

## **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

«Переходный», «трудный», «критический» возраст... Эти слова стали обычными, их произносят часто, желая подчеркнуть, насколько сложно протекает развитие личности в годы перехода от детства к взрослости, насколько трудно бывает воспитателям – родителям и педагогам – найти правильную линию поведения по отношению к подростку, принять правильное решение в той или иной ситуации.

Конечно, для развития ребёнка важен каждый возраст. И всё же подростковый возраст занимает особое место именно потому, что переход от детства к взрослости – это ни много ни мало, как переход от одной эпохи жизни к другой. Но всегда ли мы осознаем грандиозность этого перехода, всегда ли понимаем, что он означает для самого ребёнка и для взрослых? Умеем ли мы увидеть в подростке и правильно понять первые, только появляющиеся ростки зрелости?

Границы подросткового периода примерно совпадают с обучением детей в средних классах школы и охватывают возраст от 10-11 до 14-15 лет.

Пятиклассника многие из нас без особых размышлений назовут ребёнком, а про восьмиклассника скажут, что даже по внешнему виду он находится, по меньшей мере, на полпути к взрослости.

От 10-12 - младший подростковый возраст

От 13-15 - старший подростковый.

### ***СПЕЦИФИКА СОЦИАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ РАЗВИТИЯ***

Как и любой другой, подростковый возраст “начинается” с изменения социальной ситуации развития.

Подросток находится в положении (состоянии) между взрослым и ребёнком — при сильном желании стать взрослым, что определяет многие особенности его поведения. Подросток стремится отстоять свою независимость, приобрести право голоса. Избавление от родительской опеки является универсальной целью отрочества. Но избавление это проходит не путем разрыва отношений, а путем возникновения нового качества отношений.

Все то, к чему подросток привык с детства — семья, школа, сверстники, — подвергаются оценке и переоценке, обретают новое значение и смысл. “Вызов взрослым — не столько посягательство на взрослые стандарты, сколько попытка установить границы, которые способствуют их самоопределению” (Ч. Шелтон).

Таким образом, в социальной ситуации развития подростка появляется принципиально новый компонент — отчуждение, т. е. дисгармония

отношений. Дисгармония проявляется в деятельности, поведении, общении, внутренних переживаниях.

Дети подросткового возраста претерпевают изменения физиологические, психологические, мировоззренческие.

## ***ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТА***

Самая существенная черта переходного возраста та, что эпоха полового созревания является вместе с тем и эпохой социального созревания личности.

В целом, у значительного числа подростков отношения дисгармонизированы в той или иной мере. Взаимное непонимание с родителями, проблемы с учителями, негативные переживания, тревога, беспокойство, дискомфорт, ожидание агрессии, ссоры со сверстниками, эгоцентризм, закрытость, нежелание и неумение говорить о себе, своем внутреннем мире. Отношения подростков с окружающим миром спонтанны, неконструктивны, незрелы, некомпетентны.

Подростки проявляют негативизм по отношению к взрослым (учителям), трагически переживают ситуации невключенности в группу сверстников (если все против меня — я против всех), бравируют своей независимостью. Активное формирование самосознания и рефлексии рождает массу вопросов о жизни и о себе. Вопрос: “какой я?” вынуждает подростка искать резервы своих возможностей. Интерес к себе чрезвычайно высок. Происходит открытие своего внутреннего мира.

Вместе с осознанием своей уникальности, неповторимости, непохожести на других подросток часто испытывает чувство одиночества. С одной стороны, растет потребность в общении, с другой — повышается его избирательность, появляется потребность в уединении.

Подростки особенно чувствительны к особенностям своего тела и своей внешности, постоянно сопоставляют свое развитие с развитием сверстников, часто находят недостатки.

Подросток стремится осмыслить свои права и обязанности, оценить свое прошлое, обдумать настоящее, утвердить и понять самого себя.

Формируется стремление быть и считаться взрослым. Чувство взрослости как проявление самосознания является стержневым, структурным центром личности.

Особенности самосознания и самооценки проявляются в поведении. При заниженной самооценке подросток стремится к решению самых простых задач, что мешает его развитию.

