

Возрастные особенности подростков.



педагог-психолог Камоза
Я.А.

(Автор работы Микеладзе
Ирина Петровна)



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.**



**В возрасте 13-14 лет
меняется система
ценностей и интересов.
То, что было ценно,
обесценивается,
появляются новые
кумиры, характер
взаимоотношений со
взрослыми и
родителями часто носит
протестный характер .В
этом возрасте подростки
тянутся ко всему
необычному, часто
увлекаются
неформальными
течениями.**

Внешне кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения.

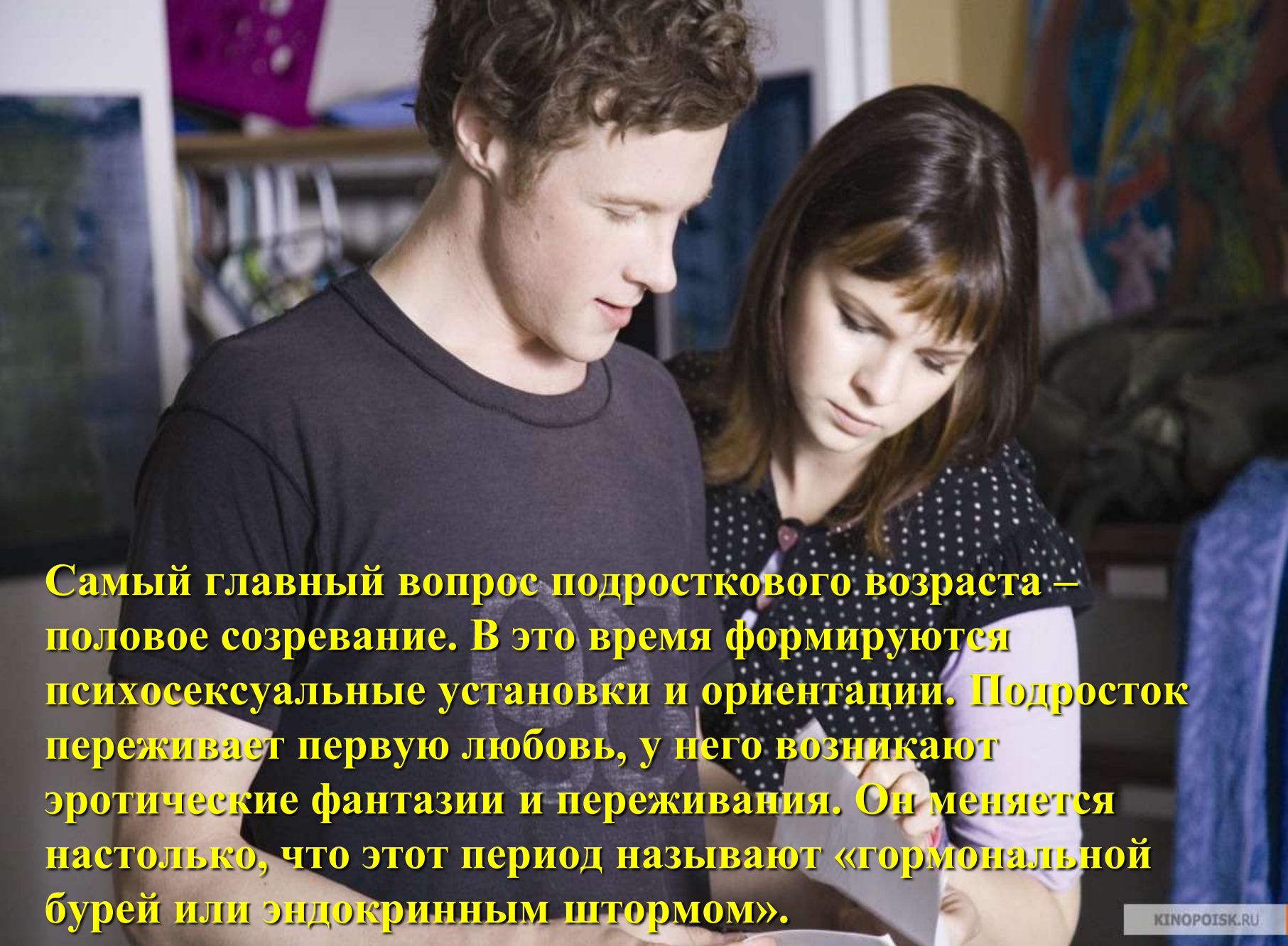




**У подростка
часто возникает
беспричинное
чувство тревоги,
колеблется
самооценка, он в
это время очень
раним,
конфликтен,
может впасть в
депрессию.**



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.

A young man with curly brown hair and a dark t-shirt is looking down at a piece of paper held by a young woman with long brown hair and bangs, wearing a black polka-dot shirt. They are in a room with a closet and various items in the background. The text is overlaid on the image in a bold yellow font.

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».



Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим. Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе.



