**Юность**

Юность, период жизни человека между детством и зрелостью. Наступление юности связано с выраженными изменениями в строении тела и физиологии, мышлении и эмоциях, морали и социальной жизни, а потому данный период очень сложен и имеет особую значимость. Это время существенных перемен и для подростков, и для их родителей.

**Рост и развитие**

Развертывающийся процесс физиологического и полового созревания делает юность уникальным периодом жизни. С нарастанием биологической зрелости у многих подростков усиливается стремление к физической, экономической и эмоциональной независимости от родителей. Одновременно продолжается начавшийся в детстве процесс становления индивидуальности, принятия себя как члена семьи и общества, причем эмоционально и когнитивно (на познавательном уровне) подросток воспринимает себя прежде всего как человека, взаимодействующего с другими личностями. Он начинает понимать, что у каждого есть своя социальная роль, и впервые пробует себя в ролях, свойственных зрелому возрасту. Неудивительно, что формирование осознающей себя личности и обучение взрослым социальным ролям включает переосмысление основных ценностей и взаимоотношений, а также проверку своих быстро изменяющихся возможностей.

Формирование личности влечет за собой развитие и познавание образа собственного тела и становление самооценки. Быть подростком значит искать ответы на вопросы: кто я, кем бы я хотел быть, чего я стю? Выполнение сложнейшей задачи – создание общественного и морального облика своей личности при относительно ограниченном жизненном опыте – неизбежно связано с калейдоскопом различных эмоций. Чаще всего можно наблюдать бесшабашную храбрость, психическую ранимость, чувство одиночества и резкую смену настроений. Неурядицы, которые сопровождают переход от зависимого состояния к равноправным отношениям в семье, в соединении со склонностью к экспериментированию приводят к интенсификации испытываемых потребностей, чувству незащищенности и запутанному клубку конфликтов и необходимых для развития поисков.



В странах, подобных США, где высоко ценится активное участие граждан в политике и экономике, а индивидуальная инициатива поощряется, юность – наилучшая пора для того, чтобы научиться делать выбор и отвечать за принятые решения. Этому способствует возможность принимать ответственные решения вместе с другими членами семьи, в школе или на оплачиваемой работе. Открытое обсуждения благоприятствует свободному обмену мнениями, что позволяет подросткам понять преимущества и недостатки того или иного способа действия. Подросткам нужны разнообразные возможности для того, чтобы узнать свои сильные и слабые сторон. Они буквально расцветают, когда им доверяют планирование и выполнение работы, когда они могут зарабатывать деньги и с ними считаются, как со взрослыми, при обсуждении семейных, школьных или производственных дел. В своем стремлении определить свое место в обществе подростки больше всего нуждаются в уважении взрослых и сверстников.

**Социальные взаимоотношения**

В юности происходит пересмотр и переоценка наиболее важных для человека межличностных отношений. Связь с родителями существенно ослабевает. Отношения со сверстниками расширяются, а их значимость возрастает. Взаимоотношения с младшими в семье усложняются, так как подростки часто становятся не только товарищами по играм, но и воспитателями.

Взаимоотношения с родителями значительно меняются, но происходит это в разных семьях по-разному. Единственное обобщение, которое здесь можно сделать, сводится к тому, что родители и взрослеющие дети пытаются договориться о форме взаимоотношений и степени самостоятельности детей. Для большинства подростков независимость развивается внутри остающихся связей с родителями и семьей. Несмотря на увеличивающееся физическое и психологическое разделение между родителями и подростками, большинство родителей продолжает влиять на своих подросших детей, а те в большинстве случаев сохраняют любовь, преданность и уважение к родителям.

Взаимоотношения со сверстниками. В юности взаимоотношения между сверстниками становятся более глубокими, интимными и психологически необходимыми. В большинстве случаев узы дружбы с лицами своего пола продолжают оставаться существенными, но все большее значение приобретает дружба со сверстниками противоположного пола. Значительно возрастает влияние сверстников на систему ценностей и поведение подростка.

Степень восприимчивости подростков к такому влиянию связана с особенностями родительского воспитания. Как сугубо терпимые, все дозволяющие родители, так и авторитарные, каждые по-своему, способствуют развитию сильной зависимости подростка от сверстников. Воспитание, основанное на авторитете, напротив, уменьшает вероятность того, что родительское влияние на подростка будет вытеснено влиянием сверстников. Подростки из таких семей полагаются на помощь и родителей, и своих друзей.

**Половое развитие и поведение**

Большая часть молодежи в США к 18 годам ведет активную половую жизнь. Даже с учетом половых, расовых и социальных различий можно констатировать, что с конца 1960-х годов во всех демографических подгруппах подростков в США наблюдается более ранняя гетеросексуальная и гомосексуальная активность.

Стремясь предотвратить беременность у подростков, а также распространение СПИДа и других заболеваний, передающихся половым путем, родители, учителя, церковнослужители, работники здравоохранения развернули широкую пропаганду безопасного секса с применением презервативов или эротических заменителей полового сношения. Наряду с этим возникло движение в поддержку полового воздержания среди подростков. Воздержание, хотя и может быть приемлемым для какой-то части младших подростков, не принимается значительным большинством сексуально активной молодежи.