Мощным фактором саморазвития становится вопрос: “Каким я могу стать в будущем?” т.к. начинается перестройка мотивационной сферы, обусловленной ориентацией на будущее (Н. Н. Толстых).

## ***ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ***

Происходит и смена ведущей деятельности. Роль ведущей в подростковом возрасте играет социально-значимая деятельность, средством реализации которой служит: учение (Л. И. Божович), общение (Д. Б. Эльконин), общественно-полезный труд (Д. И. Фельдштейн).

***Учение.*** Мышление в понятиях дает возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между ними. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Изменяется и характер познавательных интересов — возникает интерес по отношению к определенному предмету, конкретный интерес к содержанию предмета. (Л. И. Божович, 1968).

***Общение.*** Ведущим мотивом поведения подростка является стремление найти свое место среди сверстников. Причем, отсутствие такой возможности очень часто приводит к социальной неадаптированности и правонарушениям (Л. И. Божович, 1968). Оценки сверстников начинают приобретать большее значение, чем оценки учителей и взрослых. Подросток максимально подвержен влиянию группы, ее ценностей; он боится утратить популярность среди сверстников.. В общении как деятельности происходит усвоение ребенком социальных норм, переоценка ценностей, удовлетворяется потребность в признании и самоутверждении.

***Общественно полезная деятельность.*** Пытаясь утвердиться в новой социальной позиции, подросток старается выйти за рамки ученических дел в другую сферу, имеющую социальную значимость. Для реализации потребности в активной социальной позиции ему нужна деятельность, получающая признание других людей, деятельность, которая может придать ему значение как члену общества.

## ***ОТНОШЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ***

Сфера взаимоотношений с родителями на протяжении всего периода взросления остается значимой и оказывает сильное влияние на формирование личности. Старшие подростки впервые “открывают для себя родителей” и начинают предъявлять им чрезвычайно высокие требования.

Родители осознаются подростками как люди, обеспечивающие их настоящее и будущее. В связи с этим подростки очень эмоционально и заинтересованно относятся к своим отношениям с родителями, социальному статусу отца и взаимопониманию с матерью. Однако процесс взаимоотношений имеет одностороннюю направленность — подростки требуют от родителей внимания, понимания, поощрения. Собственные проблемы родители “пусть решают сами”, подросток лишь оценивает успешность таких решений. Нет готовности пойти навстречу родителям, что-то дать, “поделиться собой”.

В семьях отсутствует атмосфера теплоты и интимности в отношениях родителей и детей. Каждый шестой подросток (из полной семьи) испытывает эмоциональное отвержение со стороны обоих родителей. Наиболее типично враждебно-непоследовательное отношение родителей в сочетании с их психологической автономией. Подростки формулируют его как отношение “не до тебя”. В половине случаев в отношении подростков к родителям присутствует явная или скрытая враждебность. В подростковом возрасте отношение к семье в целом и к родителям изменяется в следующих направлениях:

1. Появляются критика, сомнения и противодействие ценностям, установкам и образу действий взрослых.
2. Эмоциональные связи с семьей ослабевают.
3. Родители как образец для ориентации и идентификации отступают на второй план.
4. В целом уменьшается влияние семьи, хотя, по сути, она остается важной референтной группой.

Тем не менее, появляются ростки нового позитивного отношения к родителям, развивается эмпатия, стремление помочь им, разделить с ними радость и горе. Взрослые же, как показывают исследования, в лучшем случае сами готовы проявить сочувствие по отношению к подростку, но совершенно не готовы принять подобное отношение с его стороны (Н. Н. Толстых).

### ***ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКА***

Кардинально перестраиваются сразу три системы: гормональная, кровеносная и костно-мышечная. Новые гормоны стремительно выбрасываются в кровь, оказывают будоражащее влияние на центральную нервную систему, определяя начало полового созревания. Выражена неравномерность созревания различных органических систем. В кровеносной системе — мышечная ткань сердца опережает по темпам роста кровеносные сосуды, толчковая сила сердечной мышцы заставляет работать не готовые к такому ритму сосуды в экстремальном режиме. В костно-мышечной системе — костная ткань опережает темпы роста мышц, которые, не успевая за ростом костей, натягиваются, создавая постоянное внутреннее неудобство. Все это приводит к тому, что повышаются утомляемость, возбудимость, раздражительность, негативизм, драчливость подростков в 8—11 раз (А. П. Краковский, 1970).

