

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Содержание:

1. Определение понятия: Старший подростковый возраст.

2. Физические и физиологические изменения.

Рекомендации. Родителям, преподавателям и кураторам не рекомендуется обращать внимание на те стороны, которые могут вызвать переживания у подростка.

Разговор по душам просто необходим. Затронуть в разговоре может затрагивать щекотливые вопросы, что необходима ежедневная гигиена половых органов, что половые связи подразумевают не только симпатию к человеку, но и определенный уровень ответственности, до которого еще предстоит дорасти.

В этом деле возникают немалые затруднения... Конечно, идеально, когда у Вас с подростками доверительные отношения. Если начинать строить все это внезапно, «по заказу», это - гораздо сложнее. Придется пускаться на хитрости - рассуждать о гипотетическом юноше (допустим, сыне дальнего знакомого, у которого совершенно случайно такой же возраст и такие же проблемы). При всей серьезности информации хорошо бы приложить и толику юмора - можно в шутливой форме обыграть какие-то факты из своего отрочества, главное - донести мысль об абсолютной нормальности всех происходящих изменений.

Какова бы ни была внешняя реакция подростков, в душе они очень ценят такие беседы: чувствовать мужское плечо рядом и знать, что они не одиноки в своих проблемах, для них очень важно!

Не забудьте научить подростка основам личной гигиены. Ежедневный туалет, чистое белье – обязательный пункт в программе ухода за собой. Не забывайте и о том, что у мальчишки активнее работают половые железы, естественно, появляется неприятный запах. Сам подросток может этого и не заметить, но вот сверстники заметят обязательно.

3. Личностные изменения.

Рекомендации: Механический перенос на подростков прежних воспитательных мер “борьбы с недостатками” оказывается крайне неэффективным, необходимы качественно иные воспитательные

воздействия – опора на положительные, конструктивные тенденции развития и новые психологические образования.

Все это требует от взрослых, окружающих подростка, пристального внимания к каждому подростку, предельной тонкости, деликатности, вдумчивости и осторожности при работе с ним.

Подростка надо **научить** заботиться о другом так же, как взрослые заботятся о родных и близких. Сначала это забота о себе самом (если можешь что-то сделать для себя сам, не проси других), затем – поддержка другого (моральная и физическая), которая сначала носит эпизодический характер, а впоследствии перерастает в помощь другому, в потребность облегчить выполнение деятельности или выразить сочувствие.

Взрослым следует помнить: чем больше потребность во взрослости и самостоятельности, тем больше следует проявлять уважительности к подростку, предоставлять ему самостоятельность в принятии решений, но при этом он должен больше отвечать за свою самостоятельность. Безответственность подростка, порождаемая нечеткостью заданий и обязанностей, приводит к расстройству настроения, особенно если за неисполнением обязанностей следует наказание.

Абсолютно недопустимо унижать и оскорблять подростков по каким бы то ни было причинам.

Помогайте подростку приобретать жизненный опыт.

Развивайте нравственные и коммуникативные качества подростка, которые помогли бы ему переключиться со своей личности на окружающих людей.

Помогайте подростку осознать свои актуальные потребности, для этого ставьте вместе с ним цели, помогающие ему достичь заветных желаний. Учите добиваться этих целей.

Помните, что подростки прислушаются к Вам только в том случае, если Ваш интерес к их проблемам будет искренним, внимание – неподдельным.

Не забывайте: самым действенным средством влияния на подростка является оценка значимой группы сверстников.

Одной из главных задач взрослых является помощь старшему подростку в поиске позитивной перспективы в жизни, в выборе путей получения образования после окончания учебы. Подросток получает возможность «собрать» свою личность: поставить цель в жизни, наметить пути самовоспитания, составить предварительный профессиональный план.

4. Общение подростка со сверстниками.

Рекомендации: *Подростку особенно присущи потребность в достойном положении в коллективе сверстников, стремление обзавестись верным другом, стремление избежать изоляции как в классе, так и в малом коллективе, повышенный интерес к вопросу о «соотношении сил» в классе.*

5. Учебная деятельность подростка.

Общие рекомендации

Кураторы, родители и педагоги! Вы много сил и энергии тратите для того, чтобы подростки хорошо учились, были самостоятельными, терпимыми друг к другу. Однако процесс взросления очень труден и нужно помочь подросткам 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.
- Не используйте двойные стандарты: кому-то что-то разрешаете, а кому-то то же самое запрещаете, потому что он вам не нравится.
- Вспышку гнева можно предупредить, если в присутствии всех отметить что-то хорошее. Особенно это касается эмоционально неуравновешенных подростков.
- Замечания, относящиеся ко многим, сообщайте спокойным тоном, разумно, без эмоционального подтекста. Если вы хотите сообщить свое мнение какому-то конкретному человеку, то высказывание должно касаться только какой-либо одной стороны деятельности или неудачного действия. Личность любого достойна уважения.
- К подростку, претендующему на оригинальность, самостоятельность и взрослость, обращайтесь как к равному.
- Наше настроение передается подросткам. Помните, что подростки смотрят на нас как в зеркало и подражают нам.
- Учебное заведение должно быть для подростка местом, где его понимают, где о нем заботятся. Например, очень часто подросток требует помощи не в выполнении домашнего задания (хотя и это возможно), он жаждет внимания.

