

ПРОГРАММА «ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ»

Занятие 1. Психологические особенности детей подросткового и раннего юношеского возраста (психические, физиологические и психологические аспекты взросления)

Цель: расширить знания родителей о психологических особенностях детей подросткового и раннего юношеского возраста.

Задачи:

- помочь родителям понять значение в жизни ребенка физиологических и психологических изменений, обратить внимание на собственное поведение в этот период.
- оказать содействие родителям в преодолении затруднений в общении с детьми подросткового и раннего юношеского возраста.

В своем развитии человек последовательно проходит различные возрастные периоды. Они являются определенными этапами жизни, каждый из которых выражается только ему присущими особенностями личности и психологическими функциями. У человека последовательно формируется интеллект, развивается логическая память, усиливается произвольное внимание, возникают высшие эмоции. Все это находит свое отображение не только во внешнем облике молодых людей, но и в их поведении.

Психологические особенности подросткового этапа

Условно границы подросткового возраста обозначаются от 11 до 15 лет. Проблема биологического фактора в развитии подростка обусловлена тем, что именно в этом возрасте происходит кардинальная перестройка в организме ребенка на пути к биологической зрелости.

В настоящее время наблюдается акселерация физического развития и полового созревания. Некоторые девочки оказываются на стадии начала половой зрелости в 10-11 лет, а мальчики – в 12-13 лет. Рост тела в длину, увеличение массы тела, окружности грудной клетки – все это специфические моменты физического развития в подростковом возрасте, которые обозначаются особым термином «скачок в росте».

В подростковом возрасте наступают резкие перемены во внутренней среде организма, связанные с изменениями в системе активнодействующих желез внутренней секреции. Так как эндокринные и половые железы тесно связаны, подростковый возраст с одной стороны характеризуется бурным подъемом энергии, а с другой стороны – повышенной чувствительностью к точечным воздействиям.

На фоне своей усиленной импульсивности и частой смены поведения подросток ссорится со сверстниками. По-другому начинают относиться подростки к родителям и педагогам. У ребенка развивается волевая сфера, авторитарность взрослых воспринимается им с явным негативом. Особенно болезненно подросток воспринимает такой стиль воспитания, который подавляет инициативу и активность. Однако и лишняя свобода ложится на него непосильным грузом.

Если родители не уважают своих детей и проявляют по отношению к ним безапелляционную требовательность, то подростки замыкаются в себе и становятся лживыми. Такое поведение взрослых приводит к формированию неуверенного в собственных силах, пассивного человека. Это, как правило, несамостоятельная, и в тоже время агрессивная личность с эгоистическими и асоциальными чертами характера. При доверительных отношениях, складывающихся между подростком и родителями, в ребенке развивается чувство собственного достоинства и самоуважения, повышается эмоциональный комфорт. Такой ребенок с легкостью устанавливает хорошие отношения со всеми людьми.

При достижении двенадцатилетнего возраста импульсивность подростка несколько сглаживается. Он начинает более позитивно смотреть на окружающий его мир. В этот период ребенок все более и более увеличивает свою автономию в семье, при этом усиливается влияние на его поведение сверстников. Подросток, достигший двенадцатилетнего возраста, начинает интересоваться противоположным полом и заботиться о своей внешности. В указанный период у человека происходит интенсивное развитие мышления и логической памяти. Что и определяет такие основные черты этого возраста, как терпимость, юмор и разумность.

Тринадцатилетний подросток часто обращен внутрь себя. В 13 лет бурно развиваются сознание и самосознание. Это вызывает интерес, прежде всего, к своей личности. Именно поэтому подросток нередко замыкается, проявляя особую чувствительность к критике. Ребенок становится избирательным к дружбе и начинает интересоваться психологией. При этом возникает критическое отношение к действиям родителей. В этом возрасте продолжается гормональное становление. Перестройка организма значительно усиливается, поддерживая при этом колебания настроения.

В 14 лет завершается процесс полового созревания человека. Подросток вновь переносит свое внимание на окружающий его мир. Он общителен и энергичен, экспансивен и уверен в себе. Одновременно повышается его интерес к людям, к их внутреннему миру. При этом подросток часто сравнивает себя с другими. Особенно бурно в таком возрасте развиваются операции мышления.

Основными особенностями пятнадцатилетнего возраста являются самостоятельность и максимализм. Ребенок проявляет жажду освобождения от любого внешнего контроля и стремится к полной независимости. Все это сочетается с началом этапа осознанного самовоспитания и развитием самоконтроля. Это период, когда идет построение первых серьезных жизненных планов. Однако ребенок становится ранимым и легко воспринимает вредное влияние. Порой он перестает доверять окружающим и дает неадекватную оценку себе и другим. Вследствие этого его поведение часто отклоняется от нормы. Не применяя к себе созданный идеал, подросток требует соответствия ему от других. Такому ребенку часто кажется, что люди относятся к нему отрицательно и не понимают его.

Психологические особенности переходного периода от подросткового к раннему юношескому возрасту

Этот период приходится примерно на 14(15)–16(17) лет. В переходный период появляются мотивы, отсутствующие у подростков: самосовершенствование (стремление повышать свой культурный уровень, желание стать интересным, «многознающим человеком») и связанный с ним интерес к учению. Значительно увеличивается привязанность к своей школе.

