Содержание

Введение

Психологические особенности подростка

Заключение

Список литературы

Введение

Подростковый возраст - остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором выпукло переплетаются противоречивые тенденции.

В настоящее время в условиях нашей страны подростковый период развития охватывает примерно возраст с 10 – 11 до 14 – 15 лет, совпадая в целом с обучением детей в средних классах школы. С одной стороны, для этого сложного периода показательны негативные проявления, дисгармоничность в строении личности, свертывание прежде установившейся системы интересов ребенка, протестующий характер его поведения по отношению к взрослым. С другой стороны, подростковый возраст отличается и множеством положительных факторов: возрастает самостоятельность ребенка, более разнообразными и содержательными становятся отношения с другими детьми, взрослыми, значительно расширяется сфера его деятельности и т.д. Главное, данный период отличается выходом ребенка на качественно новую социальную позицию, в которой формируется его сознательное отношение к себе как к члену общества. Именно в этот период формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, иными словами – формируются личностные смыслы жизни.

Основными новообразованиями в подростковом возрасте являются: сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своем поведении.

Новообразования не возникают сами по себе, а являются итогом собственного опыта ребенка, полученного в результате активного включения в выполнение самых разных форм общественной деятельности. [3]

Важнейшей особенностью подростков является постепенный отход их от прямого копирования оценок взрослых к самооценке, все большая опора на внутренние критерии. Представления, на основании которых у подростков формируются критерии самооценки, приобретаются в ходе особой деятельности - самопознания. Основной формой самопознания подростка является сравнение себя с другими людьми: взрослыми, сверстниками.

Первостепенное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками. Общаясь с друзьями, младшие подростки активно осваивают нормы, цели, средства социального поведения, вырабатывают критерии оценки себя и других, опираясь на заповеди "кодекса товарищества".Внешние проявления коммуникативного поведения младших подростков весьма противоречивы. С одной стороны, стремление во чтобы то ни стало быть такими же, как все, с другой - желание выделиться, отличиться любой ценой; с одной стороны, стремление заслужить уважение и авторитет товарищей, с другой - бравирование собственными недостатками. Страстное желание иметь верного близкого друга сосуществует у младших подростков с лихорадочной сменой приятелей, способностью моментально очаровываться и столь же быстро разочаровываться в бывших "друзьях на всю жизнь".[2]

Именно в этот период происходит интенсивное развитие внутренней жизни: наряду с приятельством возникает дружба, питаемая взаимной конфидентностью. Меняется содержание писем, которые теряют свой стереотипный и описательный характер, в них появляются описания переживаний; делаются попытки вести интимные дневники и начинаются первые влюбленности.[5]

Основные подходы к проблеме кризиса подросткового возраста и его особенности

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).[1]

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.[1]

Особенности пубертатного кризиса:

* эмоциональная нестабильность;
* сексуальное возбуждение;
* половая идентификация,
* новый образ физического "Я",
* влияние темпа созревания на образ "Я" и самосознания (акселераты и ретандарты)

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

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.

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.

Начало взрослости осуществляется по внешнему механизму (механизму подражания). "Я буду КАК взрослый"— игра— копирование внешних качеств, стиля, привычек, манеры поведения, то есть внешней атрибутики взрослости. В этом смысле особенную значимость приобретает та личность, которая будет являться этим идеалом. Часто это почти всегда будут не родители, а другой значимый взрослый.

"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

Направленность личности подростка:

* 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 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.

Скрытая акцентуация. Эта степень, видимо, должна быть отнесена не к крайним, а к обычным вариантам нормы. В обыденных, привычных условиях, черты определенного типа характера выражены слабо или не проявляются совсем. Однако черты этого типа могут ярко, порой неожиданно, выявиться под влиянием тех ситуаций и психических травм, которые предъявляют повышенные требования к "месту наименьшего сопротивления".

Выделяют 10 основных типов акцентуации:

1. Гипертимность. Люди, склонные к повышенному настроению, оптимисты, быстро переключаются с одного дела на другое, не доводят начатого до конца, недисциплинированные, легко попадают под влияние неблагополучных компаний. Подростки склонны к приключениям, романтике. Не терпят власти над собой, но любят, когда их опекают. Тенденция к доминированию, лидированию. В патологии - невроз навязчивых идей.

2. Застревание. Склонность к "застреванию аффекта", к бредовым реакциям. Люди педантичные, злопамятные, долго помнят обиды, сердятся, обижаются. Нередко на этой почве могут появится навязчивые идеи. Сильно одержимы одной идеей. Слишком устремленные, "упертые в одно", зашкаленные. В эмоциональном отношении ригидны (ниже нормы). Иногда могут давать аффективные вспышки (сильное нервное возбуждение), могут проявлять агрессию. В патологии - паронояльный психопат.