Если подросток «сваливает» вину на других, взволнован тем, насколько хорошо успевают в учебе, если его эмоции поверхностны и неискренни, он врет легко и правдоподобно, легко впадает в состояние скуки, сердится, когда его поправляют и наказывают, не планирует наперед, все откладывает до последней минуты, то можно предположить, что он, вероятно, подвержен расстройствам настроения и существует возможность попасть в группу риска.

Слово родителя (преподавателя, куратора др.) – ничем не заменимый инструмент воздействия на личность. Искусство воспитания включает, прежде всего, искусство говорить, обращаться к человеческому сердцу и **чем сложнее ребенок, тем более выносливым психологически должны быть мы.**

1. Определение понятия: Старший подростковый возраст.

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).

Этот возраст не без основания называют критическим. В этот период в формировании личности происходят существенные сдвиги, которые приводят порой к коренному изменению поведения, прежних интересов, отношений.

Если изменения проходят быстро и интенсивно, то развитие приобретает скачкообразный и бурный характер. Эти изменения сопровождаются большими субъективными трудностями, возникающими у ребенка. Они вызывают у него сильные переживания (фрустрации), которые он не может объяснить.

Переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период **физического, умственного, нравственного, социального.** Важность подросткового возраста определяется и тем, что в нем **закладываются основы и намечаются общие направления формирования моральных и социальных установок личности.**

2. Физические и физиологические изменения

На втором этапе (этап половой зрелости) подросткового развития появляются первые признаки полового созревания, изменяется деятельность гипофиза, влияющего на физическое развитие, изменяется

темп роста костной и мышечной систем, ускоряется обмен веществ. Такие изменения происходят в возрасте до 14 лет.

Третий этап знаменует процесс активизации половых и щитовидной желез внутренней секреции. Этот этап характеризует начало собственно подросткового периода развития. В это время происходит бурный рост трубчатых костей (около 10 см в год), подростки начинают бурно расти, у них увеличивается окружность грудной клетки. Масса тела увеличивается медленнее, хотя пропорции тела сохраняются. Поэтому подросток выглядит неуклюжим, угловатым, нескладным: длинные руки, большие ступни, сутулый, с нарушенной осанкой. Кажется, что вытянутая фигура подростка непропорциональна, а координация движений нарушена. Вследствие развития лицевой части черепа изменяется лицо, выделяется нос. У мальчиков выдается кадык, и голова по сравнению с телом кажется маленькой. С точки зрения подростка, это не вполне привлекательные черты, они влияют на его поведение и самооценку: в новой обстановке он чувствует себя неуверенно, а потому застенчив. Конечно, подросток начинает сравнивать себя с другими и страдает от несоответствия идеалу.

Это вызывает и некоторые психологические проявления: подросток осознает свою угловатость, стесняется ее, старается замаскировать свою нескладность – принимает порой неестественные, вычурные позы, пытается бравадой и напускной грубостью отвлечь внимание от своей наружности. Даже легкая ирония и насмешка в отношении его фигуры, позы или походки вызывают часто бурную реакцию, подростка угнетает мысль, что он смешон и нелеп в глазах людей.

Родителям, преподавателям и воспитателям не рекомендуется обращать внимание на те стороны, которые могут вызвать переживания у подростка. К примеру, потеряв терпение, родитель или преподаватель может сделать подростку замечание: «Ты что, ничего не знаешь и не умеешь? Вон какой вымахал, а толку нет!»

Наблюдается возрастное несоответствие и в развитии сердечно-сосудистой системы. Сердце в это время значительно увеличивается в объеме, оно становится более сильным, работает более мощно, а диаметр кровеносных сосудов отстает в развитии. Это часто приводит к некоторым временным расстройствам кровообращения, возрастному повышению кровяного давления, напряжению сердечной деятельности, следствием чего являются наблюдающиеся порой у некоторых подростков головокружения, сердцебиение, головные боли, временная слабость, сравнительно быстрая утомляемость и т. д.

Самым важным фактом физического развития в подростковом возрасте является половое созревание, начало функционирования половых желез. Начало полового созревания у мальчиков можно отнести к 12–13 годам, большинство мальчиков созревает в половом отношении к 15–16 годам.

Реакция на взросление у не предупрежденного о грядущих изменениях мальчика обычно вполне предсказуемая - растерянность и испуг. Особенно смущает появление поллюций и все, что с этим связано. Как быть с этим новым телом, он пока не знает.

Поэтому разговор по душам просто необходим. Затронуть в разговоре нужно будет щекотливые вопросы, что необходима ежедневная гигиена половых органов, что половые связи подразумевают не только симпатию к человеку, но и определенный уровень ответственности, до которого еще предстоит дорасти.