Подростки к моменту окончания основной школы не всегда в состоянии выбрать профессию и связанный с нею дальнейший путь обучения. Многие из них тревожны, эмоционально напряжены, боятся сделать какой-либо выбор и поэтому желают продлить обучение в школе до 11 класса. Другие же, не удовлетворенные своими настоящими успехами в школе, стремятся скорее ее окончить, но что будет потом, им тоже неясно и внушает опасение.

В процессе познания своего «Я» учащиеся начинают переживать наличие у себя отрицательных черт, считают, что сами виноваты во всех сложностях, возникающих у них в общении с другими людьми, хотят исправить собственные недостатки.

Важнейшим новообразованием этого переходного периода является потребность в неформальном, доверительном общении со взрослыми. Значимость общения со взрослыми связана прежде всего с тем, что оно дает знания, необходимые юношам и девушкам в будущей самостоятельной жизни.

Одним из существенных моментов становится формирование чувства взрослости. Особенно интенсивно развивается восприятие себя как человека определенного пола, включающее специфические для юношей и девушек потребности, мотивы, ценностные ориентации, отношения к представителям другого пола и соответствующие формы поведения.

Психологические особенности юношеского возраста

Юношеский возраст делится психологами на два этапа, возраст от 16 до 18 лет относится к ранней юности, а от 18 до 25 - к поздней.

Ранняя юность – это период завершения физического развития человека. В отношении полового развития большинство юношей и девушек уже находятся в постпубертатном этапе.

Главное психологическое приобретение ранней юности – открытие своего внутреннего мира. Обретая способность погружаться в себя, в свои переживания, юноша открывает целый мир эмоций, красоту природы, звуки музыки, новые краски. Однако, «Внутреннее Я» может не совпадать с внешним поведением, актуализируя проблему самоконтроля. Не случайно жалобы на слабоволие — самая распространенная форма подростковой и юношеской самокритики.

Главным измерением времени в самосознании юноши является будущее, к которому он себя готовит. Мечты о будущем занимают центральное место в его переживаниях.

В связи с развитием самосознания у старшеклассников возникает стремление к доверительности во взаимодействии с окружающими людьми. Доверительность становится качеством общения со взрослыми и сверстниками. Доверие к сверстнику реализуется в сфере интимно-личностного общения, главная цель которого – понимание и самораскрытие. Доверие к близкому взрослому основывается на отношении к взрослому как к одному из идеалов. Такая форма доверия актуализируется в ситуации затруднительности самостоятельного принятия решения, то есть в какой-то проблемной ситуации.

Самооценка юноши отличается повышенно оптимистическим взглядом на самого себя, на свои возможности. На основе такого представления о себе, о своем соответствии требованиям жизни наиболее продуктивно может осуществляться выбор жизненного пути.

Подростки и юноши значительно чаще, чем люди старшего возраста, чувствуют себя одинокими и непонятыми. Чувство одиночества проистекает от невозможности выразить в общении всю полноту чувств.

Число друзей своего пола у юношей от седьмого к десятому классу несколько уменьшается (у девушек такой тенденции нет), а приятелей, наоборот становится больше. Это свидетельствует о растущей избирательности дружбы. Одной из главных неосознаваемых функций юношеской дружбы является поддержание самоуважения. Юношеская дружба иногда выступает как своеобразная форма «психотерапии», позволяя молодым людям выразить переполняющие их чувства и найти подтверждение их у того, кто разделяет их сомнения, надежды и тревоги.

Юношеская мечта о любви выражает, прежде всего, потребность в эмоциональном контакте, понимании. Потребность в самораскрытии и интимной человеческой близости и чувственно-эротические желания очень часто не совпадают и могут быть направлены на разных партнеров. Для старшеклассников собственные переживания на первых порах иногда более важны, чем объект привязанности. Отсюда постоянная оглядка на мнения сверстников собственного пола, подражательность, хвастовство действительными, а чаще мнимыми «победами» и т. д. Взаимоотношения юношей и девушек сталкивают их с множеством моральных проблем.

Юноше бывает трудно совместить пробуждающуюся чувственность с нормами своего морального кодекса. Наряду с мальчиками, которые гипертрофируют физические аспекты сексуальности, есть и такие, кто всячески старается спрятаться от них. Психологической защитой им может служить аскетизм, подчеркнуто презрительное и враждебное отношение ко всякой чувственности. Идеалом такого юноши является не просто умение контролировать свои чувства, но и полное их подавление.

Другая типичная защитная установка - «интеллектуализм»: если «аскет» хочет избавиться от чувственности, так как она «грязна», то «интеллектуал» находит ее «неинтересной». Требования моральной чистоты и самодисциплины сами по себе положительны. Но их гипертрофия влечет за собой искусственную самоизоляцию от окружающих, высокомерие, нетерпимость, в основе которых лежит страх перед жизнью.

Таким образом, подростковый и юношеский возраст являются одними из самых непростых этапов в жизни каждого человека. В данный период возникает необходимость в самоопределении. Молодой человек встает перед выбором профессии, испытывает стремление доказать всем окружающим, что он готов к взрослой жизни и принятию самостоятельных решений. Родители и педагоги должны своевременно и активно поддерживать такие порывы. Молодой человек намного быстрее начнет принимать самостоятельные решения, если на начальном этапе он делает это со взрослыми, делегируя им ответственность за свои действия. В более поздний период сформировать независимость и жизненную смелость станет намного труднее.

Подготовила педагог-психолог А.М. Лазеева