

Психологические особенности детей подросткового возраста

Старший подростковый возраст часто называют отроческим, переходным, периодом «бури и натиска», «гормонального взрыва», сложным периодом, связанным с кризисами развития. В это время происходит переход от ребенка к взрослому во всех сферах – физической (конституциональной), физиологической, личностной (нравственной, умственной, социальной).

Основной особенностью подросткового возраста является глубокая и болезненная перестройка организма — половое созревание.

Половое развитие в подростковом возрасте резко ускоряется и в течение сравнительно короткого периода наступает полноценная половая зрелость. Начинается половое созревание с повышения активности центральной нервной системы, вслед за ним развивается деятельность эндокринных желез. Возрастающее количество гормонов, вырабатываемых и выделяемых в кровь этими железами, и ведет к развитию всех признаков и проявлений полового созревания.

На первом этапе активность половых желез отстает от развития эндокринных центров. Этим объясняется неуравновешенное состояние центральной нервной системы, которое проявляется в нарушениях поведения. С одной стороны, подростки уже достаточно способны к самоконтролю, критически относятся к себе и окружающим, а с другой — у них преобладают процессы возбуждения над торможением. Поэтому они зачастую неадекватно резко реагируют на внешние воздействия: на замечания взрослых, учителей и сверстников, на происходящие события.

В то же время они часто внешне безразличны даже к важным событиям, равнодушны к оценкам, какими бы они ни были, хотя иногда взрываются по пустякам. Подростки как бы погружены в свой внутренний мир, где происходит что-то непонятное для них, они не могут осмыслить изменения, которые ощущают. Девочки эмоциональнее реагируют на внешние воздействия, более обидчивы, плаксивы, у них часто меняется настроение. И мальчики и девочки становятся шумными, не могут усидеть спокойно на одном месте, постоянно вертят что-то в руках.

В этот период у подростков отмечается повышенная утомляемость, усиленный рост, что приводит к нарушениям осанки, искривлению позвоночника. Усиленный рост скелета опережает рост мускулатуры, из-за чего появляется некоторая непропорциональность тела, угловатость. Подростки часто ощущают себя неуклюжими, неловкими.

На втором этапе полового созревания (седьмые-восьмые классы) происходит стабилизация взаимосвязи между центральной нервной системой, эндокринными центрами и половыми железами. В крови возрастает уровень половых гормонов. Под их влиянием у подростков развиваются вторичные половые признаки, увеличивается интерес к представителям противоположного пола, усиливается половое влечение.

Одним из центральных новообразований в личности подростка является возникновение у него чувства взрослости. Стать взрослым в понимании подростка означает, в первую очередь, быть самостоятельным. Стремление к самостоятельности проявляется во всем, он хочет, чтобы к нему относились

не как к ребенку, а как к взрослому. Поэтому у подростков (особенно у девочек) возникает повышенный интерес к своей внешности. У них формируется новый образ своего физического «Я», они болезненно переживают имеющиеся или даже мнимые изъяны лица (прыщи, угри).

Для удовлетворения чувства взрослости подростки пытаются во всем подражать взрослым (одежда, прическа, косметика, курение, вечеринки с танцами и выпивкой и другое). Конкретными образцами для подражания становятся более взрослые друзья, киногерои, попса и другие взрослые с «броской» внешностью.

Подражание делает подростка взрослым и в собственных глазах, и в глазах, как ему кажется, окружающих. При этом мнение сверстников для подростков более значимо, чем мнение учителей и родных. Именно на этапе полового созревания некоторые подростки начинают курить, употреблять наркотики, совершать противоправные действия, хулиганить, дерзить учителям.

Характер протекания этого процесса во многом определяется средой, где живет подросток, атмосферой, царящей в семье и школе, особенностями взаимоотношений с окружающими.

Подростковый возраст — остро протекающий переход от детства к взрослости. С одной стороны, для этого сложного периода показательные негативные проявления, дисгармоничность в строении личности, вызывающий 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 и 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 члену общества.

Важнейшей особенностью подростков является постепенный отход 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.

Поведение подростка регулируется его самооценкой, а самооценка формируется в ходе общения с окружающими людьми. Но самооценка младших подростков противоречива, недостаточно целостна, поэтому и в их поведении может возникнуть много немотивированных поступков. 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 подростков весьма противоречивы. С одной стороны, стремление во что бы то ни стало быть такими же, как все, с другой — желание 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».