В этом деле возникают немалые затруднения... Конечно, идеально, когда у Вас с подростками доверительные отношения. Если начинать строить все это внезапно, «по заказу», это - гораздо сложнее. Придется пускаться на хитрости - рассуждать о гипотетическом юноше (допустим, сыне дальнего знакомого, у которого совершенно случайно такой же возраст и такие же проблемы). При всей серьезности информации хорошо бы приложить и толику юмора - можно в шуточной форме обыграть какие-то факты из своего отрочества, главное - донести мысль об абсолютной нормальности всех происходящих изменений.

Какова бы ни была внешняя реакция подростков, в душе они очень ценят такие беседы: чувствовать мужское плечо рядом и знать, что они не одиноки в своих проблемах, для них очень важно!

Не забудьте научить воспитанника основам личной гигиены. Ежедневный туалет, чистое белье – обязательный пункт в программе ухода за собой. Не забывайте и о том, что у мальчишки активнее работают половые железы, естественно, появляется неприятный запах. Сам подросток может этого и не заметить, но вот сверстники заметят обязательно.

Отмеченные особенности развития сердечно-сосудистой системы, начало интенсивной деятельности желез внутренней секреции (в частности, щитовидной железы) приводят обычно к некоторым скоропроходящим нарушениям в деятельности нервной системы подростка.

Недостаточное насыщение мозга кислородом приводит к торможению и как следствие к изменению функционирования психических процессов, уменьшению объема внимания (способность удерживать в поле зрения несколько объектов одновременно), снижению скорости его переключения (умение перенести внимание с одного объекта на другой), к снижению способности распределения внимания (выполнение одновременно двух и более заданий) и его концентрации (умение работать сосредоточенно).

Нервная система подростка еще не всегда способна выдерживать сильные или длительно действующие монотонные раздражители и под влиянием их часто переходит в состояние торможения или, наоборот, в состояние сильного возбуждения. Так могут действовать на подростка

обилие впечатлений, сильные нервные потрясения, долгое ожидание волнующего события и т. д. Одни подростки под влиянием этого тормозятся, становятся вялыми и безучастными, сонливыми, рассеянными; другие – раздражительными, нервными, начинают нарушать дисциплину, совершать иногда абсолютно несвойственные им (а порой и вообще бессмысленные) поступки, что ставит в тупик преподавателя, воспитателя.

Резкая смена настроений и психических состояний, повышенная возбудимость, импульсивность, эмоциональная неустойчивость, утомляемость, раздражительность – наиболее яркие особенности проявления изменений в нервной системе и эмоциях, возникающих у подростка. В сфере личности они приводят к неусидчивости, смене настроения, которые взрослыми часто воспринимаются как лень.

3. Личностные изменения

Физиологические изменения влияют на психологическую и социальную зрелость, которые могут не совпадать.

Отдельно следует остановиться на **кризисе 15 лет**, который протекает со свойственной любому кризису симптоматикой: непослушание, грубость, немотивированное противостояние взрослым, негативизм по отношению к преподавателям и воспитателям, трагическое переживание ситуации невключенности в группу сверстников, надежда на неопределенное светлое будущее, бравада своей независимостью, приверженностью материальным интересам. Однако суть кризиса не столько в ярко выраженных его проявлениях, сколько в **качественном изменении процесса психического развития**. В 15 лет происходит резкое изменение переживаний – как их структуры, так и содержания.

Подросток подвержен сильнейшим переживаниям, вызванным как чувством наступающей взрослости и формированием **образа “Я”**, так и идентификацией с образом пола. Для подростков характерны переживания, связанные с их отношением к себе, к собственной личности, процессом познания себя, и преимущественно эти переживания отрицательные. Один из первых результатов самопознания – **заниженная самооценка**. По многим критериям – “ум”, “общение”, “здоровье”, “характер” и др. – в 10-балльном измерении подросток оценивает себя примерно на 5 баллов, а по критерию “счастье” не поднимается выше 3–4 баллов. Процесс самопознания идет по пути обнаружения все новых недостатков и негативных качеств, подросток во всем винит себя – и в плохой учебе, и в конфликте с родителями. Этому способствует усвоение им представлений и оценок, которые есть у окружающих взрослых. Исследования показывают, что родители и педагоги практически не видят положительных черт, достоинств подростка, тогда как суждения о недостатках предельно разнообразны, конкретны. Подросток еще не умеет опираться на сильные стороны своей личности, характера, свои достоинства, поэтому уязвим.

К новообразованиям кризиса 15 лет можно отнести изменение взаимоотношений между ребенком и взрослым, появляется необходимость выработки новых критериев оценки окружающих и себя самого.

Механический перенос на подростков прежних воспитательных мер “борьбы с недостатками” оказывается крайне неэффективным, необходимы качественно иные воспитательные воздействия – опора на положительные, конструктивные тенденции развития и новые психологические образования.

