

Возрастные особенности подростков 11-15 лет

Подготовила: педагог-
психолог Саблина А.А.



Подростковый возраст

- **Подростковый возраст** — период в развитии человека, переходный этап между детством и взрослостью.
- Подростковый возраст, согласно общепринятой в настоящее время классификации Д.Б. Эльконина, имеет **границы от 10-11 до 14-15 лет.**
- Это один из критических переходных периодов в жизненном цикле, характеризующийся быстрым ростом и изменениями, который уступает только росту и изменениям в младенчестве.



Психофизиологическое развитие

- **Происходят эндокринные изменения в организме.** Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие.
- **Увеличиваются рост и вес. Появляются вторичные половые признаки.**
- В связи с быстрым развитием возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга, поэтому для подростков характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса, которые вызывают **быструю смену физического состояния и, соответственно, настроения.**
- **Эмоциональный фон** становится неровным, нестабильным; подросток сильно подвержен чужому влиянию.
- **Половая идентификация** достигает нового, более высокого уровня. Отчетливо проявляется ориентация на образцы мужественности и женственности в поведении и проявлении личностных свойств.
- **Формируется новый образ физического «Я».** Из-за его гипертрофированной значимости ребенком остро переживаются все изъяны внешности, действительные и мнимые. Тяжелые эмоциональные реакции на свою внешность у подростков смягчаются при теплых, доверительных отношениях с близкими взрослыми.

Развитие познавательной сферы

- Продолжают развиваться все виды мышления: переход от мышления, основанного на оперировании конкретными представлениями, к мышлению теоретическому рефлексивному.
- Становление основ мировоззрения.
- Интеллектуализация таких психических функций, как восприятие и память; развитие воображения.
- Умение оперировать гипотезами.



Возрастные новообразования

- Личностная нестабильность.
- Развивается чувство взрослости – отношение к себе подростка, как к взрослому, ощущение себя в какой-то мере взрослым человеком.
- Стремление к самостоятельности.
- Формируется «Я-концепция» - система внутренне согласованных представлений о себе, образов «Я» (представления о собственной внешней привлекательности, о своем уме, способностях, о силе характера, доброте и других качествах).
- Самокритичность, ранимость.



Ведущий вид деятельности

- Ведущей деятельностью в этот период становится **интимно-личностное общение**.
- Подросток открывает для себя свой внутренний мир, общение со сверстниками становится исповедальным.

Подростковая самостоятельность выражается в разнообразных увлечениях:

- **интеллектуально-эстетические** – связаны с глубоким интересом к любимому занятию – истории, музыке, радиотехнике, рисованию и т. д.;
- **эгоцентрические** – изучение редких иностранных языков, увлечения стариной, занятия модным видом спорта и т. п. – любое дело становится всего лишь средством демонстрации своих успехов;
- **телесно-мануальные** – связаны с намерением укрепить свою силу, приобрести ловкость или какие-нибудь искусные мануальные навыки – занятия спортом, вождение мотоцикла или картинга, занятия в столярной мастерской и т. д.;
- **накопительские** – коллекционирование;
- **информативно-коммуникативные** – самый примитивный вид увлечений – в них проявляется жажда получения новой не слишком содержательной информации и потребность в легком общении со сверстниками: пустые разговоры в компании; часы, проведенные перед телевизором; виртуальные беседы «ни о чем» в интернете.

Социальная ситуация развития

- Понижение ценности общения в семейном кругу.
- Подростковая самостоятельность выражается в стремлении к эмансипации от близких взрослых, освобождении от их опеки, контроля.
- Подросток претендует на равноправие в отношениях со старшими и идет на конфликты, отстаивая свою «взрослую» позицию.
- Гармонизировать отношения с подростком можно лишь **приняв его взрослую позицию.**



Социальная ситуация развития

- **Ведущий мотив поведения подростка** – желание быть принятым в коллективе ровесников, завоевать авторитет, уважение, внимание. Для подростка важно иметь референтную группу, ценности которой он принимает, на чьи нормы поведения и оценки он ориентируется. Желание слиться с группой, ничем не выделяться, отвечающее потребности в безопасности, психологи рассматривают как механизм психологической защиты.
- **Важны ситуации, связанные с напряжением и риском** – проявляя интерес к волевым качествам других (целеустремленность, решительность, выдержка), подросток постоянно стремится обнаружить их у себя. Он провоцирует стрессовые ситуации, конфликты, пытаясь проверить других и себя.