Главное значение получаемых в школе отметок состоит в том, что они дают возможность занять в классе более высокое положение. Но если положение можно занять за счет проявления других качеств — ценность отметок падает. Учителей ребята воспринимают через призму общественного мнения класса. Поэтому подростки идут на конфликт с учителями, нарушают дисциплину и, чувствуя молчаливое одобрение одноклассников, не испытывают при этом неприятных субъективных переживаний.

«Подростковый комплекс»

Резко выраженные психологические особенности подросткового возраста получили название «подросткового комплекса». «Подростковый комплекс» включает перепады настроения — от безудержного веселья к унынию и обратно — без достаточных причин, а также ряд других: полярных качеств, выступающих попеременно. Чувствительность к оценке посторонними своей внешности, способностей, умений сочетается с излишней самонадеянностью и безапелляционными суждениями в отношении окружающих. Сентиментальность порою уживается с паразитической черствостью, болезненная застенчивость — с развязностью, желание быть признанным и оцененным другими — с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами — с обожествлением случайных кумиров, а чувственное фантазирование — сухим мудрствованием.

Подростки исключительно эгоистичны, считают себя центром вселенной и единственным предметом, достойным интереса, и в то же время в один из последующих периодов своей жизни они не способны на такую преданность и самопожертвование. Они могут страстно любить и оборвать эти отношения так же внезапно, как и начали. С одной стороны, они с энтузиазмом включаются в жизнь сообщества, а с другой — охвачены страстью к одиночеству. Иногда их поведение по отношению к другим людям грубо и бесцеремонно, хотя сами они неимоверно ранимы. Их настроение колеблется между сияющим оптимизмом и самым мрачным пессимизмом. Иногда они трудятся с не иссякающим энтузиазмом, а иногда медлительны и апатичны.

Реакция эмансипации

Реакция эмансипации — специфически-подростковая поведенческая реакция. Она проявляется стремлением высвободиться из-под опеки, контроля, покровительства старших — родных, учителей, вообще людей старшего поколения. Она может распространяться на установленные старшими порядки, правила, законы, стандарты их поведения и духовные ценности. Потребность высвободиться связана с борьбой за самостоятельность, за самоутверждение как личности. Эта реакция у подростков возникает при чрезмерной опеке со стороны старших, при мелочном контроле, когда его лишают минимальной самостоятельности и свободы, относятся к нему как к маленькому ребенку.

Проявления реакции эмансипации весьма разнообразны. Она может ощущаться в каждодневном поведении подростка, в желании всегда и везде поступать по-своему, самостоятельно. Одна из крайних форм проявления этой реакции —

побеги из дому и бродяжничество, обусловленное желанием «пожить свободной жизнью».

Большинство подростков в ответ на вопрос о том, как они принимают решения в повседневной жизни, утверждают, что испытывают трудности, общаясь с родителями, часто конфликтуют с ними. Конфликты могут возникать по поводу повседневных привычек (одежды, времени отсутствия дома). Зачастую они связаны со школьной жизнью (низкая успеваемость, не сделанные уроки, необходимость подготовки к экзаменам) и, наконец, с системами норм и ценностей. Желание снять эмоциональную зависимость от родителей гораздо больше выражено у мальчиков, чем у девочек.

Чувство взрослости подростка

Чувство взрослости, занимающее одно из самых существенных мест во внутренней позиции подростка, состоит в том, что он уже не хочет, чтобы его считали ребенком, он претендует на роль взрослого. Но реализовать данную потребность в серьезной деятельности школьник, как правило, не может. Отсюда стремление к «внешней взрослости», которая проявляется в изменении внешнего облика в соответствии с модой взрослых» в преувеличенном интересе к проблемам пола, курении, употреблении спиртных напитков и т. д.

Следует учесть, что повышенное внимание подростка к своей внешности связано с вполне определенными особенностями психического развития ребенка в этот период, со сменой ориентации подростков со взрослых на сверстников. Поэтому подростку очень важно отвечать тем нормам, которые приняты в их среде.