Все это требует от взрослых, окружающих подростка, пристального внимания к каждому подростку, предельной тонкости, деликатности, вдумчивости и осторожности при работе с ним.

Центральным и специфическим новообразованием в личности старшего подростка является возникающее у него представление о себе как уже не о ребенке, он начинает чувствовать себя взрослым, стремится быть взрослым. Своеобразие этой особенности, называемой чувством взрослости, заключается в том, что подросток отвергает свою принадлежность к детям, но у него еще нет ощущения подлинной, полноценной взрослости, хотя есть потребность в признании его взрослости окружающими. Это новый уровень притязаний, предвосхищающий новое положение, которого подросток еще не достиг. В этом и заключается глубокое **противоречие: подросток требует признания того, что на самом деле еще не сформировалось.** Но именно поэтому он столь остро реагирует на любое ущемление педагогами, воспитателями и родителями его взрослой позиции: грубит или плачет, поступает вопреки установленным нормам и правилам, курит или принимает алкоголь, вступает в ранние сексуальные отношения, чтобы доказать свою взрослость.

Чувство взрослости как специфическое новообразование самосознания – стержневая особенность личности, ее структурный центр, так как выражает новую жизненную позицию подростка по отношению к себе, людям и миру, определяет специфическое содержание его социальной активности, его переориентацию с одних норм и ценностей на другие – с детских на взрослые, от детских форм поведения, игровой деятельности к потребности проявить себя в профессиональной деятельности.

Взрослостью называется ощущение подростком себя как взрослого, стремление его поступать так, как поступает взрослый, и добиваться того, чтобы с ним считались так же, как со взрослым. У подростка формируются новые типы отношений со сверстниками, родителями и другими людьми, моральные принципы, новые представления о будущем.

Равнение подростка на взрослых проявляется в стремлении походить на них внешне, приобщиться к некоторым сторонам их жизни и деятельности, приобрести их качества и умения, права и привилегии, причем прежде всего те, в которых наиболее зримо проявляются их преимущества по сравнению с детьми.

Взрослость по отношению к себе проявляется у подростка в том, что он стремится перенять формы взрослого поведения, иногда с аддиктивными привычками (курение, употребление легких и крепких алкогольных напитков, нецензурная брань и пр.).

В психологической литературе противоречия подростка рассматриваются как возрастные кризисы, суть которых – в огромной энергии, рвущейся наружу для того, чтобы заявить о себе. Но многое непонятно во взрослом мире. Как им овладеть, вписаться в него, если еще нет необходимых жизненных навыков?

Рассмотрим и некоторые другие типы противоречий в формировании личности подростка.

Противоречие между требованиями, предъявляемыми новой деятельностью, и уже известными способами ее выполнения. Например, учебная деятельность в среднем звене школы требует абстрактного мышления, анализа через включение какого-либо явления в новую систему связей, что позволяет ученику мыслить отвлеченно, формулировать закономерности, открывать новые принципы действия или строить новые способы решения задачи. Но ученик привык решать задачи конкретного, уже известного типа. Он переносит эти способы действия в новые условия и не получает правильного ответа. Тогда школьник пытается подогнать решение под правильный ответ, который дается в конце учебника, т.е. выполняет деятельность «методом тыка».

Противоречия между потребностями и возможностями их удовлетворения. Чтобы реализовать потребности, нужна активность в достижении того, что может их удовлетворить. Скажем, подросток хочет иметь новый телефон, но материальных средств недостаточно. Не умея заработать деньги, он просит их у родителей. Если они отказывают ему, он ищет способы раздобыть денег. И если с нравственными принципами не все в порядке, возможно, деньги для покупки будут добыты нечестным путем. Только получит ли подросток удовольствие от этого? Начинает мучить совесть, появляется страх разоблачения, подросток страдает.

У большого числа подростков существуют противоречия между духовными и материальными потребностями. Дети не любят ждать, им хочется иметь всего много и сразу. Но поскольку потребности ненасыщаемы, то их удовлетворение часто не ощущается как большая радость. Появляется новая потребность большего масштаба. В итоге возникает ситуация, про которую русский педагог и врач А. Ф. Лесгафт писал: «Сначала ребенок потребует конфету, потом конфету с ромом, затем ром с конфетой, а, в конце концов, – один ром».

Потребности проявить себя в среде сверстников, желание показаться интересным и привлекательным, особенно противоположному полу, и переживания по поводу внешности. Несоответствие роста мышечной массе «создает» не ту внешность, о которой подросток мечтает. Отсюда возникает мнение о своем

физическом уродстве. Это противоречие может мешать подростку заниматься «публичными» видами деятельности.

Желание реализовать себя и неумение — это сделать. Подросток испытывает дефицит в значимых людях и исповедальных видах общения. Но последнее иногда невозможно осуществить, так как взрослые не понимают его намерений поговорить, порассуждать.

