

Подростковый возраст и его особенности

Вот они, главные истины эти:

Поздно заметили, поздно учли...

Нет, не рождаются трудными дети,

Просто им вовремя не помогли.

Подростковый период – важный и трудный этап в жизни человека, время выборов, которое во многом определяет всю последующую жизнь. Его можно сравнить с остановкой Ивана-царевича на развилке дорог около камня, на котором написано: «Налево пойдёшь..., направо пойдёшь ...». В глубокой древности этот этап считался таким же качественным изменением состояния, как рождение, вступление в брак, смерть. Какие же основные перемены в себе ощущает современный подросток?

Подростковый возраст знаменуется бурным развитием и перестройкой социальной активности ребёнка. Мощные сдвиги происходят во всех областях жизнедеятельности ребёнка, не случайно этот возраст называют «переходным» от детства к зрелости.

Подростковый возраст рассматривается как этап развития личности, процесс перехода от зависимого, опекаемого детства, когда ребенок живет по особым правилам, установленным для него взрослыми к самостоятельной жизни.

В это время складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье. Вот почему так велика роль семейного окружения в обеспечении условий, не затрудняющих, а, напротив, способствующих здоровому развитию личности подростка.

Наблюдение за детьми в различных ситуациях обнаруживают зависимость проявления типа темперамента от мотивов и потребностей, побуждающих к деятельности: при выполнении значимой, интересной работы ребёнок может быть весьма активным и становится медлительным при включении в

неинтересную деятельность. Существуют следующие виды акцентуаций: циклоидный, гипертивный, астеноневротический, сензитивный, психастенический, демонстративный, неустойчивый, конформный.

В возрасте 13-14 лет меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно, обесценивается, появляются новые кумиры, характер взаимоотношений с взрослыми и родителями часто носит протестный характер. В этом возрасте подростки тянутся ко всему необычному, часто увлекаются неформальными течениями. У современного подростка отмечается ярко выраженное стремление к индивидуализации, к утверждению своего «Я».

Внешне кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения. Трудность в том, что подросток не умеет анализировать причины происходящего с ним.

У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, колеблется самооценка, он в это время очень раним, конфликтен, может впасть в депрессию. Он должен быть в своих глазах очень умным, очень красивым, очень смелым, очень способным и т.д.

В тоже время перестройка отношения подростка к себе влияет не только на его эмоциональное состояние, но и на развитие его творческих способностей и удовлетворённость жизнью вообще. Учёба в это время отходит на второй план.

Самый главный вопрос подросткового возраста – половое созревание. В это время формируются психосексуальные установки и ориентации. Подросток переживает первую любовь, у него возникают эротические фантазии и переживания. Он меняется настолько, что этот период называют «гормональной бурей или эндокринным штормом». Необходимы такт и терпение взрослых, их признание личной жизни сына или дочери как самостоятельно существующей сферы. Тогда возникает (или сохраняется) доверие, желание поговорить о трудностях, поделиться радостью, получить совет от близких людей, а не от друзей с улицы.

Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим. Организм ребёнка подвергается глубокой перестройке, причём в очень быстром темпе. Бурное физическое развитие сопровождается рядом противоречивых моментов. Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе. Подобные явления не должны вызывать особого беспокойства у родителей, однако знать их и учитывать при организации жизни подростка необходимо.

Так как подросток стремится к крайним позициям в оценке, то он склонен переоценивать, или недооценивать свои качества и свойства. Подростки критично относятся к отрицательным чертам своего характера, переживая из-за тех черт, которые мешают им в дружбе и взаимоотношениях с другими людьми.

Самооценка подростка неустойчива: он склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам, правда, такая противоречивая самооценка необходима для того, чтобы развить у него новые, взрослые критерии личностного развития.

Самооценка подростков противоречива, недостаточно целостна, поэтому в их поведении может возникнуть много немотивированных поступков. Подростки больше других возрастных групп страдают от нестабильности социальной, экономической и моральной обстановки в стране, потеряв сегодня необходимую ориентацию в ценностях и идеалах – старые разрушены, новые ещё не созданы.

