

В помощь классным руководителям первокурсников (психологическое просвещение)

Психологические особенности подростка

1. Основные подходы к проблеме кризиса подросткового возраста

Хронологически подростковый возраст определяется от 10-11 до 14-15 лет. Тинейджер - (10 – 19 лет). Герою романа Достоевского "Подросток" исполнилось 20 лет, а Толстой границей между отрочеством и юностью считал возраст 15 лет. Отрок - "не имеющий права говорить", значение этого слова - раб, слуга. Это понятие подчеркивает социальный статус человека. Основной особенностью этого возраста являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития.

Процесс анатомо-физиологической перестройки является фоном, на котором протекает психологический кризис. 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. У девочек "скачок роста" обычно начинается и кончается на два года раньше (дальнейший, более медленный рост может продолжаться еще несколько лет). Изменение роста и веса сопровождается изменением пропорций тела. 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.

В связи с быстрым развитием возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. Поэтому для подростков характерны изменение АД (артериального давления), повышенная утомляемость, перепады настроения; гормональная буря => неуравновешенность. Это состояние удачно выразил американский подросток; "В 14 лет мое тело будто взбесилось". Эмоциональную нестабильность усиливает сексуальное возбуждение, сопровождающее процесс полового созревания.

2. Особенности социальной ситуации развития подросткового возраста

Социальная ситуация развития представляет собой переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости. Подросток занимает промежуточное положение между детством и взрослостью.

3. Проблема ведущей деятельности в подростковом возрасте

Ведущей деятельностью подростка является общение со сверстниками.

Главная тенденция - переориентация общения с родителей и учителей на сверстников.

1) Общение является для подростков очень важным информационным каналом;

2) Общение - специфический вид межличностных отношений, он формирует у подростка навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права.;

3) Общение - специфический вид эмоционального контакта. Дает чувство солидарности, эмоционального благополучия, самоуважения.

Психологи считают, что общение включает 2 противоречивых потребности: потребность в принадлежности к группе и в обособленности (появляется свой внутренний мир, подросток испытывает потребность остаться наедине с собой). Подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится внешне ничем не отличаться от сверстников. Типичной чертой подростковых групп является **КОНФОРМНОСТЬ** - *Склонность человека к усвоению определенных групповых норм, привычек и ценностей, подражательность.* Желание слиться с группой, ничем не выделяться, отвечающее потребности в безопасности, психологи рассматривают как механизм психологической защиты и называют социальной мимикрией.

4. Учебная деятельность и познавательное развитие подростков

В интеллектуальной сфере происходят качественные изменения: продолжает развиваться теоретическое и рефлексивное мышление. В этом возрасте появляется мужской взгляд на мир и женский. Активно начинают развиваться творческие способности. Изменения в интеллектуальной сфере приводят к расширению способности самостоятельно справляться со школьной программой. В тоже время многие подростки испытывают трудности в учебе. Для многих учеба отходит на второй план.

5. Особенности личности подростков

1. Центральное новообразование подростничества - "чувство взрослости" - отношение подростка к себе как к взрослому. Это выражается в желании, чтобы все - и взрослые, и сверстники - относились к нему не как к маленькому, а как к взрослому. Он претендует на равноправие в отношениях со старшими и идет на конфликты, отстаивая свою "взрослую" позицию. Чувство

взрослости проявляется и в стремлении к самостоятельности, желании оградить какие-то стороны своей жизни от вмешательства родителей. Это касается вопросов внешности, отношений с ровесниками, может быть - учебы. Чувство взрослости связано с этическими нормами поведения, которые усваиваются детьми в это время. Появляется моральный "кодекс", предписывающий подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками.

2. Развитие самосознания (формирование "Я-концепции" - система внутренне согласованных представлений о себе, образов "Я".

4. Критичность мышления, склонность к рефлексии, формирование

самоанализа.

5. Трудности роста, половое созревание, сексуальные переживания, интерес к противоположному полу.

6. Повышенная возбудимость, частая смена настроений, неуравновешенность.

7. Заметное развитие волевых качеств.

8. Потребность в самоутверждении, в деятельности, имеющий личностный смысл.

Направленность личности:

- гуманистическая направленность - отношение подростка к себе и обществу положительны;

- эгоистическая направленность - он сам является более значимым, чем общество;

- депрессивная направленность - он сам никакой ценности не представляет для себя. Его отношение к обществу можно назвать условно положительным;

- суицидальная направленность - ни общество, ни личность для самой себя не представляет никакой ценности.

Обычно о подростковом возрасте говорят как о периоде повышенной эмоциональности. Это проявляется в возбудимости, частой смене настроения, неуравновешенности. Характер многих подростков становится **акцентуированным** - крайний вариант нормы.

У подростков от типа акцентуации характера зависит многое - особенности транзиторных нарушений поведения ("пубертатных кризов"), острых аффективных реакций и неврозов (как в их отношении к картине, так и в отношении вызывающих их причин). С типом акцентуации характера необходимо считаться при разработке реабилитационных программ для подростков. Этот тип служит одним из главных ориентиров для медико-психологических рекомендаций для советов в отношении будущей профессии и трудоустройства, что весьма существенно для устойчивой социальной адаптации.

Тип акцентуации указывает на слабые места характера и тем самым позволяет предвидеть факторы, способные вызвать психогенные реакции, ведущие к дезадаптации, - тем самым открываются перспективы для психопрофилактики.

Обычно акцентуации развиваются в период становления характера и сглаживаются с повзрослением. Особенности характера при акцентуациях могут проявляться не постоянно, а лишь в некоторых ситуациях, в определенной обстановке, и почти не обнаруживаться в обычных условиях. Социальная дезадаптация при акцентуациях либо вовсе отсутствует, либо бывает непродолжительной. В зависимости от степени выраженности выделяют две степени акцентуации характера: явная и скрытая.

Явная акцентуация. Эта степень акцентуации относится к крайним вариантам нормы. Она отличается наличием довольно постоянных черт

определенного типа характера. Выраженность черт определенного типа не препятствует возможности удовлетворительной социальной адаптации. Занимаемое положение обычно соответствует способностям и возможностям. В подростковом возрасте особенности характера часто заостряются, а при действии психогенных факторов, адресующихся к "месту наименьшего сопротивления", могут наступать временные нарушения адаптации, отклонения в поведении. При повзрослении особенности характера остаются достаточно выраженными, но компенсируются и обычно не мешают адаптации.