

Современный подросток: особенности психологии



Подросток — существо, превосходно осведомленное обо всем том, чему его не учили в школе.

Марсилин Кокс

- Мать-природа дает нам двенадцать лет, чтобы мы полюбили своих детей, прежде чем они станут подростками.

-

Американское изречение

Когда мне было четырнадцать лет, мой отец был так глуп, что я с трудом переносил его, но, когда мне исполнился двадцать один год, я был изумлен, насколько этот старый человек за истекшие семь лет поумнел.

М. Твен

Подросток – это полурребёнок и полувзрослый: детство уже ушло, но зрелость ещё не наступила. Переход от детства к взрослости пронизывает все стороны развития подростка: его анатомо-физиологическое, интеллектуальное и нравственное развитие – и все виды его деятельности.

В.А. Крутецкий, психолог

ОТ ДЕТСТВА К ВЗРОСЛОСТИ



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?

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

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
возраст**



ГРАНИЦЫ ВОЗРАСТА

***Подростковый
возраст***

```
graph TD; A[Подростковый возраст] --- B[Малолетние (6-14 лет)]; A --- C[Несовершеннолетние (14-18 лет)];
```

Малолетние
(6-14 лет)

Несовершенно-
летние
(14-18 лет)

Изменения подросткового возраста:



Психологические

Физиологические

Мировоззренческие

Несколько типичных черт, определяющих совокупный портрет подростка

- Я очень быстро расту и стесняюсь своего быстрого роста.
- Я очень быстро меняюсь во всех отношениях, я испытываю дискомфорт от вечных перемен во мне и вокруг меня, я так нуждаюсь в прочном фундаменте вашей любви и понимания.
- Я очень неуверен в себе и стараюсь скрыть эту неуверенность любым доступным для меня способом.
- Я нуждаюсь в действии и движении и не понимаю, почему вы пичкаете меня своими беседами и наставлениями.
- Я не готов принимать слова и советы на веру, я хочу вырабатывать свое мнение по любому вопросу.
- У меня очень маленький опыт жизни в обществе, но именно эта сторона человеческого бытия меня более всего интересует.



Подросток

Особенности:

- стремление к общению со сверстниками,
- утверждение своей самостоятельности,
- девочки развиваются быстрее (нарушение межполового общения);
- интеллектуальное развитие идёт быстрее личностного.

Ф о р м и р у е т с я:



- целенаправленность и избирательность внимания;
- логичность памяти (наглядно-образная → словесно-логическая);
- абстрактность мышления (самостоятельный подход → творчество).

- Формируется **«Я-концепция»** (идёт сопоставление реальных и идеальных представлений о себе).
- **АСИНХРОННОСТЬ** – несовпадение во времени развития различных сторон личности.



Возрастной кризис:

- чувство собственного достоинства (*ранимость*);
- развитие моральных чувств (*справедливость*);
- интерес к человеку как к личности (*дружба*);
- борьба за независимость (*утрачивается авторитет взрослых*).



Трудности в учёбе :

Дети

«группы риска»

- с дефицитом

внимания:

- конфликты с учителями;
- разрозненность умений и знаний;
- слабая учебная мотивация;
- слабая произвольность поведения (*невозможность себя заставить*).

- подвижность, болтливость;
- неумение сосредоточиться;
- рассеянность (*теряют вещи*);
- способность совершать девиантные действия.

причины

- органические поражения мозга;
- проблемы беременности;
- генетический фактор;
- пищевые факторы;
- социально-воспитательные (*среда*).

Невролог,

Психиатр,

психолог

Нарушения

в эмоционально-волевой сфере:

- агрессивность;
- эмоциональная расторможенность;
- ранимость, тревожность.

причины

- неприятие с детства (*раннего*);
- «идеально-правильное» воспитание (*гиперсоциальные родители*);
- «тревожно-мнительное» воспитание (*ослабленный или поздний ребёнок*);
- эгоцентрический тип воспитания (*ребёнок – «кумир»*).