Сосредоточенность подростка на себе, своих проблемах выражается в том, что для формирующегося человека чрезвычайно важно внимание окружающих к его личности, их равнодушное отношение к достижениям и удачам. Понимания, одобрения, восхищения ищет подросток у друзей и взрослых. Эмоциональная зависимость от взрослых находит свое выражение в жажде глубокого понимания родителями, воспитателями, педагогами и др. взрослыми.

Психолого-педагогическая и воспитательная работа со старшими подростками должна в полной мере учитывать актуальные возрастные потребности подростков и противоречия, возникающие при их реализации. Педагог, воспитатель, психолог, помогая подростку удовлетворить актуальную потребность или разрешить противоречие, выводит его на новый качественный уровень развития. При этом педагог или психолог целенаправленно формирует у подростка новые потребности и цели, наполненные положительным социальным смыслом, развивает его нравственные и волевые качества.

Таким образом, подростки очень нуждаются в общении с друзьями, в любви и понимании родителей, близких людей, во внимании окружающих людей к себе, как к личности. Оценка и положительная эмоциональная поддержка взрослых и сверстников приобретают для него первостепенное значение.

4. Взаимоотношения подростка и взрослого

Один из компонентов взрослости подростка – его новые отношения с родителями и взрослыми. Претензии подростка на новые права распространяются прежде всего на эту сферу отношений.

Отношения к подростку в семье и вообще у взрослых постепенно меняются: если раньше он считался маленьким, о котором все заботились, то теперь, наоборот, требуется его забота о ком-то.

*Подростка надо **научить** заботиться о другом так же, как взрослые заботятся о родных и близких. Сначала это забота о себе самом (если можешь что-то сделать для себя сам, не проси других), затем – поддержка другого (моральная и физическая), которая сначала носит эпизодический характер, а впоследствии перерастает в помощь другому, в потребность облегчить выполнение деятельности или выразить сочувствие.*

Но забота о другом не проявляется сама по себе, без всяких стимулов и мотивов.

В заботе друг о друге изменяется позиция подростков и их отношение к окружающей жизни. В общих делах рождается понимание того, что радостную, наполненную жизнь надо учиться активно строить самому. Тогда возникает ответственность за свои поступки перед собой и своими товарищами, стремление стать лучше. И такая позиция заставляет подростков иначе видеть свое будущее.

Цель товарищеской заботы взрослого – раскрытие и развитие творческих сил подростка в конкретных делах и поступках на общую радость и пользу. Сущность товарищеской заботы – единство уважения и требовательности к человеку.

Отношения подростка со взрослыми перестраиваются, причем не всегда «по вектору» взаимопонимания.

Подростки сравнивают свое поведение с теми образцами, которые предлагаются ближайшим окружением: родителями, преподавателями, кураторами и другими значимыми для него взрослыми. При возникновении несоответствия между реальным поведением и предлагаемыми образцами в самосознании ребенка формируются негативные отношения как к предлагаемым ценностям, так и к самому себе.

И когда у подростка перед глазами несколько примеров, неминуемо кто-то является положительным, а кто-то – отрицательным героем.

Иногда в семье то один родитель, то другой просит помощи в разрешении конфликта между ними у своих детей–подростков, а подростки хотят автономии и обособления. Аналогичная ситуация может сложиться и в классе, в котором существует непонимание (несогласованные действия) между классным руководителем и воспитателем.

Для подростка очень важно, чтобы его взрослость была замечена окружающими, чтобы форма его поведения не была детской. Ценность работы для подростка определяется ее взрослостью, а возникающие представления о нормах поведения провоцируют на обсуждение поведения взрослых, обычно весьма нелицеприятно, отсюда и типичные возрастные конфликты. Там, где подросток обделен вниманием взрослых, где нет доверительных взаимоотношений, формируется чувство враждебности ко всему окружающему миру.

Несмотря на ощущение себя взрослым, подросток осознает, что во взрослый мир ему трудно войти из-за отсутствия разных навыков и умений, которые есть у взрослого, мировоззрения, неприятия многих устремлений взрослых людей. Подросток ставит перед собой вопросы и уже не спрашивает ответы на них у взрослых, а сам мучительно хочет докопаться до истины. Например: «Почему взрослые говорят одно, а делают другое?», «Почему разные взрослые предъявляют к подростку разные требования?» и т.д.

В период полового созревания подросток борется за свою свободу от опеки взрослых и настаивает на своих правах и самостоятельности, но это совсем не значит, что взрослые должны «вестись» на эти требования. Как

правило, ребенок за свободу-то борется, но при этом ее боится: психологи, работающие с подростками, говорят, что многие подростки признаются, что им хотелось бы, чтобы родители были строже и учили бы, что хорошо и что плохо.

Стремление к независимости сопровождается появлением собственных взглядов на многое: **учение, труд, времяпрепровождение, деньги, взаимоотношение полов, смысл жизни**. Но, тем не менее, если ценности и нормы, пропагандируемые взрослыми, принимаются, то они чтутся подростком. Но если ценности и нормы не принимаются, то самостоятельное определение своих желаний, поступков принимает форму демонстраций: «Почему вы диктуете мне, что мне делать? Я сам решу».

