*«Подростковый возраст — стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью (от 11–12 до 16–17 лет), которая характеризуется качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь»*. Попробую немного рассказать об особенностях и трудностях подросткового возраста.

Психологические особенности подросткового возраста получили название "подросткового комплекса". Что же он представляет собой?

Вот его проявления:

* чувствительность к оценке посторонних своей внешности
* крайняя самонадеянность и безаппеляционные суждения в отношении окружающих
* внимательность порой уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость с развязностью, желанием быть признанным и оцененным другими - с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами - с обожествлением случайных кумиров

Суть "подросткового комплекса" составляют свои, свойственные этому возрасту и определенным психологическим особенностям, поведенческие модели, специфические подростковые поведенческие реакции на воздействия окружающей среды.

Причина психологических трудностей связана с половым созреванием, это неравномерное развитие по различным направлениям. Этот возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью и резкими колебаниями настроения (от экзальтации до депрессии). Наиболее аффективные бурные реакции возникают при попытке кого-либо из окружающих ущемить самолюбие подростка.

Пик эмоциональной неустойчивости приходится у мальчиков на возраст 11-13 лет, у девочек - 13-15 лет.

Для подростков характерна полярность психики:

* Целеустремленность, настойчивость и импульсивность,
* Неустойчивость может смениться апатией, отсутствие стремлений и желаний что-либо делать,
* Повышенная самоуверенность, безаппеляционность в суждениях быстро сменяется ранимостью и неуверенностью в себе;
* Потребность в общении сменяется желанием уединиться;
* Развязность в поведении порой сочетается с застенчивостью;
* Романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью;
* Нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости.

Характерной чертой этого возраста является любознательность, пытливость ума, стремление к познанию и информации, подросток стремится овладеть как можно большим количеством знаний, но не обращая порой внимания, что знания надо систематизировать.

Стенли Холл назвал подростковый период периодом «Бури и натиска». Так как в этот период в личности подростка сосуществуют прямо противоположные потребности и черты. Сегодня девочка-подросток скромно сидит со своими родственниками и рассуждает о добродетели. А уже завтра, изобразив на лице боевую раскраску и проколов ухо десятком сережек, пойдёт на ночную дискотеку, заявив, что «в жизни надо испытать все». А ведь ничего особенного (с точки зрения ребенка) не произошло: она просто изменила мнение.

Как правило, подростки направляют умственную деятельность на ту сферу, которая больше всего их увлекает. Однако интересы неустойчивы. Месяц позанимавшись плаванием, подросток вдруг заявит, что он пацифист, что убивать кого бы то ни было — страшный грех. И по сему увлечется с тем же азартом компьютерными играми.

Одно из новообразований подросткового возраста – чувство взрослости.

Когда говорят, что ребёнок взрослеет, имеют в виду становление его готовности к жизни в обществе взрослых людей, причём как равноправного участника этой жизни. С внешней стороны у подростка ничего не меняется: учится в той же школе (если, конечно, родители вдруг не перевели в другую), живет в той же семье. Все так же в семье к ребенку относятся как к "маленькому". Многое он не делает сам, многое - не разрешают родители, которых все так же приходится слушаться. Родители кормят, поят, одевают свое чадо, а за хорошее (с их точки зрения) поведение могут даже и "наградить» (опять таки, по своему разумению – карманные деньги, поездка на море, поход в кино, новая вещь). До реальной взрослости далеко – и физически, и психологически, и социально, но так хочется! Он объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремиться к ней и претендует на равные со взрослыми права. Изменить они пока ничего не могут, но внешне подражают взрослым. Отсюда и появляются атрибуты "псевдовзрослости": курение сигарет, тусовки у подъезда, поездки за город (внешнее проявление "я тоже имею свою личную жизнь"). Копируют любые отношения.

Внешний вид подростка - еще один источник конфликта. Меняется походка, манеры, внешний облик. Ещё совсем недавно свободно, легко двигавшийся мальчик начинает ходить вразвалку, опустив руки глубоко в карманы и сплёвывая через плечо. У него появляются новые выражения. Девочка начинает ревностно сравнивать свою одежду и причёску с образцами, которые она видит на улице и обложках журналов, выплёскивая на маму эмоции по поводу имеющихся расхождений.
Внешний вид подростка часто становится источником постоянных недоразумений и даже конфликтов в семье. Родителей не устраивает ни молодёжная мода, ни цены на вещи, так нужные их ребёнку. А подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится ничем не отличаться от сверстников. Он может переживать отсутствие куртки – такой же, как у всех в его компании, - как трагедию.

|  |
| --- |
| **Внутренне происходит следующее.** У подростка появляется своя позиция. Он считает себя уже достаточно взрослым и относится к себе как к взрослому. Желание, чтобы все (учителя, родители) относились к нему, **как к равному**, взрослому. Но при этом его не смутит, что прав он требует больше, чем берет на себя обязанностей. И отвечать за что-то подросток вовсе не желает, разве что на словах. Стремление к самостоятельности выражается в том, что контроль и помощь отвергаются. Все чаще от подростка можно слышать: "Я сам все знаю!" (Это так напоминает малышовое "Я сам!"). И родителям придется только смириться и постараться приучить своих чад отвечать за свои поступки. Это им пригодится по жизни. К сожалению, подобная "самостоятельность" - еще один из основных конфликтов между родителями и детьми в этом возрасте. Появляются собственные вкусы и взгляды, оценки, линии поведения. Самое яркое - это появление пристрастия к музыке определенного типа. Ведущей деятельностью в этом возрасте является коммуникативная. Общаясь, в первую очередь, со своими сверстниками, подросток получает необходимые знания о жизни. Очень важным для подростка является мнение о нем группы, к которой он принадлежит. Сам факт принадлежности к определенной группе придает ему дополнительную уверенность в себе. Положение подростка в группе, те качества, которые он приобретает в коллективе существенным образом влияют на его поведенческие мотивы. Более всего особенности личностного развития подростка проявляются **в общении со сверстниками**. Любой подросток мечтает о закадычном друге. При чем о таком, которому можно было бы доверять «на все 100», как самому себе, который будет предан и верен, несмотря ни на что. В друге ищут сходства, понимания, принятия. Друг удовлетворяет потребность в самопонимании. Практически, Друг является аналогом психотерапевта.  |