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.**

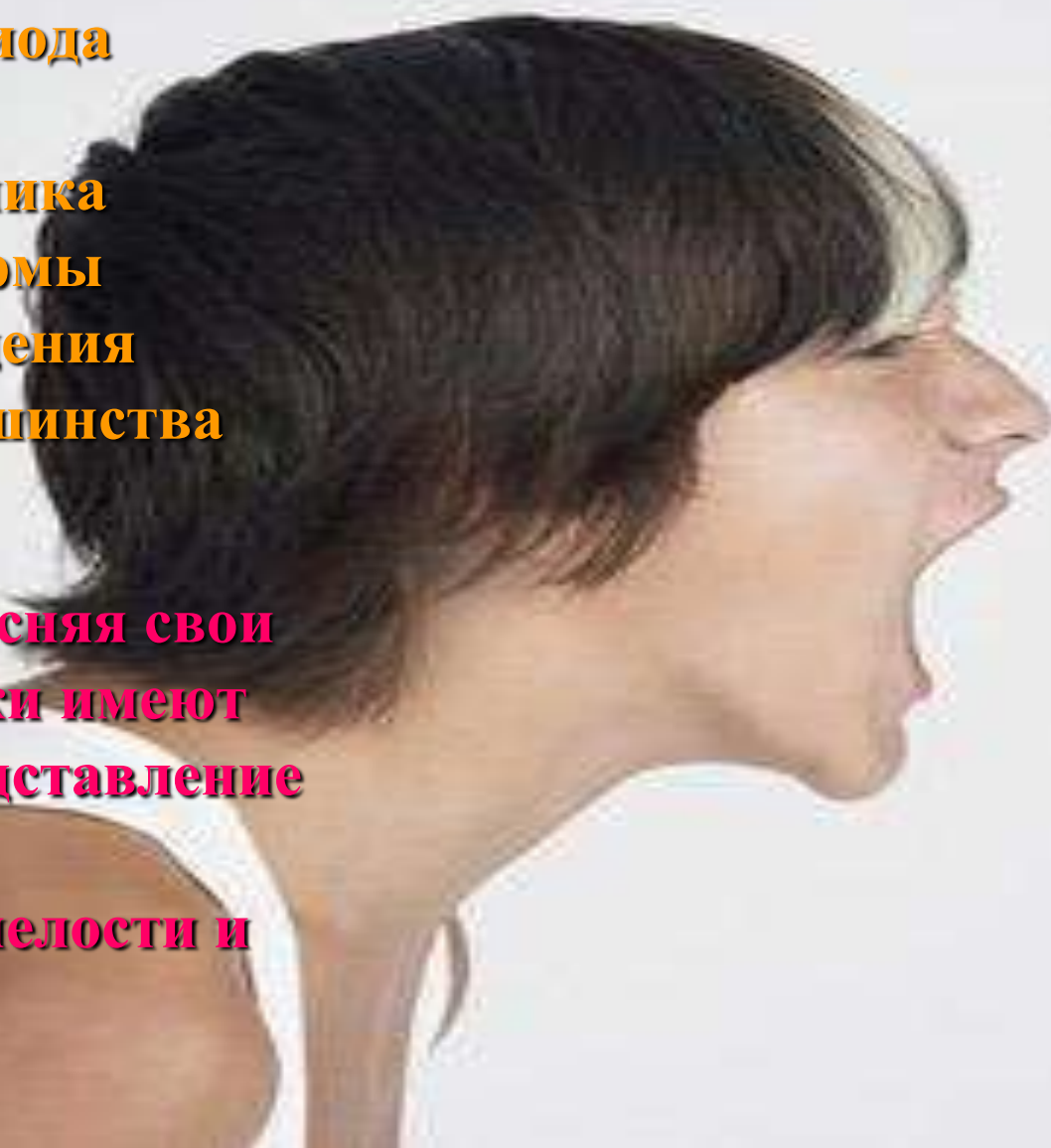
Подобные подростки оказываются перед лицом большого количества «лишнего времени», но для них характерно неумение содержательно проводить досуг. У большинства отсутствуют увлечения, они не занимаются в секциях и кружках, не посещают выставки и театры.

Бессодержательно проводимое время толкает подростков на поиск новых «острых ощущений». Алкоголизация и наркотизация тесно вплетаются в структуру дивиантного образа жизни подростков. Очень часто подростки отмечают свои «заслуги»: удачные похождения, хулиганские поступки, драки, мелкие кражи распитием спиртных напитков.



**На всём протяжении
подросткового периода
наблюдается чётко
выраженная динамика
агрессивности. Формы
агрессивного поведения
типичны для большинства
подростков.**

**Впоследствии объясняя свои
поступки, подростки имеют
неправильное представление
о нравственности,
справедливости, смелости и
храбрости.**





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.



Но даже в благополучных на первый взгляд семьях можно выделить много проблем психологического характера, которые приводят к кризису подросткового возраста.

Можно выделить 4 неблагоприятные ситуации в семье:

Гипер опека различных степеней: от желания быть соучастником всех проявлений внутренней жизни детей до семейной тирании.