Кризис 13 лет

Кризис 13 лет протекает со свойственной любому кризису симптоматикой:

- взрыв непослушания,
- грубость,
- немотивированное противостояние взрослым,
- негативизм по отношению к учителям,
- трагическое переживание ситуации не включенности 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 кризис 13 лет происходит резкое изменение переживаний - как их структуры, так и содержания.**



Кризис 13 лет

- **К новообразованиям кризиса 13 лет можно отнести изменение взаимоотношений между ребенком и взрослым, появляется необходимость выработки новых критериев оценки окружающих и себя самого. Потребность оценить себя с новой точки зрения и практическое отсутствие возможности ее удовлетворения во многом и порождают отмеченные особенности, тревожность и отчаянное желание быть хоть кем, только не семиклассником!».**
- **Механический перенос на подростков прежних воспитательных мер «борьбы с недостатками» оказывается крайне неэффективным, необходимы качественно иные педагогические воздействия - опора на положительные, конструктивные тенденции развития и новые психологические образования.**



Потребности подростков

1. Потребность быть отличным от других;
2. Потребность в самоизучении и самоопределении;
3. Потребность иметь значимую деятельность в школе и за ее пределами;
4. Потребность в положительном взаимодействии со сверстниками и взрослыми;
5. Потребность в физической активности;
6. Потребность в компетентности и успешности;
7. Потребность в развитии и стабильности.

Если данные потребности не могут быть удовлетворены, то можно ожидать активизации защитных механизмов и трансформации нормативного (социально одобряемого) поведения в отклоняющееся (девиантное).



Основные факторы школьной неуспеваемости в подростковом возрасте

- 1. Особенности учебной деятельности.** Учебная деятельность требует от ребенка умение самостоятельно мыслить, определять учебные задачи, выбирать рациональные приемы и способы решения учебных задач, контролировать и оценивать свою работу. Многие подростки оказываются не готовыми к выполнению новых форм учебной деятельности.
- 2. Взаимоотношения с учителями в средних классах.** Демократизм педагога средней школы часто воспринимается как либерально-попустительский стиль взаимоотношений. Кроме того, представляет некоторую трудность необходимость приспособления сразу ко многим учителям с различными требованиями.
- 3. Недостатки в формировании отдельных познавательных процессов,** затрудняющие усвоение учебной программы
- 4. Эмоциональные расстройства.** Даже совершенно здоровых подростков характеризует предельная неустойчивость настроений, поведения, постоянные колебания самооценки и неадекватность реакций.
- 5. Проблемы в знаниях и отставании учебных программ.** Новый материал оказывается непонятным или недоступным для понимания, обуславливая дальнейшее отставание подростка в ходе обучения.
- 6. Отношение родителей к обучению в школе и ситуация внутри семьи подростка.**

Рекомендации родителям подростка

- Сформировать у подростка четкое убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть, со всеми его проблемами и ошибками. Показать своими поступками, что Вам можно доверять.
- Создать такие условия воспитания, которые были бы комфортны подростку, постараться перевести свои требования в его желания. Избегать обвинений и скандалов: о какой-либо сложной ситуации лучше поговорить в спокойной обстановке.
- В разговоре с подростками (да и со взрослыми тоже), избегайте обвинений «Ты...», лучше говорите о своих чувствах «Мне неприятно, когда кто-то...», «Мне бы хотелось, что бы в нашей семье....», «Мне было бы приятно, если бы, когда я прихожу домой....»; и спрашивайте ребенка о его чувствах.
- Задавайте такие вопросы, на которые ребенку было бы приятно ответить; интересуйтесь его жизнью и увлечениями (не критикуя их, если они не выходят за рамки дозволенного, а искренне уважая), чтобы найти общие темы для разговора.

Рекомендации родителям подростка

- Всегда старайтесь положительно оценивать своего ребенка, даже если Вам кажется, что он в чем-то некомпетентен. Хвалите не только за результат, но и за старания в процессе.
- Поощряйте познавательные интересы и подавайте личный пример (нельзя требовать от ребенка таких жизненных принципов, которыми не руководствуетесь Вы сами).
- Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить надо персонально, а критиковать – безлично.
- Объединяйтесь с ребенком против его трудностей. Он должен видеть в Вас союзников, а не противников или сторонних наблюдателей.
- Чтобы избежать конфликтов, связанных с вопросом «Можно или нельзя?», установите рамки заранее: договоритесь о дозволенном и недозволенном совместно с ребенком, установите рамки самостоятельности, правил и обязанностей (обязательно примите и согласитесь на какую-либо инициативу, идею, предложение ребенка – он должен чувствовать, что его мнение имеет вес), определите четкие запреты, а так же последствия их нарушения. Будьте последовательны в исполнении оговоренного!

Рекомендации родителям подростка

- Ребенок не должен бояться ошибиться или сказать Вам правду, какая бы она ни была.
- Не унижайте и не обзывайте ребенка, не сравнивайте его с кем-либо – дайте понять, что вам важен именно он, таким, каков он есть.
- Проявляйте уважение к подростку, привлекайте его к совместному решению каких-либо семейных вопросов, найдите общее занятие или увлечение, спрашивайте и учитывайте мнение ребенка в разрешении семейных дел – этим вы заработаете доверие, а так же поможете ребенку почувствовать себя взрослым. При этом так же требуйте и уважения по отношению к себе.
- Не давите и не требуйте от подростка невозможного в плане учебы и достижений – результат не обязан быть всегда «отличным», где-то достаточно и «хорошего». Ребенок не должен чувствовать себя загнанным в угол требованиями и беспрерывными обязанностями: у подростка должно быть свое личное время, личное пространство и право на личную жизнь.

Спасибо за внимание!