Из-за чего возникают конфликты?

- ☺ учёба;
- ☺ выбор друзей;
- ☺ поведение (самостоятельность);
- ☺ интересы (увлечения);
- ☺ уважение к родителям (авторитет);
- ☺ вредные привычки.



-
- ☺ непонимание;
 - ☺ перегрузка (много обязанностей).



Современный подросток

(по данным НГПУ и Центра «Генезис», Москва)

На первое место в рейтинге ценностей подростки ставят мирную семейную жизнь, на второе- материальное благополучие, а на третье... здоровье.

КАК ОНИ СЕБЯ ОЦЕНИВАЮТ?

Взрослыми считают себя 15% опрошенных; еще не взрослыми, но уже не детьми — 82%; скорее, детьми, чем взрослыми, — 3%.

Самостоятельными во всех вопросах назвали себя 10%; самостоятельными в главных вопросах жизни — 36; не совсем самостоятельными — 52 и совсем не самостоятельными признали себя 2%.

ЧТО ОНИ СЧИТАЮТ НОРМОЙ, А ЧТО — ОТКЛОНЕНИЕМ?

Отклонением от нормального поведения подростки считают употребление наркотиков, самоубийство, нарушение законов. Нормальным явлением считается «свободная любовь» и азартные игры.

Пограничную позицию между нейтральной и негативной оценками заняло курение. Курят, согласно опросу, 46% мальчиков и 44% девочек (в Москве). 50% мальчиков и лишь 30% девочек считают недопустимым курение.

С КЕМ ПРОВОДЯТ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ?

Большинство опрошенных предпочитают проводить свое свободное время с друзьями и в социальных сетях и только 12% — в одиночестве (НГПУ). 33% подростков посещают ночные клубы и дискотеки, свыше 70% детей заняты так называемым непозитивным времяпрепровождением (Москва).

КАКИЕ КАЧЕСТВА ОНИ ЦЕНЯТ В ЛЮДЯХ?

Наибольший рейтинг из предложенного списка качеств имеет чувство юмора. Несколько меньше, но также достаточно высоко ценятся честность и доброта.

ЗДОРОВЬЕ

Почти 80% подростков Москвы в той или иной степени страдают головными болями. Современный московский подросток не откажется от пива (28%) и тяготеет к порошково-синтетическим напиткам — «Кока-Коле», «Спрайту» и т. п. — 37%.

МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИЕ ОРИЕНТИРЫ

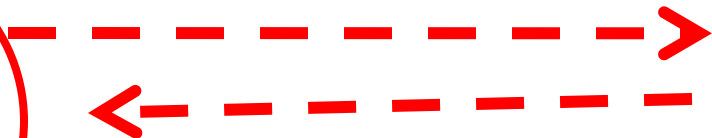
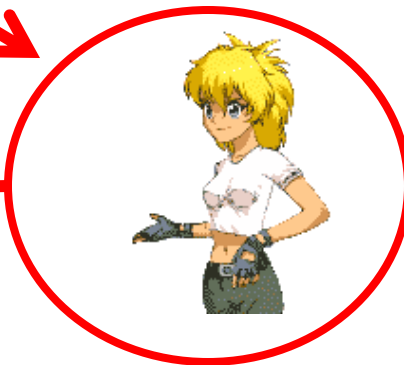
Довольно резкий разворот произошел в мировоззренческих концепциях в России в последнее время, что не могло не сказаться на духовном облике московских подростков. Сегодня 49% детей твердо, по их мнению, верят в Бога.

А как чувствуют себя родители?

- Некоторые родители заранее **приходят в ужас** от переходного возраста своих детей.
- Они напряженно ждут неприятностей и потрясений, которые, по их мнению, неизбежно сопровождают подростковый период и последующие годы.
- Родители опасаются, что ребенок вырастет, и они потеряют его.
- Исчезнет былое взаимопонимание, послушание и детская прелесть.
- Нередко родители переносят собственный страх и неуверенность на подрастающего ребенка.