Все большее место занимает критика образа жизни взрослых, их установок и образа действий. Общение взрослых и подростка становится весьма конфликтно и противоречиво. Конфликты между взрослыми и подростками приводят к появлению очень устойчивой личностной тревожности.

Подростки гипервнимательны к вежливости и тактичности взрослых, но сами не всегда ведут себя корректно.

Взрослым следует помнить: чем больше потребность во взрослости и самостоятельности, тем больше следует проявлять уважительности к подростку, предоставлять ему самостоятельность в принятии решений, но при этом он должен больше отвечать за свою самостоятельность. Безответственность подростка, порождаемая нечеткостью заданий и обязанностей, приводит к расстройству настроения, особенно если за неисполнением обязанностей следует наказание.

Абсолютно недопустимо унижать и оскорблять подростков по каким бы то ни было причинам.

Во взаимоотношениях с подростками взрослые могут: принимать их такими, какие они есть (положительно относиться к подростку вне зависимости от конкретных успехов ребенка) или, наоборот, эмоционально отвергать его поведение (отрицательно, порой даже враждебно, относиться к подростку, без заботы и уважения к нему); стремиться к постоянному контролю и директивному стилю управления или к психологической автономии, быть последовательным или непоследовательным в воспитании.

Эмоционально принимающие детей, сочувствующие им взрослые, создают у подростка уверенность в себе. **Эмоциональное отвержение** формирует у подростка агрессивность, недоверие к миру, неуверенность в себе.

Директивность взрослых состоит в том, что они управляют подростком, внушают ему чувство вины. Директивность вызывает у подростка протест, негативизм, отрицание ценностей взрослых, стремление к независимости и самостоятельности. **Автономность** взрослых возникает при отсутствии внимания к потребностям подростка, при чрезмерной

погруженности в собственные дела и переживания. В этих случаях подростки излишне самостоятельны. В основе этой самостоятельности – безразличие взрослых.

Непоследовательность взрослых проявляется в резкой смене стиля отношений – от принятия подростка к резкому эмоциональному отвержению. При этой тактике подросток чувствует себя незащищенным и нестабильным. Автономность взрослых в сочетании с непоследовательностью свидетельствует об их безразличии. Подростки чувствуют себя «не нужными». Но взрослые вынуждены их заметить, когда случается что-то критическое, неординарное: подрался, нарушил дисциплину, совершил кражу и т.п., в результате чего взрослым надо что-то предпринимать. Обычно же кажущийся покой никого из взрослых не волнует, а за нарушение покоя усиливаются наказания.

Одна из **главных потребностей** ребенка – **безопасность**. Это означает желание быть любимым, защищенным. Если взрослые, особенно родители - сумасброды, не выполняют обещаний, смеются и иронизируют над детьми, предпочитают одних детей другим, у ребенка развиваются глубинная враждебность и нейротизм, появляются беспомощность, страх и чувство вины.

Подросток начинает сопротивляться требованиям, которые раньше охотно выполнял: он обижается и протестует, когда ограничивают его самостоятельность и вообще «как маленького» опекают, направляют, контролируют, требуют послушания, наказывают, не считаются с его интересами, отношениями, мнениями и т.п. У подростка появляется обостренное чувство собственного достоинства, он осознает себя человеком, которого нельзя подавлять, унижать, лишать права на самостоятельность. Существовавший в детстве тип отношений со взрослыми становится для подростка не приемлемым, не соответствующим его представлению об уровне собственной взрослости. Права взрослых он ограничивает, а свои расширяет и претендует на уважение его личности и человеческого достоинства, на доверие и представление самостоятельности, т.е. на известное равноправие со взрослыми и старается добиваться признания ими этого. Наряду с этим подросток характеризуется повышенной утомляемостью, ярко выраженной эмоциональностью, иногда резкостью в суждениях (до грубости).

Новые нормы отношений со взрослыми – важное содержание формирующегося этического мировоззрения подростка: стремление отмежеваться от всего подчеркнуто детского; отсутствие авторитета взрослого; отвращение к необоснованным запретам; восприимчивость к промахам воспитателей и преподавателей; переоценка своих возможностей, реализация которых предполагается в отдаленном будущем; отсутствие адаптации к неудачам; тенденция предаваться мечтаниям; требовательность к соответствию слова делу.

В то же время подросток ориентируется на качества взрослого, стремясь приобрести такие же, освоить взрослые роли и умения. Мальчики стремятся в этом освоении походить на настоящего мужчину (его смелость, мужскую сноровку, мужество, волю и пр.). Если взрослый выступает образцом деятельности и поведения, то в сотрудничестве с ним подросток занимает позицию его помощника. Участие в совместном труде формирует ответственность, самостоятельность, внимательность.

Благополучная форма перехода к новому типу отношений возможна, если родитель сам проявляет инициативу или, учитывая требования подростка, перестраивает свое отношение к нему.