Подростковый возраст часто называют периодом **диспро­порций в развитии**. В этом возрасте увеличивается внимание к себе, к своим физическим особенностям, обостряется реакция на мнение окружающих, повышается чувство собственного достоинства и обидчивость. Физические недостатки часто преу­величиваются.

Наиболее важным моментом психофизиологического разви­тия подростка является половое созревание и половая иденти­фикация, которые являются двумя линиями единого процесса психосексуального развития. На психофизиологическом уровне подростки могут испытывать дискомфорт от:

- неустойчивости эмоциональной сферы;

- особенностей высшей нервной деятельности;

- высокого уровня ситуативной тревожности.

Особенности развития познавательных способностей подро­стка часто служат причиной трудностей в школьном обучении: неуспеваемость, неадекватное поведение. Успешность обучения во многом зависит от мотивации обучения, от того личностного смысла, которое имеет обучение для подростка. Основное условие всякого обучения — наличие стремления к приобрете­нию знаний и измерению себя и обучающегося. Но в реальной школьной жизни приходится сталкиваться с ситуацией, когда подросток не имеет потребности в обучении и даже активно противодействует обучению.

Знание особенностей познавательной сферы подростка очень важно, потому что при обучении воспитании эти особенности нужно обязательно учитывать.

Восприятие является чрезвычайно важным познавательным процессом, который тесно связан с памятью: особенности вос­приятия материала обуславливают и особенности его сохра­нения.

Внимание в подростковом возрасте является произвольным и может быть полностью организовано и контролируемо подро­стком. Индивидуальные колебания внимания обусловлены ин­дивидуально-психологическими особенностями (повышенной возбудимостью или утомляемостью, снижением внимания после перенесенных соматических заболеваний, черепно-мозговых травм), а также снижением интереса к учебной деятельности.

К числу индивидуальных особенностей относятся индивиду­альные различия в функционировании памяти. Для успешности обучения подростка способам рационального запоминания.

необходимо знать преобладающий тип памяти и индивидуаль­ные особенности запоминания.

Связь памяти с мыслительной деятельностью, с интеллекту­альными процессами в подростковом возрасте приобретает самостоятельное значение. По мере развития подростка со­держание его мыслительной деятельности изменяется в направ­лении перехода к мышлению в понятиях, которые более углубленно и всесторонне отражают взаимосвязи между явле­ниями действительности.

Содержанием психического развития подростка становится развитие его самосознания. Одной из важнейших черт, характе­ризующих личность подростка, является появление устойчиво­сти самооценки и образа «Я».

Важным содержанием самосознания подростка является образ его физического «Я» — представление о своем телесном облике, сравнение и оценка себя с точки зрения эталонов «мужественности» и «женственности».

**Особенности физического развития** могут быть причиной снижения у подростков самооценки и самоуважения, приводить к страху плохой оценки окружающими. Недостатки внешно­сти (реальные или мнимые) могут переживаться очень бо­лезненно вплоть до полного непринятия себя, устойчивого чувства неполноценности.

Подростки чаще начинают опираться на мнение своих сверстников. Если у младших школьников повышенная тре­вожность возникает при контактах с незнакомыми взрослыми, то у подростков напряженность и тревога выше в отношениях с родителями и сверстниками. Стремление жить по своим идеалам, выработка этих образцов поведения может приводить к столкновениям взглядов на жизнь подростков и их родителей, создавать конфликтные ситуации. В связи с бурным биологиче­ским развитием и стремлением к самостоятельности у подростков возникают трудности и во взаимоотношениях со сверстниками.

**Упрямство, негативизм, обидчивость и агрессивность** подро­стков являются чаще всего эмоциональными реакциями на неуверенность в себе.

У многих подростков отмечаются **акцентуации характе­ра** - определенное заострение отдельных черт характера, со­здающих определенную уязвимость подростка (невротические расстройства, делинквентное поведение, алкоголизацию и наркоманизацию).

Ситуация развития подростка (биологические, психические, личностно-характерологические особенности подростка) пред­полагает кризисы, конфликты, трудности адаптации к соци­альной среде. Подросток, не сумевший благополучно преодо­леть новый этап становления своего психосоциального разви­тия, отклонившийся в своем развитии и поведении от общепри­нятой нормы, получает статус «трудного». В первую очередь это относится к подросткам с асоциальным поведением. Факторами риска здесь являются: физическая ослабленность, особенности развития характера, отсутствие коммуникативных навыков, эмо­циональная незрелость, неблагоприятное внешнесоциальное окружение. У подростков появляются специфические пове­денческие реакции, которые составляют специфический подро­стковый комплекс: - реакция эмансипации, которая представ­ляет собой тип поведения, посредством которого подросток старается высвободиться из-под опеки взрослых.