связи с успешным опытом социального взаимодействия, второй — отголосок родительского видения ребенка. Образ «Я» оказывается противоречивым. Тем не менее ребенку удастся в некоторой степени разрешить конфликт: успешность взаимодействия вне семьи позволяет ему испытывать необходимое чувство самоуважения, а, принимая родительские требования, он сохраняет аутосимпатию и чувство близости с родителями.

- 3. *Подросток воспроизводит точку зрения родителей на себя, но дает ей другую оценку.* Упрямство он не называет бесхарактерностью. Поскольку для подростка этого возраста по-прежнему важны одобрение и поддержка взрослых, то ради сохранения чувства «мы» им воспроизводится негативная оценка своего «упрямого» поведения. Но одновременно послушание означает отказ от автономности и утрату собственного «Я». Переживания этого конфликта, как невозможность ответа требованиям родителей и сохранения своего «Я», приводили к тому, что подросток оценивает себя как плохого, но сильного.
- 4. *Подросток ведет борьбу против мнений родителей, но при этом оценивает себя в рамках той же системы ценностей.* В данном случае ребенок воспроизводит в самооценке не реальную оценку родителей, а их идеализированные ожидания.
- 5. *Подросток воспроизводит в самооценке негативное мнение родителей о себе, но при этом подчеркивает, что таким он и хочет быть.* Это отвержение родительских требований приводит к очень напряженным отношениям в семье.
- 6. *Подросток не замечает негативной оценки родителей.* Ожидаемая оценка значительно выше самооценки, хотя реальная родительская оценка является негативной. Игнорируя реальное эмоциональное отвержение со стороны родителей, ребенок трансформирует в самосознании родительское отношение так, как если бы он был любим и ценим.
- Наиболее часто встречающаяся причина детско-родительских конфликтов связана с родительским переживанием утраты близости с ребенком и безуспешными попытками воспитать его в строгом соответствии со своим замыслом.
- **Борьба за самоутверждение** подростка проходит не только в семье, но начинает проявляться в некоторой степени и в школе, в снижении в глазах подростков авторитетности учителей, в появлении тенденций скрытого или открытого противодействия требованиям педагогов. От педагогов требуется гармоничное сочетание требовательности и чуткого понимания к подросткам, авторитарности и демократичности в стиле общения.

Подростку особенно присущи:

- потребность в достойном положении в коллективе сверстников и семье; стремление обзавестись верным другом;
- стремление избежать изоляции как в классе, так и в малом коллективе;
- повышенный интерес к вопросу о «соотношении сил» в классе;
- стремление отмежеваться от всего подчеркнуто детского;
- отсутствие авторитета возраста; отвращение к необоснованным запретам;
- восприимчивость к промахам учителей;
- переоценка своих возможностей, реализация которых предполагается в отдаленном будущем; отсутствие адаптации к неудачам;
- отсутствие адаптации к положению «худшего»;
- тенденция предаваться мечтаниям;
- боязнь осквернения мечты;
- требовательность к соответствию слова делу; увлечение современной музыкой, киноискусством и т. д.
- повышенной утомляемостью,
- ярко выраженной эмоциональностью, иногда резкостью в суждениях (до грубости).