От старшего подростка общество требует профессионального самоопределения, хотя и первоначального. При этом подросток должен разобраться в собственных способностях и склонностях, иметь представление о будущей профессии и конкретных способах достижения профессионального мастерства в избранной области. Однако далеко не все старшие подростки к концу обучения в 9-м классе могут выбрать профессию и связанный с нею дальнейший путь обучения. Многие из них тревожны, эмоционально напряжены и боятся любого выбора. В это время усиливается значимость собственных ценностей, хотя девятиклассники еще во многом подвержены внешним влияниям. В связи с развитием самосознания усложняется отношение к себе. Если раньше подростки судили о себе категорично, прямолинейно, то теперь они делают это более тонко.

Помогайте подростку приобретать жизненный опыт.

Развивайте нравственные и коммуникативные качества подростка, которые помогли бы ему переключиться со своей личности на окружающих людей.

Помогайте подростку осознать свои актуальные потребности, для этого ставьте вместе с ним цели, помогающие ему достичь заветных желаний. Учите добиваться этих целей.

Помните, что подростки прислушаются к Вам только в том случае, если Ваш интерес к их проблемам будет искренним, внимание – неподдельным.

Не забывайте: самым действенным средством влияния на подростка является оценка значимой группы сверстников.

Одной из главных задач взрослых является помощь старшему подростку в поиске позитивной перспективы в жизни, в выборе путей получения образования после окончания учебы. Подросток получает возможность «собрать» свою личность: поставить цель в жизни, наметить пути самовоспитания, составить предварительный профессиональный план.

5. Общение подростка со сверстниками

Подросток не мыслит себя вне общения со сверстниками, друзьями. Дружба значит для него многое: она позволяет помериться силами –

физическими и духовными – с равными себе, оценить себя и других, ощутить свою индивидуальность. Потребность реализовать себя в общении со значимыми для подростка сверстниками возникает потому, что они становятся своеобразным зеркалом, которое отражает сходство с ними и отличия. Сверстники становятся эталоном для подражания, по ним подросток сверяет свои ценности. **Потребность быть принятым средой значимых людей, боязнь быть отвергнутым являются главными в общении подростка.** В связи с этим отношения с преподавателями, воспитателями, родителями и сама учебная деятельность могут быть отодвинуты на задний план. Подростки ищут поддержку у сверстников, чтобы справиться с физическими, эмоциональными и социальными изменениями, которые с ними происходят.

У подростка формируются ценности, которые больше понятны и близки сверстнику, чем взрослым. Общение со взрослыми уже не может целиком заменить общения со сверстниками.

Для подростка отношения со сверстниками выделяются в сферу его собственных, личных отношений, в которых он действует самостоятельно. Он считает, что имеет право на это, защищает свое право, и именно поэтому нетактичное вмешательство взрослых вызывает обиду, протест.

У подростка очень ярко проявляется стремление к общению и совместной деятельности со сверстниками, желание жить коллективной жизнью, иметь близких товарищей, друга, желание быть принятым, признанным, уважаемым товарищами.

Самая неприятная для подростка ситуация – искренне осуждение коллектива, товарищей, нежелание общаться, а самое тяжёлое наказание – открытый или негласный бойкот.

Отторжение коллектива - всегда сильнейший стресс. И порой непросто найти реальные причины, которые скрыты за этим. Иногда какая-то мелочь становится предметом насмешек, а часто у истоков - неприятие ребенка лидером взвода или группы, от мнения которого зависит и отношение остальных. В подобных ситуациях подростку непременно нужно постараться помочь. Придется либо переубедить подростка, доказывая, что он достоин уважения, либо трезво оценить силы и вывести его из-под возникшего гнета. Если в подростковом коллективе упорно делают из кого-то «козла отпущения», ситуация часто слишком сложна, и порой ребенка нужно буквально вытаскивать из этого, например, путем перевода в другой класс.

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. Важнейшие нормы кодекса товарищества подростков – уважение достоинства, равенство, верность, помощь товарищу, честность. А для воспитания положительных качеств характера лучше спорта, пожалуй, еще ничего не придумали. Спорт учит и

выстраивать стратегию победителя, и переживать проигрыши, и дает так необходимую в этом возрасте физическую нагрузку, от которой здоровеет не только тело, но и дух.

Овладение нормами дружбы составляет важнейшее приобретение ребенка в подростковом возрасте. В дружбе подросток начинает определять ориентиры, жизненно важные для его поведения, постоянно сверяя то, что он делает, с тем, что от него ждут другие. Он думает, как привести свои мнения, чувства или поступки в соответствие с уже принятыми группой. Поэтому оказывается, что конкретная личность – это то, что есть не для себя, а для других, поскольку только через других личность обретает себя и в других она продолжается и живет. Важно и то, что в группе возникает феномен возложения ответственности. Это устойчивая позиция личности, связанная с признанием правомерности другого наложить санкции в форме одобрения либо наказания за успех или неудачу совместного мероприятия. Если в группе сплоченность низкая, то неудача приписывается другому, если же высокая, то личность становится причастной к успеху, которого добились все.