Ценностные ориентации подростков

У подростков наблюдается стремление более углубленно понять себя, разобраться в своих чувствах, настроениях, мнениях, отношениях. Жизнь подростка должна быть заполнена какими-то содержательными отношениями, интересами, переживаниями. Именно в подростковом возрасте начинает устанавливаться определенный круг интересов, который постепенно приобретает известную устойчивость. Круг интересов является психологической базой ценностных ориентаций подростка. Развивается интерес к психологическим переживаниям других людей и к своим собственным.

Подростковый кризис

В 12–14 лет в психологическом развитии многих детей наступает переломный момент, известный под названием «подросткового кризиса». Внешне он проявляется в грубости и нарочитости поведения подростка, в стремлении поступать наперекор желанию и требованию взрослых, в игнорировании замечаний, замкнутости и т. д.

Подростки, как правило, претендуют на роль взрослого человека. Их не устраивает отношение к себе как к детям, они хотят полного равноправия со взрослыми, подлинного уважения. Иные отношения их унижают и оскорбляют.

Подростковый возраст наиболее чреват возникновением разнообразных нарушений у детей, в том числе и нарушений учебной деятельности.

Формы негативного отношения подростков ко взрослым

В младшем подростковом возрасте пути компенсации неудовлетворенности своим положением в системе взаимоотношений со взрослыми обычно следующие: стремление к снижению ценности желаемого общения; стремление к замещающей деятельности; погружение в мир фантастических образов; фрустрация в форме агрессии или ухода от общения.

Для старших подростков более свойственны такие формы негативного отношения к взрослому, как реакция оппозиции (демонстративные действия негативного характера), реакция отказа (неподчинение требованиям), реакция изоляции (стремление избежать нежелательных контактов).

Преодоление конфликтов между подростками

Овладение нормами дружбы — важнейшее приобретение ребенка в подростковом возрасте. Преодоление конфликтов между одноклассниками заключается в создании таких объективных условий в коллективе, когда каждый подросток будет поставлен перед необходимостью развивать в себе качества хорошего товарища. Хорошие результаты дает совместная деятельность и переживание конфликтующими сторонами успеха общей деятельности. Организуемая деятельность должна быть значимой для коллектива и соответствовать возможностям включенных в нее подростков.

Учебная деятельность подростка

В учебной деятельности подростка развиваются внимание, память, мышление, закаляются воля и характер, проявляются способности. Однако не учение вообще изменяет личность подростка, а специфические, особенные, характерные способы усвоения разного по содержанию и форме учебного (и не учебного) материала. Характерной чертой этого возраста является пытливість ума, стремление к познанию, подросток жадно стремится овладеть как можно большим количеством знаний, при этом не обращая должного внимания на их систематичность.

Подростки направляют умственную деятельность на ту сферу, которая больше всего их увлекает. Подростки ценят преподавателей знающих и строгих, но справедливых, доброжелательных и тактичных, которые умеют интересно и понятно объяснять материал, в темпе организовать работу на уроке, вовлечь в нее учащихся и сделать ее максимально продуктивной для всех и каждого. Это же в равной степени относится и к воспитателям.

Трудности, связанные с обучением и воспитанием подростков, в том и состоят, что очень важно понять необходимость изменить привычные методы обучения и воспитания, изменить удачные в прошлом формы влияния и воздействия на школьников, в частности формы контроля за их жизнью и деятельностью.

Речь идет не о кризисе возраста, а о кризисе отношений между подростком и взрослыми, в частности преподавателями, воспитателями. Каждый возраст требует особого к себе отношения. И поэтому при обучении и воспитании подростка многое из того, что ранее было естественным и пригодным, становится неприемлемым, вызывает протест и сопротивление с его стороны.

Конечно, из всего сказанного 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. Подростки очень чувствительны к физическому развитию, пластичны, умеют быстро развить у себя спортивную форму.

Но учитывать указанные выше особенности при организации учебно-воспитательной работы необходимо.

На учебную деятельность подростка одновременно влияют несколько мотивов: если младшие хотят учиться ради самого учения и интереса к нему, то старшие – ориентируются на жизненные ценности, имеющие для них особый смысл.

Мотивы собственного роста, собственного совершенствования связаны с постоянной потребностью быть значимым, интересным для сверстников.

Примером узких учебных мотивов может быть стремление исправить плохую отметку в конце четверти. Поэтому ученик стремится не пропускать ни одного урока и дополнительного занятия по «нужному» предмету.

Мотивы престижа побуждают подростков учиться, чтобы быть лучшим среди сверстников. Для подростка стремление быть значимым и желание того, чтобы с ним считались, входит в структуру чувства взрослости.