**В моральной сфере** две особенности заслуживают пристального внимания:

1. переоценка ценностей;
2. устойчивые “автономные” моральные взгляды, суждения и оценки, независимые от случайных влияний.

Однако мораль подростка не имеет опоры в моральных убеждениях, еще не складывается в мировоззрение, потому может легко изменяться под влиянием сверстников.

### ***КРИЗИС 13 ЛЕТ***

Кризис 13 лет протекает со свойственной любому кризису симптоматикой: взрыв непослушания, грубость, немотивированное противостояние взрослым, негативизм по отношению к учителям, трагическое переживание ситуации невключенности в группу сверстников, надежда на неопределенное светлое будущее, бравада своей независимостью, приверженностью материальным интересам. Однако суть кризиса не столько в ярко выраженных его проявлениях, сколько в качественном изменении процесса психического развития. В кризис 13 лет происходит резкое изменение переживаний — как их структуры, так и содержания. Подросток подвержен сильнейшим переживаниям, вызванным как чувством наступающей взрослости и формированием образа “Я”, так и идентификацией с образом пола. Для младших и особенно для старших подростков характерны переживания, связанные с их отношением к себе, к собственной личности, процессом познания себя и преимущественно эти переживания отрицательные. Один из первых результатов самопознания — пониженная самооценка. По многим критериям — “ум”, “общение”, “здоровье”, “характер” и др. — в 10-балльном измерении подросток оценивает себя примерно на 5 баллов, а по критерию “счастье” не поднимается выше 3—4 баллов. Процесс самопознания идет по пути обнаружения все новых недостатков и негативных качеств, подросток во всем винит себя — и в плохой учебе, и в конфликте с родителями. Этому способствует усвоение им представлений и оценок, которые есть у окружающих взрослых. Исследования показывают, что родители и учителя практически не видят положительных черт, достоинств подростка, тогда как суждения о недостатках предельно разнообразны, конкретны. Механический перенос на подростков прежних воспитательных мер “борьбы с недостатками” оказывается крайне неэффективным, необходимы качественно иные педагогические воздействия — опора на положительные, конструктивные тенденции развития и новые психологические образования.

<b>Психологические особенности</b>	<b>Положительные проявления</b>	<b>Отрицательные проявления</b>	<b>Воспитательное воздействие</b>
Чувство взрослости	Стремление делать что-то полезное, социально значимое	Копируются чисто внешние проявления взрослости (курение, употребление алкоголя)	Поощрять общественно одобряемое проявление взрослости.
Потребительское отношение к взрослым	Желание проверить равенство прав со взрослыми	Расширение своих прав и сужение своих обязанностей	Не снижать требований, объяснять их разумность. Помогать ребенку выполнять эти требования (ребенок должен чувствовать безопасность)
Недостаточный опыт общения		Агрессия, замкнутость, вызванные неспособностью объяснить свое поведение, а так же незнанием конструктивных способов решения конфликтных ситуаций	Совместный анализ поступков ребенка.
Реакция группирования	Подростковая группа своеобразный социальный «полигон», где отрабатываются и усваиваются мужские и женские роли, формируется социально ответственное поведение	Ребенок полностью растворяется в группе, без нее как бы не существует. Влияние группы тем больше, чем неблагоприятнее его отношения с родителями	Налаживание взаимоотношений в семье. Расширить мир увлечений подростка
Самооценка	Подростки с адекватной самооценкой имеют большое поле интересов, активность их направлена на различные виды деятельности, а так же на познание себя и других в процессе общения	Низкая или неоправданно высокая самооценка.	Оценочные суждения со стороны взрослых должны быть направлены не на личность в целом, а на конкретный поступок. Обстоятельный разбор причин побед и неудач.

## Практические рекомендации взаимоотношений с детьми старшего подросткового возраста

### (Заповеди для родителей и учителей, любящих своих детей)

1. *Будьте способны понять, принять, посочувствовать, оказать поддержку.* Никто не хочет в ответ на свою правду получить критические замечания, злую шутку в свой адрес. Правду о себе люди несут только тем, кто способен её принять, кто может предложить решение проблем или искреннее сочувствие. Именно этого подростки ждут от своих родителей и учителей, но часто получают обратную реакцию, которая ведёт к потере взаимопонимания и доверия между близкими людьми. Если у вас не получается принять ребёнка таким, какой он есть, поддержать в сложной ситуации, то он перестанет быть с вами искренним, т.к. он нуждается не в критике, а в понимании и сочувствии.