Идеальная модель:



- добрые и строгие (в каких-то ситуациях);
- заботливые;
- помогающие;
- сами не имеющие вредных привычек;
- хозяйственные (уют в доме).

- хорошая учёба;
- без вредных привычек;
- понимающие;
- уважающие;
- помогающие;
- увлекающиеся чем-либо (спорт и т.п.);
- имеющие общие темы для общения с родителями

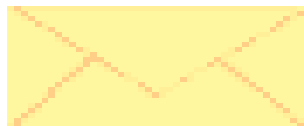
Рекомендации родителям

Для ребёнка **важен** любой физический контакт: прикоснуться к руке, обнять за плечи, погладить по голове, потрепать по волосам, шутливо потолкаться и т. п.

Очень важны разговоры **О ЧУВСТВАХ** – для понимания причин поступков.

Не забывайте

ласково прикасаться к своим детям и спрашивать о самочувствии!



Если, требуя приличного поведения, родители в основном опираются на **приказы**, ребенок может быть послушным. Но он склонен повиноваться только потому, что мама и папа **требуют** этого, а вовсе не потому, что так вести себя **лучше**; это поведение **не становится** для него ценностью и нормой.

Обращайтесь к ребёнку с ПРОСЬБАМИ! Это важно!

Если вместо ПРИКАЗОВ будут чаще звучать ПРОСЬБЫ, ребенок будет расти в полной уверенности, что родители на его стороне, что они его союзники, что они хотят помочь ему сформировать характер и выработать свою линию поведения.

ПОДСКАЗКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- 1. Для того чтобы существовала эмоциональная связь с подростком, проводите с ним вместе какое-то время, чтобы он не ощущал себя покинутым и одиноким.**
 - 2. Установите доверительные отношения с подростком, прежде чем переходить к нотациям и сложным темам бесед.**
 - 3. Не отказывайте подростку в общении с вами, даже если для этого нужно будет отложить дела!**
 - 4. Общайтесь с подростком в соответствии с темпом развития его отношений с окружающим миром.**
 - 5. Для сохранения эмоционального контакта крайне необходимо общение. Общайтесь с подростком на интересующие его темы, изучите молодежную субкультуру, читайте их журналы, чтобы быть «продвинутыми». Тогда ребенок почувствует, что он и его мир вам интересны, и станет больше доверять вам.**
- Только ни в коем случае не критикуйте молодежные движения, стили, музыку, моду в присутствии подростка. Вы можете потерять нить общения с ним.**

6. Никогда не обсуждайте личность подростка и его поступки в присутствии других людей, особенно друзей или сверстников. Они не любят, когда их с кем-то сравнивают, ставят других в пример. Это расценивается как посягательство на его личность.

7. Подросток должен чувствовать себя полезным. Дайте ему возможность почувствовать себя помощником в каком-то общем семейном деле.

8. Не злоупотребляйте своей любовью и заботой. Старайтесь не проживать за него жизнь. Фразы «Я лучше знаю, как тебе поступить» или «Я делаю это ради тебя, потому что люблю тебя» неискренни и не воспринимаются подростками.

9. Никогда не оскорбляйте подростка. Когда ребенок слышит от родителей враждебные, резкие, грубые слова, он сохраняет обиду на всю жизнь. Уж очень тонко устроены психика подростка и его восприятие окружающего.

10. Родители, злоупотребляющие своей властью физически, шлепая, толкая, избивая детей, могут причинить вред физическому и психическому развитию, а еще больший вред — эмоциональному развитию подростка, что значительно осложнит его взрослую жизнь.

11. Помните, подросток — не ребенок. Он находится на стадии перехода к взрослой жизни, его основные качества — НЕЗАВИСИМОСТЬ и САМООПРЕДЕЛЕНИЕ.