3. Эмотивность. Аффектно лабильные (неустойчивые). Люди у которых быстро и резко меняется настроение по незначительному для окружающих поводу. От настроения зависит все - и работоспособность, и самочувствие и т.д. тонко организована эмоциональная сфера; способны глубоко чувствовать и переживать. Склонны к добрым взаимоотношениям с окружающими. В любви ранимы как никто. Не против того, чтобы их опекали, заботились.

4. Педантичность. Преобладание черт педантизма. Люди ригидны, им трудно переключаться с одной эмоции на другую. Любят чтобы все было на своих местах чтобы люди четко оформляли свои мысли - крайний педантизм. Периоды злобно-тоскливого настроения, все их раздражает. В патологии - эпилептоидная психопатия. Могут проявлять агрессию (долго помнят и выливают).

5. Тревожность. Люди меланхолического склада с очень высоким уровнем конституционной тревожности, не уверены в себе. Недооценивают, преуменьшают свои способности. Застенчивы, пугаются ответственности.

6. Циклотимность. Резкие перепады настроения. Хорошее настроение коротко, плохое длительно. При депрессии ведут себя как "тревожные", быстро утомляются, снижается творческая активность. При хорошем настроении как гипертимные.

7. Демонстративность. В патологии психопатия истерического типа. Люди, у которых сильно выражен эгоцентризм, стремление быть постоянно в центре внимания ("пусть ненавидят, лишь бы не были равнодушными"). Много таких людей среди артистов. Если нет способностей, чтобы выделиться, тогда они привлекают внимание антисоциальными поступками. Патологическая лживость - чтобы приукрасить свою особу. Склонны носить яркую, экстравагантную одежду - могут быть определены чисто внешне.

8. Возбудимость. Склонность к повышенной импульсивной реактивности в сфере влечения. В патологии - эпилептоидная психопатия.

9. Дистимичность. Склонность к расстройствам настроения. Противоположность гипертимности. Настроение пониженное, пессимизм, мрачный взгляд на вещи, утомляем. Быстро утомляется в контактах и предпочитает одиночество.

10. Экзальтированность. Склонность к аффективной экзальтации (близко к демонстративности, но там из-за характера, а здесь идут те же проявления, но на уровне эмоций, т.е. от темперамента).[2]

.

Заключение

Но не следует делать вывод, что подростковый возраст — это какой-то "инвалидный" возраст, что к подростку должно быть особенно бережное отношение, как к больному. Напротив, подростковый возраст — это возраст кипучей энергии, активности, больших замыслов и больших дел. Но учитывать указанные выше особенности при организации учебно-воспитательной работы необходимо.[4]

Общение имеет огромное значение в формировании человеческой личности, её развитии и становлении. Через общение с другими людьми человек приобретает свои способности и качества и через общение с другими личностями сам становится личностью.[3]

Подросток стремится быть принятым, признанным, уважаемым товарищами. Он очень тяжело переживает одиночество, неблагополучие в отношениях со сверстниками. Общение с взрослыми уходит на задний план. Особенно если родители, учителя относятся к ним, как к маленьким детям.

Часто в общении возникают барьеры. Это служит неблагоприятным условием для развития подростка. Важно выбрать нужную позицию в отношении с подростком, а также стиль воспитания, так как в семье с благополучным климатом подросток способен соответствовать общественным ожиданиям и быть достаточно прогнозируемым. В подростковом возрасте важно, чтобы взрослый выступал в качестве друга. В результате создаются глубокие эмоциональные и духовные контакты, поддерживающие подростка в жизни.

В связи с особенностями физического развития следует отметить характерную для подросткового возраста некоторую неуравновешенность характера, повышенную возбудимость, сравнительно частые, быстрые и резкие смены настроения. Эти черты в соединении с бурной энергией, активностью при недостаточной дисциплинированности и выдержке приводят нередко к таким проявлениям в детских коллективах, как крикливость, несерьезность, возня детей, беготня по лестницам и т.д. Разумеется, все эти черты не являются неизбежными спутниками подросткового возраста. В хорошо организованных коллективах с твердыми требованиями руководителей и воспитателей картина поведения подростков иная. Но бодрость, жизнерадостность, оптимизм в сочетании с активностью и инициативностью делают подростков очень подвижным, шумливым, импульсивным народом. [4]

Список литературы

1. "Возрастная и педагогическая психология".Под ред. А.В. Петровского. М., Просвещение, 1973.
2. Дубровина И.В. "Практическая психология образования". СПб.: Питер, 2004
3. Крутецкий В.А "Психология обучения и воспитания школьников", М.,Просвещение, 1976.
4. http://www.sunhome.ru/psychology/1406
5. http://azps.ru/handbook/p/psih741.html