

ОСНОВЫ ПОДРОСТКОВОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ

(во исполнение п.5 Постановления Территориальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав при администрации города Нижневартовска № 66 от 30.12.2014)

Старший подростковый возраст является особенно чувствительным к формированию ценностных ориентаций, поскольку способствует становлению мировоззрения и собственного отношения к окружающей действительности.

Основным новообразованием в старшем подростковом возрасте традиционно считается жизненное и профессиональное самоопределение, осознание своего места в будущем. Оптимальным для благополучного развития личности является удовлетворенность настоящим и, в то же время, устремленность в будущее.

Развитие личности в условиях природного и предметного мира происходит через межличностные отношения; в частности, для подростков наиболее значимой становится сфера общения со сверстниками. Для них становится важным:

- умение познакомиться с понравившимся человеком;
- свободно чувствовать себя в компании, разделяя нормы и интересы значимой для него группы;
- ощущать, что при этом он не теряет индивидуальность, а может высказывать свои мысли и выражать чувства;
- подростку важно, чтобы его взрослость была заметна окружающим;
- подростку важно, чтобы его форма поведения не была детской;
- «Героем» подростка является активный, целеустремленный, успешный человек;
- подросток склонен к мечтанию и фантазированию;
- группе подростков свойственно возникновение кодексов;
- подросткам свойственно обсуждение поведения взрослых, причем не в лицеприятной форме.

Главное новообразование юношеского возраста – открытие «Я», развитие рефлексии (отражение себя в своем образе «Я»), осознание собственной индивидуальности и ее свойств, появление жизненного плана, установки на сознательные сферы жизни, что направляет «Я» на практическое включение в различные виды жизнедеятельности. Этот процесс сопровождается различными проявлениями, как негативными, так и позитивными.

Для подросткового периода свойственны беспокойство, тревога, раздражительность, диспропорция в физическом и психическом развитии, агрессивность, метания, противоречивость чувств, абстрактность бунта, меланхолия, снижение работоспособности.

Позитивные проявления выражаются в том, что у подростка появляются новые ценности, потребности, ощущение близости с другими людьми, с природой, новое понимание искусства. Важнейшими процессами переходного возраста являются: расширение жизненного мира личности, круга ее общения, групповой принадлежности и увеличения числа людей, на которых она ориентируется. Для старшего подросткового возраста типичными являются внутренняя противоречивость, неопределенность уровня притязаний, повышенная застенчивость и одновременно агрессивность, склонность принимать крайние позиции и точки зрения. Чем резче различия между миром детства и миром взрослости, чем важнее разделяющие их границы, тем ярче проявляются напряженность и конфликтность.

Преодоление трудностей начинается при столкновении подростка с опасностями, угрозами или требованиями, которое проходит в три стадии: первичная (когнитивная и аффективная) оценка ситуации, вторичная оценка альтернативных возможностей решения проблемы и третичная оценка, то есть переоценка ситуации и выбор новых альтернатив поведения.

Самосознание подростка как новообразование возраста способствует более глубокому пониманию других людей. Социальное развитие, которое приводит к образованию личности, приобретает в самосознании опору для своего дальнейшего развития.

Формирование самосознания тесно связано с развитием представлений о времени. У подростка формируется представление о прошлом и будущем, что приводит к открытию конечности существования, вызывая тревогу и страх. Однако в последствии ощущение личностной идентичности предполагает среди прочего чувство стабильности и неизменности во времени, снижает тревогу перед различного рода неопределенностью. Идентичность, таким образом, основывается на осознании временной протяженности: «Я» охватывает принадлежащее ему прошлое

и устремляется в будущее, осуществляя значимые выборы среди возможных путей развития личности.

Поиск личной идентичности – центральная задача периода взросления. Конфликтным фактором в данном случае является трудность согласования собственных переживаний, переживаний окружающих и приспособления к общественным нормам. Особую трудность создают ситуации принудительной изоляции, когда слишком остро ощущается дефицит социальных норм, порождающий неадекватное поведение.

Источник внутренних конфликтов и девиантного поведения заключается в различии между реальной и идеальной самооценкой, проявляющемся особенно ярко в старшем подростковом возрасте. Большое расхождение между Я-реальным и Я-идеальным считается тревожным симптомом, т.к. нередко ведет к нарушениям поведения и социально-психологической адаптации подростка. Многие проблемы, характерные для старшего подросткового возраста, объясняются увеличением расхождения между Я-реальным и Я-идеальным, а кроме того, выпадением одной из составляющих положительной Я-концепции. Положительная Я-концепция определяется 3 факторами: твердой убежденностью в импонировании другим людям, уверенности в способности к тому или иному виду деятельности и чувством собственной значимости, причем третья составляющая является скорее следствием первых двух. Иначе – появляются утверждения типа: «Меня не понимают», «Меня отвергают», «Меня не любят» и т.д.