2. *Учитесь правильно выражать свои эмоции, постарайтесь не устраивать сцен и скандалов по поводу неудачных действий ваших детей,* не прибегайте к физической силе, показывая тем самым своё бессилие. Если взрослые люди способны прийти в ярость от неприятного известия, то дети не просто не сообщат вам о нём, но сделают всё, чтобы скрыть от вас правду. В результате вы узнаете правду самыми последними и как правило только тогда, когда уже ничего нельзя исправить.

3. *Не предъявляйте к ребёнку завышенных требований.* Совершенно естественно ждать успехов от подростков, но нужно научиться справляться и с его неудачами.

4. *Не торопитесь искать виноватых.* Попытка найти виноватого к действенному решению проблем никогда не приведут, но отнимут у вас силы и время.

5. *Не афишируйте свою беспомощность.* Надо научиться решать проблемы, не приходя в ужас от их количества.

6. *Не торопитесь наказывать детей,* иначе правда для ребёнка теряет всякий смысл, если с помощью молчания можно избежать наказания.

7. *Учитесь радоваться чужим и своим победам и учите этому своего ребёнка.*

8. *Старайтесь говорить правду своим детям, они очень чутко распознают ложь.* Старайтесь вести себя так, чтобы дети не боялись говорить вам правду, и тогда её вам скажут.

10. Чтобы максимально избежать конфликтов со старшими подростками, *применяйте определённые приёмы общения:* рассказ об аналогичном поступке, остроумная шутка, ответ, замечание, приём незамеченного оскорбления, авансирование доверием, похвалой, приём моральной поддержки и т.п.

## РЕКОМЕНДУЕМЫЙ СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ПО ТЕМЕ:

1. Боссарт А.Б. Парадоксы возраста или воспитания. М.: Просвещение, 1991. 176 с.
2. Волохова О. У последней черты. // Семья и школа, 1990 , № 6, С. 18-20 ;
3. Драгунова Т.В. “Кризис” объясняли по разному. // Хрестоматия по возрастной психологии. Под ред. Д.И. Фельдштейна. М.: Институт практической психологии, 1996, С.237-239
4. Жбанов Е. “Мы” и “Они” // Семья и школа, 199, №9, С.4-6, №10, С.4-7
5. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет). М.: Изд-во УРАО., 1997, 176 с.
6. Леви В. Нестандартный ребенок . М.: Знание, 1989. 256 с.
7. Марченко Л. Подростковых лидеров возьмут на учет. // Площадь Свободы, от 19 марта 1999 г., С.1
8. Мастеров Б. Смысл риска. // Семья и школа, 1993 ,№ 9, С.16-17
9. Мастеров Б. Риск и защита. // Семья и школа, 1993 ,№ 10-12, С.15-17
10. Райнпрехт Х. Жизнь в безвоздушном пространстве // Семья и школа , 1992 ,№ 7-9, С.29-31
11. Рахматшаева В. За флажки. // Семья и школа, 1993, № 5, С.4-6
12. Фельдштейн Д.И. Психология развивающейся личности. М.: Издательство “Институт практической психологии ”, Воронеж: НПО “МОДЭК”, 1996. 512 с.
13. Шнейдер Л. На краю оврага. // Семья и школа , 1993, № 5, С.6-8
14. Кон И.С. , Фельдштейн Д.И. Отрочество как этап жизни и некоторые психолого-педагогические характеристики переходного возраста. // Хрестоматия возрастной психологии. Под ред. Фельдштейн Д.И. М.: Институт практической психологии, 1996 , С. 239-247
15. Цукерман Г., Мастеров В. Как взрослый может помочь подросткам стать взрослыми. // Семья и школа , 1993 ,№ 4, С.8-10
- Подлеснова Н. , Руденко И. Второе рождение. // Семья и школа , 1998 ,№ 7, С.7-9