Потребности в принятии подростка состоят в том, что ему нравятся друзья, с которыми можно обсуждать различные вопросы. Стремление к единению и принятию влияет на процесс, результат и организацию учебной деятельности.

Мотивы социального благополучия заключаются в желании как можно успешнее закончить обучение в суворовском училище и поступить в вуз. По мнению подростка, это путь к социальной успешности в будущем.

Любовь к близким людям – еще один мотив. Подросток старается быть примерным, чтобы не огорчать родителей или др. значимых для него взрослых.

Мотивы учебной деятельности не формируются спонтанно, независимо от содержания учебного предмета, роли преподавателя, воспитателя и родителей, а также вне соответствующего окружения.

Каковы причины неуспеваемости и к чему она приводит?

Для того чтобы учение приносило подростку радость открытия, желание заниматься умственной деятельностью, хорошо учиться, ему требуются определенные психофизиологические и психологические данные, поэтому причиной неуспеваемости могут быть низкая работоспособность, слабость нервных процессов, которые обуславливают быструю утомляемость, низкий темп выполнения задания (например, списывания с доски или анализа условий задачи на контрольной работе). Утомляемость подростка проявляется в вялости или суетливости, поспешности, при которых ему бывает трудно тщательно выполнять работу (например, писать сочинение, проверять ошибки, вспоминать правила). Психофизиологические свойства составляют основу темперамента и влияют как на учебную деятельность, так и на поведение в целом.

Психологические причины неуспеваемости связаны, прежде всего, с особенностями ощущений и восприятий (схватывающий и детализирующий тип восприятия, избирательность восприятия, особенности развития слухового или зрительного анализатора), памяти (умелое использование приемов запоминания, характер забывания, установка на долговременное и прочное запоминание, активное использование типа запоминания и пр.), особенностями мышления и качества ума (гибкость, скорость, широта и глубина ума и пр.), внимания (объем, устойчивость, переключаемость, распределяемость, концентрация).

Преобладание, например, зрительного типа запоминания предполагает, что подросток будет лучше помнить материал, если он рассмотрит схемы, рисунки, сделает чертеж. Незнание своих особенностей способствует слабому усвоению учебного материала и, как следствие, приводит к неуспеваемости.

Кроме психологических особенностей, на успеваемость подростка влияет его отношение к училищу, преподавателю и позиция учащегося. Бывает, что у подростка хорошо развиты психофизиологические и мыслительные свойства, память, но он плохо относится к училищу. Ему не нравятся преподаватели и сверстники. В результате учащийся будет кое-как выполнять учебные поручения, а в итоге потеряет интерес к учению.

В некоторых случаях слабо развитые память и мышление в сочетании с психофизиологическими особенностями – низкой работоспособностью, низким темпом выполнения заданий и т.д., но ответственным отношением к учению могут компенсировать в определенной мере то, что не зависит от регуляции учащегося. Однако часто это повторяться не может, и тогда происходит срыв: подросток вновь оказывается неуспевающим.

К причинам неуспеваемости подростка также относятся: психосоматические (заболевание, плохое самочувствие), педагогическая запущенность (подросток предоставлен сам себе, его никто не контролирует), психологические, зависящие от самого учащегося (разболтанность, неусидчивость, широкие, но неглубокие интересы, которые часто меняются).

Общие рекомендации

Педагоги и воспитатели! Вы много сил и энергии тратите для того, чтобы подростки хорошо учились, были вежливыми, терпимыми друг к другу. Но процесс взросления очень труден, нужно помочь ребятам преодолеть их трудности. Прежде всего, нужно иметь в виду следующее:

- Легче всего воздействовать на подростка, если он вам доверяет.
- Настроение подростка часто меняется из-за того, что в его организме происходят значительные гормональные изменения.
- Усталость подростка часто вызвана недостатком кислорода. Утомляемость и сонливость, рассеянность внимания и расторможенность влияют на его поведение, которое может быть неадекватным. Имейте это в виду, а также то, что замечания можно делать невербально (кивком головы, прикосновением и пр.).
- Предъявляйте разумные требования, которые должны быть выполнены к конкретному сроку. Пусть подросток отчитается в выполнении. Выполнение порученного должно быть проверено. Требования должны быть одинаковыми для всех.