Особенности проявляются в пренебрежительном отношении к обучению, плохая успеваемость, бравада, невыполнением обязанностей: избегая выполнять какие-нибудь обязанности и поручения по дому, готовить домашние задания, а то и посещать занятия. Взрослые порой не замечают или не

понимают таких неровностей поведения, их равно обескураживает и непомерный азарт, и необъяснимая усталость.

Подобные подростки оказываются перед лицом большого количества «лишнего времени», но для них характерно неумение содержательно проводить досуг. У большинства отсутствуют увлечения, они не занимаются в секциях и кружках, не посещают выставки и театры. К сожалению, в свободное время преимущественно проявляется асоциальное поведение подростков (проституция, наркомания, токсикомания и т.д.)

Бессодержательно проводимое время толкает подростков на поиск новых «острых ощущений». Алкоголизация и наркотизация тесно вплетаются в структуру девиантного образа жизни подростков. Очень часто подростки отмечают свои «заслуги»: удачные похождения, хулиганские поступки, драки, мелкие кражи распитием спиртных напитков. Оказывается, что одним из доступных видов развлечений для подростков является драка. Так, почти третья часть (29%) подростков признаются, что дерутся потому, что делать нечего, энергию девать некуда, жить скучно.

Впоследствии объясняя свои поступки, подростки имеют неправильное представление о нравственности, справедливости, смелости и храбрости. Меньше всего (15%) подростки занимаются изучением истории, математики и искусства, кино- и фотолюбительством.

На всём протяжении подросткового периода наблюдается чётко выраженная динамика агрессивности. Формы агрессивного поведения типичны для большинства подростков. 27% подростков не отрицают своего участия в избиении инакомыслящих, т. е. имеющих другие интересы.

Одним из элементов микросреды, в отношениях, формирующих личность, является семья. При этом решающим является не её состав – полная, неполная, распавшаяся, а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми. В совместных занятиях не только родителям открывается характер сына или

дочери, но и дети лучше узнают своих родителей. Подростку необходима совместная деятельность со взрослыми.

К сожалению, в наше время растёт число неблагополучных семей, в которых существует полная безнадзорность, бесконтрольность поведения со стороны родителей, безразличие к судьбе подростка, откуда и появляются дети с отклонениями в поведении.

Но даже в благополучных на первый взгляд семьях можно выделить много проблем психологического характера, которые приводят к кризису подросткового возраста. Только 15 % родителей написали, что знают о своём ребёнке всё. Лишь 6% родителей поощряют занятия своих детей в кружках, секциях, клубах, 3% знакомят детей, по их мнению, с интересными ребятами.

Можно выделить 4 неблагополучные ситуации в семье:
Гиперопека различных степеней: от желания быть соучастником всех проявлений внутренней жизни детей до семейной тирании.
Гипоопека нередко переходящая в безнадзорность.
Ситуация, создающая «кумира семьи» - постоянное внимание к любому побуждению ребёнка и неумеренная похвала за весьма скромные успехи.
Ситуация, создающая «золушек» в семье. Появилось много семей, где родители уделяют много внимания себе и мало детям.

Пути решения проблемы.

Формирование круга интересов подростка на основе особенностей его характера и способностей. Максимальное сокращение периода его свободного времени – «времени праздного существования и безделья». Включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.

Снижение проявления агрессии путём посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гантелей, железных гирь и боксёрских перчаток (пусть подростки колотят друг друга в мирной драке, давая выход накопившейся энергии, чтобы агрессия не накапливалась подобно

статистическому электричеству, имеющему свойство взрываться болезненными разрядами). Физкультура может стать общим и радостным для каждого члена семьи занятием.

Не предъявлять подростку завышенные требования, не подтверждённые его способностями. Честно указывать на его удачи и неудачи (причём удачи объясняйте его способностями, а неудачи – недостаточной подготовкой). Не захваливать подростка, объясняя его неудачи случайностью, т.к. это формирует у подростка эффект неадекватности. Увлечение искусством, совместное посещение кино и театра, обсуждение литературных новинок, помощь в конструировании – это далеко не полный перечень тех сфер, в которых взрослый может быть вместе с подростком.