Дружба с конкретным другим возникает по разным причинам. Если в значимой группе, с которой общается подросток, ценится сила, выносливость, ловкость и пр., то он объединяется с ребятами, имеющими эти физические качества. Такая дружба способствует тому, что подросток будет заниматься физическими упражнениями или спортом. Такая дружба основана на внушаемости. Подросток хочет быть таким же, как другие. Поэтому подражает более сильному, в т.ч. в манере держаться и разговаривать. Еще один вариант: подросток стремится к ребятам, которые ценят его за какое-то качество (знания, умения что-то изобретать, играть в шахматы или шашки и т.п.). Его личность становится ценной для других, и он чувствует себя нужным. Такая дружба развивает навыки управления, командования. Подросток становится увереннее и ощущает себя лидером. Взаимодействие ребят при этом происходит в форме доминирования. Один диктует свои правила, другие должны подчиняться. Третий вариант подростковой дружбы: оба (или несколько) имеют одинаковый потенциал и становятся лидерами. В такой дружбе взаимодействие подростков принимает форму состязания или борьбы. Цель деятельности у ребят одна – соревнование, и отношения в ней построены на равенстве сторон. Такая дружба становится значимой на долгие годы.

Вариантов дружбы может быть много.

Однако непростая ситуация складывается и в том случае, когда у подростка нет друзей. Кроме учебы и обязательных дел, он не знает, куда себя деть, чем заняться. Он может чувствовать себя отверженным.

Направленность личности подростков в общении определяется энергетическим потенциалом. Чтобы перейти на новый этап развития, подростку надо что-то преодолеть. Преодоление является основным источником активности личности подростка. Эта активность иногда слабо

контролируется сознанием, в ней много разрушительного. Когда подросток предпринимает какие-то экстремальные действия или хочет поразить кого-то, чтобы обратить на себя внимание, то чаще всего результат бывает негативным и сказывается на его дальнейшей жизни.

Конструктивна дружба в том случае, если ребятам комфортно друг с другом, они чувствуют себя уверенно и спокойно, не переходят границы разумного риска, соблюдают правила поведения, лучше учатся, сохраняют близость и взаимопонимание со значимыми для них взрослыми. С друзьями подростков объединяют общие вопросы. В подростковом возрасте ребята заявляют: «Мне легко говорить с другом обо всем. У нас нет с ним никаких недоразумений», «Я все доверяю моему другу. Я знаю, о чем он думает, даже если он молчит». Когда дружба становится тесной, подростки начинают советоваться с друзьями по многим вопросам.

Подростку особенно присущи потребность в достойном положении в коллективе сверстников, стремление обзавестись верным другом, стремление избежать изоляции как в классе, так и в малом коллективе, повышенный интерес к вопросу о «соотношении сил» в классе.

6. 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 неучебного) материала. Характерной чертой этого возраста является **пытливость 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 кураторам.

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 преподавателю, родителям, и позиция учащегося. 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

Кураторы, родители и педагоги! Вы много сил и энергии тратите для того, чтобы подростки хорошо учились, были самостоятельными, терпимыми друг к другу. Однако процесс взросления очень труден и нужно помочь подросткам 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.

- Не используйте двойные стандарты: кому-то что-то разрешаете, а кому-то то же самое запрещаете, потому что он вам не нравится.

- Вспышку гнева можно предупредить, если в присутствии всех отметить что-то хорошее. Особенно это касается эмоционально неуравновешенных подростков.

- Замечания, относящиеся ко многим, сообщайте спокойным тоном, разумно, без эмоционального подтекста. Если вы хотите сообщить свое мнение какому-то конкретному человеку, то высказывание должно касаться только какой-либо одной стороны деятельности или неудачного действия. Личность любого достойна уважения.

- К подростку, претендующему на оригинальность, самостоятельность и взрослость, обращайтесь как к равному.

- Наше настроение передается подросткам. Помните, что подростки смотрят на нас как в зеркало и подражают нам.

- Учебное заведение должно быть для подростка местом, где его понимают, где о нем заботятся. Например, очень часто подросток требует помощи не в выполнении домашнего задания (хотя и это возможно), он жаждет внимания.

Если подросток «сваливает» вину на других, взволнован тем, насколько хорошо успевает в учебе, если его эмоции поверхностны и неискренни, он врет легко и правдоподобно, легко впадает в состояние скуки, сердится, когда его поправляют и наказывают, не планирует наперед, все откладывает до последней минуты, то можно предположить, что он, вероятно, подвержен расстройству настроения и существует возможность попасть в группу риска.

Слово родителя (преподавателя, куратора др.) – ничем не заменимый инструмент воздействия на личность. Искусство воспитания включает, прежде всего, искусство говорить, обращаться к человеческому сердцу и **чем сложнее ребенок, тем более выносливым психологически должны быть мы.**