Гипо опека 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.





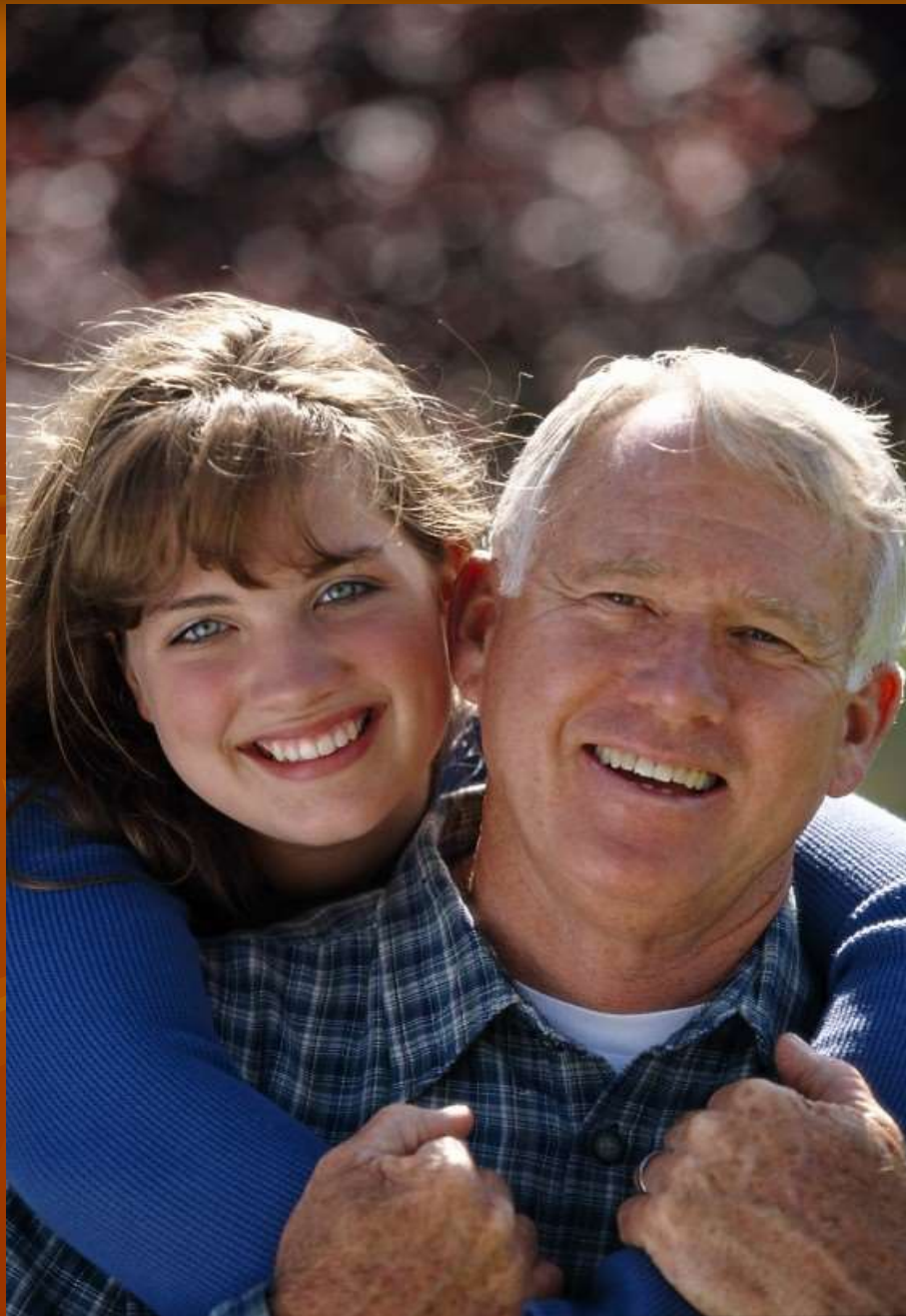
Пути решения проблемы.

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).





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.

Рекомендации для родителей.

Будьте всегда чуткими к делам своих детей.

Анализируйте с детьми причины их удач и неудач.

Поддерживайте ребёнка, когда ему нелегко.

Старайтесь не ограждать подростка от трудностей.

Научите преодолевать трудности.

Постоянно контролируйте ребёнка, но без гипер опеки.

Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации.

Рассказывайте ребёнку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте.

Покупайте своему ребёнку книги по психологии, самопознанию. Будьте всегда личным примером(учите делами, а не словами).





Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая правоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии.

Советуйте следить за своей внешностью.

Ни в коем случае не запрещайте отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек.

Познакомьтесь с друзьями своего ребёнка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона.

Помните: недоверие оскорбляет!

Следите за тем, какие книги читает Ваш ребёнок, какие фильмы смотрит. Будьте всегда для своего ребёнка, прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой)!

Спасибо за внимание.