В старшем школьном возрасте одновременно с физическими изменениями происходит глубокая перестройка психики, что обуславливается не только физиологическими факторами, но в значительной мере психосоциальным влиянием. Стремление старшего подростка сравнивать себя со сверстниками усиливает наблюдение за собственным телом, что вызывает озабоченность, тревожность и конфликтные реакции на внешние замечания. Подростки склонны переоценивать действительные и мнимые отклонения от нормы, относительно своего тела особенно.

Поскольку подростки отмечают социальную реакцию на изменение их физического облика (одобрение, восхищение или отвращение, насмешку или презрение), они включают его в представление о себе. Многие кризисы и конфликты в этот период связаны с неадекватным, неловким или оскорбительным отношением к ним взрослых людей.

Физические изменения, таким образом, оказывают влияние на самооценку и чувство собственной значимости. Поскольку диапазон нормальной изменчивости остается неизвестным, это может вызвать беспокойство и приводить к острым конфликтным ситуациям, агрессивному или депрессивному поведению, поведенческим нарушениям и даже к хроническим неврозам.

На основе созревания своего «Я» происходит пересмотр ценностных представлений и перенос функции образца с родителей на референтную группу, принятие ценностных представлений, культурных традиций. После протеста и мятежа молодые люди принимают многие ценности, свойственные их культурному окружению. По мере взросления и отказа от эгоцентризма моральные обязательства начинают выступать как взаимные, как согласование оценки других и самооценки, цели развития подростков начинают приобретать более оформленный и социальный характер.

Схему целей развития в подростковый период можно представить следующим образом:

1. Общее эмоциональное созревание – от деструктивных чувств и недостатка уравновешенности и конструктивности к конструктивным чувствам и уравновешенности, от субъективной к объективной интерпретации ситуации; от избегания конфликтов к их решению.
2. Кристаллизация интересов к другому полу – от интереса к одинаковому полу к интересу к противоположному полу; от мучительного ощущения сексуальности к признанию факта половой зрелости.
3. Социальное созревание – от чувства неуверенности в группе сверстников к достижению уверенности; от неловкости в обществе к находчивости; от рабского подражания к эмансипации; от неуживчивости в обществе к согласию с ним.
4. Освобождение от опеки родителей – от поиска поддержки у родителей к опоре на собственные силы.
5. Интеллектуальное созревание – от веры в авторитеты к требованию доводов; от фактов к объяснениям; от многочисленных поверхностных интересов к нескольким постоянным.
6. Выбор профессии – от интереса к престижным профессиям к адекватной оценке своих возможностей и выбору соответствующей профессии.

7. Проведение свободного времени – от интереса к индивидуальным играм, где можно показать силу, выносливость к интересу к коллективным играм; от активного участия в играх и соревнованиях к пассивному наблюдению; от интереса ко многим играм к интересу лишь к некоторым.
8. Формирование жизненной философии – от равнодушия к общественным делам к активному участию в них; от стремления к удовольствиям и избеганию боли к поведению, основанному на чувстве долга.

Развитие когнитивных и эмоциональных функций ведет к тому, что молодые люди используют новые способности в форме критики, сомнений и противодействия ценностям, установкам и образу действий взрослых. Часто это ведет к конфликту с родителями и бунту, особенно если в семье господствует авторитарный стиль воспитания.

В процессе социализации группа сверстников в значительной степени замещает родителей и становится референтной группой.

Перенос центра социализации из семьи в группу сверстников приводит к ослаблению эмоциональных связей с родителями и замене их взаимоотношениями со многими людьми, меньше влияющими на личность как целое, но формирующими определенные формы ее поведения.

Несмотря на уменьшение влияния семьи в период взросления, она по-прежнему остается важной для подростка группой.

Все это делает область взаимоотношений подростков со взрослыми весьма конфликтной, сложной и вместе с тем по-прежнему значимой. Принцип воздействия в этом случае является господствующим в отношениях взрослых к детям. Именно он определяет позицию взрослого мира. При этом недостаточно внимания уделяется особенностям, структуре и содержанию реально происходящего саморазвития растущих людей, в том числе и тех закономерностей этого саморазвития (самосознания, самоопределения и др.), которые выступают регулирующими моментами процесса развития.