**Поведенческие проблемы у подростков**

В силу того, что в юности человек сталкивается с быстрыми, непривычными и глубокими переменами в самом себе, примерно у 20% подростков возникают серьезные трудности, связанные с их поведением. Ключевыми поведенческими проблемами могут стать колебания настроения, самоубийства, нарушения пищевого поведения, неосторожное половое поведение и ранняя беременность, злоупотребление алкоголем и наркотиками.

Колебания настроения. У подростков и молодых людей чаще, чем у взрослых, возникают крайние формы эмоционального состояния, включающие как повышение, так и понижение настроения. Значительные и быстрые колебания могут быть связаны с переменами в жизни и неопределенностью, с которыми сталкивается подросток. То новое, что появляется в его повседневной жизни, вызывает интенсивные реакции. Это вполне объяснимо, так как подростки при формировании личности еще не имеют стабильного ощущения собственного Я; именно это и приводит к перепадам настроения.

Самоубийства. Частота самоубийств среди подростков в США за период с 1955 по 1985 выросла в три раза – с 4,1 до 12,9 на 100 000. В середине 1990-х годов самоубийства были второй по значимости после несчастных случаев причиной смерти подростков; при этом еще большее число подростков предпринимали неудачные попытки самоубийства. Попытки самоубийств у девушек в три раза вероятнее, чем у юношей, но последние в четыре раза чаще добиваются своей цели.

Самоубийства у подростков определяются тремя главными причинами: 1) депрессией, сопровождающейся чувством безнадежности; 2) ограниченным и негибким подходом взрослых к решению проблем, встающих перед подростками; 3) сложной внутрисемейной ситуацией, приводящей подростков к самоубийству или депрессии.

Нарушения пищевого поведения. Переедание, ведущее к ожирению, нервная анорексия (сознательное голодание), булимия (переедание с последующим очищением организма искусственно вызванной рвотой или с помощью слабительного) ставят под угрозу здоровье некоторых подростков. Анорексия и булимия обычно встречаются у девушек. Оба расстройства связаны с чрезмерной озабоченностью своим весом, возникающей как реакция на жесткое давление общепринятых норм женской красоты и привлекательности. Высказывалось предположение, что указанные нарушения обусловлены стремлением утвердиться в своей независимости от родителей, а принятие пищи – тот процесс, который подросток в значительной степени контролирует сам.

Злоупотребление алкоголем и наркотиками. Несмотря на убедительно доказанные отрицательные последствия злоупотребления алкоголем и наркотиками, привлекательность для подростков спиртных напитков, сигарет, марихуаны, кокаина и транквилизаторов остается весьма сильной. Эти отрицательные последствия включают физическое и психологическое привыкание, смерть из-за передозировки, автомобильные аварии, ухудшение здоровья, снижение уровня мотивации и продуктивной деятельности, а также (в случае внутривенного введения наркотиков) высокий риск заражения вирусом СПИДа . Существует также сильнейшая зависимость между употреблением наркотиков и алкоголя и преступностью. В сравнении со своими сверстниками, подростки, пристрастившиеся к наркотикам, совершают несоизмеримо больше преступлений и правонарушений.

**Группы риска у подростков**

Подростков, попадающих в «группы риска», можно разделить на следующие категории: неуспевающие учащиеся; бросившие школу; с отклоняющимися (от правовых и нравственных норм) поведением; подростки из бедных семей или традиционно осуждаемых групп населения – сбежавшие из дома, гомосексуалы и одинокие матери-подростки.

Беглецы. В США каждый год по крайней мере 1 млн детей сбегает из дома, от воспитателей и из государственных приютов. Причин тому множество, но большинство бежит из дома или места проживания потому, что им не хватает внимания, ухода, ощущения безопасности и открытости во взаимоотношениях. Беглецы ищут лучшего и более безопасного места жительства; вместо этого их обычно подстерегает опасности, голод, одиночество и сексуальная эксплуатация.

Молодые гомосексуалы. Подростки-гомосексуалы, подобно гетеросексуальной молодежи, довольно рано выбирают свою сексуальную ориентацию, но им приходиться это делать в условиях ненависти и осуждения со стороны общества. По признанию многих подростков-гомосексуалов, они чувствуют себя принадлежащими к презираемой категории людей, считающейся отвратительной и непристойной. Это клеймо может привести к таким последствиям, как остракизм со стороны товарищей; изгнание из семьи; злоупотребление наркотиками и попытки самоубийства от чувства одиночества; вызывающее поведение, особенно в сексуальной сфере, включая проституцию; побег из дома; обострение чувства отчужденности, изоляции и смятения. Понятно, что ряд перечисленных ситуаций сопряжен с повышенным риском заразиться СПИДом.

Одинокие матери-подростки. Матери-одиночки подросткового возраста рискуют оказаться изолированными, подвергнуться эксплуатации и жить в бедности. Трудности, связанные с воспитанием ребенка, сами по себе немалые, неизбежно усугубляются отсутствием партнера, профессии, образования, работы, денег и родительского опыта. Такой матери-одиночке необходима помощь семьи, чтобы она могла справиться с родительской ролью, получить образование, работу и стать активным членом общества. Иначе она с большим трудом найдет себе место в жизни и возможность обеспечить себя и своего ребенка. Подобно подросткам-беглецам и гомосексуалам, матери-одиночки в значительной степени подвержены депрессии, отчаянию и отчуждению. Главная задача общества – защищать подрастающее поколение от подстерегающих опасностей в ранимый, трудный период юности и оказывать ему всестороннюю помощь.