Родители, которые продолжают общаться с подростком так же, как общались с ним в детстве, не получают ожидаемых результатов. Насильно навязанные собственные принципы приводят к спорам, утрате самообладания и оскорблениям. Такое поведение становится эмоционально губительным для подростка. Попытки родителей спорить с подростком, чтобы заставить его повиниться, на самом деле побуждают подростка к бунту.

Родители, сами того не осознавая, лишают подростка эмоциональной поддержки и начинают с ним словесную войну. Наши намерения как родителей могут быть благими, но результаты однозначно плохи.

12. Тем не менее подросток хочет быть частью семьи и в то же время быть независимым от семьи. Часто это выражается как потребность в личном пространстве. Выделение личного помещения и возможность его самостоятельно оформить — вот те желания подростков, которые, если удовлетворяются в сопровождении проявлений любви, способствуют формированию чувства независимости.

13. Подростки нуждаются в эмоциональной независимости. Когда вы спрашиваете девочку-подростка о каком-нибудь ее друге, она обвинит вас в том, что вы лезете не в свое дело. Это не означает, что она от вас что-то скрывает. Это говорит лишь о том, что, не раскрывая родителям своих чувств и мыслей, она утверждает свою эмоциональную независимость. Родители должны уважать подобный настрой подростков.

Потребность в данном виде независимости может проявляться в нежелании принимать ваши проявления любви, против которых раньше они ничего не имели.

14. Не удивляйтесь, если ваша дочь-подросток вдруг откажется от вашей помощи. Теперь она все хочет делать сама, причем не так, как сделали бы это вы. Иногда это происходит не потому, что она не нуждается в вашей помощи, а потому, что она не хочет, чтобы ей об этом напоминали.

15. Подростка необходимо поддерживать. И одним из способов поддержки является похвала. Только одним из факторов похвалы должна быть искренность, а другим — то, что похвала должна быть конкретной. Если родители не могут похвалить подростка за результаты или конкретные действия, то необходимо оценить его старание.

16. Подростки часто выбирают друзей самостоятельно. Родители, которые понимают ценность независимости для подростка, разрешат ему проводить время вне семьи и не станут с этим спорить. Желание подростка быть с друзьями — это не отказ от родителей; это свидетельство того, что его горизонты общения расширяются.

17. Важная область подростковой независимости — это их музыкальные вкусы. Подростки выбирают свою музыку. Нет в подростковой культуре ничего важнее, чем музыка. Музыка способна тронуть сердце и душу человека. Родитель, который критикует музыку, выбранную подростком, косвенным образом критикует и самого подростка.

Если критика продолжается, то ребенок может сделать вывод, что его не любят.

Вы должны разделять чувства своего ребенка, сопереживать ему, и тогда он почувствует вашу поддержку.

Помните, подросток в состоянии мыслить логически, и он сделает правильные выводы.

Повернитесь лицом к своему ребенку и будьте счастливы!

Главное

Ребенка можно сравнить с зеркалом. Он отражает любовь, но не начинает любить первым. Если детей одаривают любовью, **они возвращают ее!** Если им ничего не дается, им нечего возвращать.

Безусловная любовь отражается безусловно, а обусловленная любовь и возвращается в зависимости от тех или иных условий. Хотите, чтобы вас любили **ПРОСТО ТАК**, ни за **ЧТО-ТО?** Тогда **ПРОСТО любите** своего ребёнка, а не за хорошую учёбу и приличное поведение. Любите его за то, что он **ВАШ!**



ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Итак, мы закончили разговор о подростках. Но это всего лишь малая часть того, что мы узнали о нем.

Каким же он вступает в юность?

Юность - это пора самоопределения, пора надежд и поиска. Это период формирования идеалов, пора раздумий о «времени и о себе».

Доброго пути тебе, подросток!!!