Итак, развивающееся самосознание приводит к относительно устойчивой самооценке и определенному уровню притязаний. Достигнутый уровень психического развития, возросшие возможности подростка вызывают у него потребность в самостоятельности, самоутверждении, признании со стороны взрослых его прав, его потенциальных возможностей в плане участия в общественно значимых делах, приводя к развитию такого характерного для этого возраста новообразования как взрослость.

Общение подростков является своеобразной формой воспроизведения взаимоотношений, существующих в обществе взрослых людей, ориентации в нормах этих отношений и их освоения. Ведущий для подростковой стадии тип деятельности предполагает, что в данной деятельности взаимоотношения самих детей и взрослых должны быть весьма разнообразными и развернутыми (и следовательно, поддающимися регуляции и контролю) и иметь за собой вполне осязаемую значимую объективную цель.

Старший подростковый возраст характеризуется также выраженной эмоциональной неустойчивостью, резкими колебаниями настроения. Бурные эмоциональные вспышки в старшем подростковом возрасте нередко сменяются подчеркнутым внешним спокойствием, ироническим отношением к окружающим. Склонность к самоанализу, рефлексии нередко способствует легкости возникновения депрессивных состояний (вплоть до суицидального поведения). Целеустремленность и настойчивость у старшеклассников сочетаются с импульсивностью и неустойчивостью, повышенная самоуверенность и безапелляционность в суждениях сменяются легкой ранимостью и неуверенностью в себе, потребность в общении – желанием уединиться, развязность соседствует с застенчивостью, романтизм, мечтательность, возвышенность чувств нередко уживаются с сухим рационализмом и циничностью, искренняя нежность, ласковость могут быстро сменяться черствостью, отчужденностью, враждебностью и даже жестокостью.

В этот период формируется осознанное отношение к своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, переживаниям и мыслям. Самосознание выражается также в эмоционально – смысловой оценке своих субъективных возможностей, которая, в свою очередь, выступает в качестве обоснования целесообразности действий и поступков.

Сложность взаимоотношений подростка и взрослого заключается еще и в том, что, с одной стороны, подросток стремится к самостоятельности, протестует против опеки и недоверия, а с другой – сталкиваясь с новыми жизненными трудностями, испытывает тревогу и опасения, ждет от

взрослого помощи и поддержки, но не всегда хочет открыто признаваться в этом. Среди реакции эмансипации выделяется две тенденции:

Явная эмансипация: непослушание, грубость, патологическое упрямство, прямое игнорирование мнений и распоряжений взрослых, существующих порядков и традиций, алкоголизм, наркомания, правонарушения.

Скрытая эмансипация: бродяжничество, половая свобода, создание неформальных групп.

Подростковое сообщество воспроизводит те нормы и модели, которые дает ему в распоряжение общество взрослых. Ибо различные задачи отрочества (утвердить половую идентичность, достичь социальной самостоятельности) строятся исходя из предоставляемых взрослым обществом социальных программ, которые определяют переход к взрослому статусу. С этой точки зрения наше общество создало систему отторжения и ограничения подростков, фактически изгнанных со сцены социальной жизни, тем самым лишив себя свежести подросткового видения жизни.

Различного рода хобби, увлечения выступают для подростка как средство самовыражения, коммуникации и идентификации, средство достижения престижного статуса в своей среде. Иногда увлечения выступают своеобразным типом психологической защиты.

В сексуальном развитии подростка наряду с генетическими факторами решающее значение имеют поло-ролевое поведение родителей и первые собственные опыты с сексуальными партнерами. Неудачный или травмирующий первый сексуальный опыт, который может относиться еще к раннему детству, часто ведет к неприятию сексуальности и предрасполагает к нарушениям в этой сфере.

Поиски ответов на вопросы «кто я?», «что я?» и осознание своей особенности, несхожести с другими небезразличны для любого подростка, но нередко в условиях травмирующей ситуации внимание на этих вопросах заостряется, а поиски ответа сопровождаются эмоциональным напряжением, чувством растерянности, тревогой и нарушением поведения.

Внимание к внешности. Сравнивая себя с «эталоном», подростки находят «недостатки» в своей внешности, что вызывает беспокойство и неуверенность в себе.

Внимание к внутреннему миру. Формирование абстрактного мышления сопровождается у подростка потребностью в отвлеченных рассуждениях о себе, о своем месте среди людей, о смысле жизни. При этом вместе с чувством наслаждения появляется смутное беспокойство, тревога.

Подготовлено с использованием материала сайта psylist.net/age/00025.htm