

# Возрастные особенности подростков.



Гультяева Галина  
Васильевна  
МАОУ СОШ №11 г.  
Североуральска  
Свердловской области



**Подростковый возраст рассматривается как этап развития личности, процесс перехода от зависимого, опекаемого детства, когда ребенок живет по особым правилам, установленным для него взрослыми к самостоятельной жизни.**



**В это время складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье.**

Существуют  
следующие виды  
акцентуаций:  
Циклоидный  
Гипертивный  
Астено-  
невротический  
Сензитивный  
Психоастенический  
Демонстративный  
Неустойчивый  
Конформный





**В возрасте 13-14 лет  
меняется система  
ценностей и интересов.  
То, что было ценно,  
обесценивается,  
появляются новые  
кумиры, характер  
взаимоотношений со  
взрослыми и  
родителями часто носит  
протестный характер .В  
этом возрасте подростки  
тянутся ко всему  
необычному, часто  
увлекаются  
неформальными  
течениями.**

**Внешне кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения.**



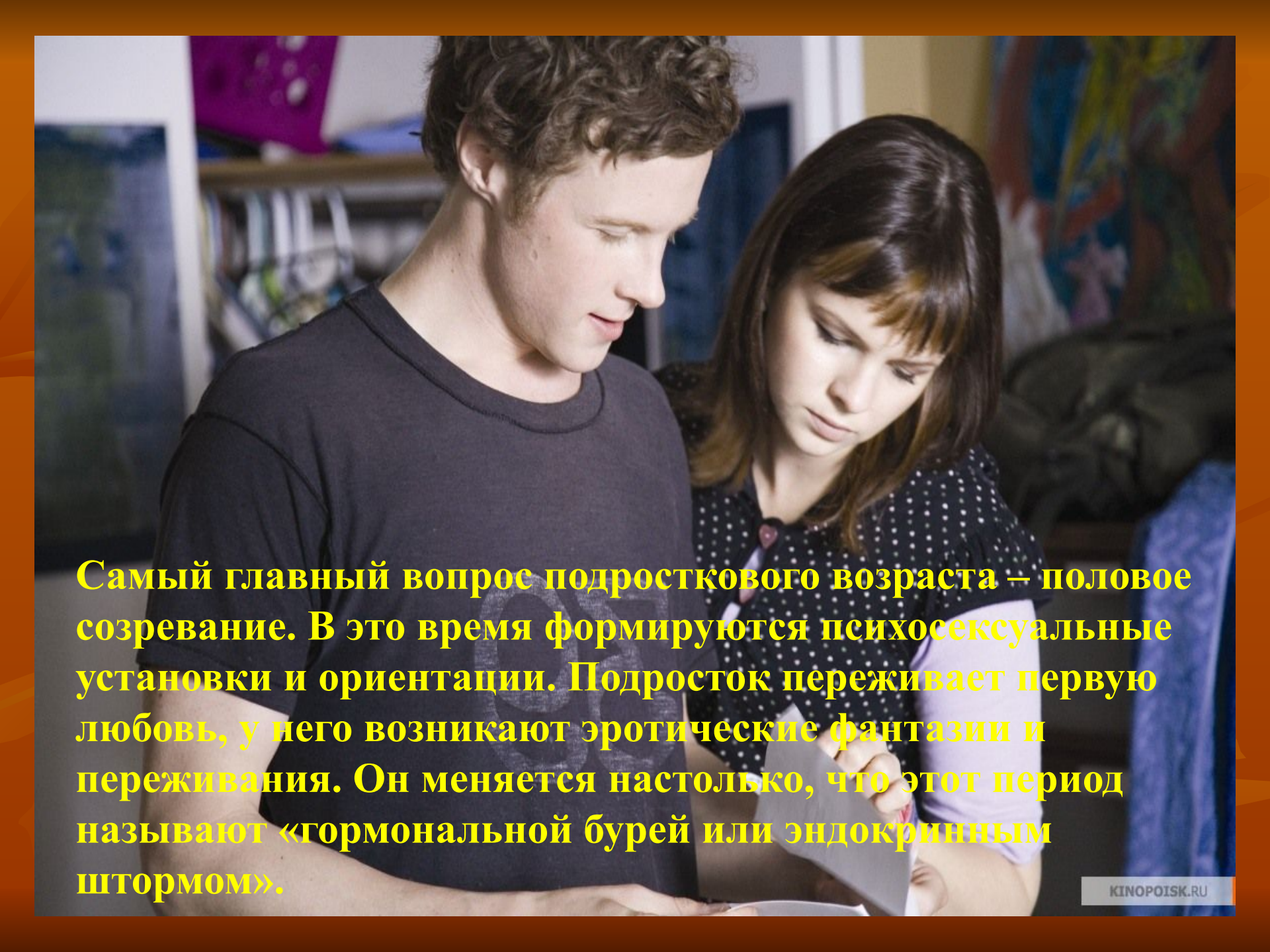


**У подростка  
часто возникает  
беспричинное  
чувство тревоги,  
колеблется  
самооценка, он в  
это время очень  
раним,  
конфликтен,  
может впасть в  
депрессию.**



В тоже время перестройка отношения подростка к себе влияет не только на его эмоциональное состояние, но и на развитие его творческих способностей и удовлетворённость жизнью вообще. Учёба в это время отходит на второй план.



A young man with curly brown hair, wearing a dark t-shirt, and a young woman with long dark hair and bangs, wearing a black polka-dot top, are looking down at a document together. They appear to be in a room with a closet in the background. The text is overlaid on the image in a bright yellow font.

**Самый главный вопрос подросткового возраста – половое созревание. В это время формируются психосексуальные установки и ориентации. Подросток переживает первую любовь, у него возникают эротические фантазии и переживания. Он меняется настолько, что этот период называют «гормональной бурей или эндокринным штормом».**



Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неклюжим. Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе.



**Так как подросток стремится к крайним позициям в оценке, то он склонен переоценивать, или недооценивать свои качества и свойства. Подростки критично относятся к отрицательным чертам своего характера, переживая из –за тех черт, которые мешают им в дружбе и взаимоотношениях с другими людьми.**

**Самооценка подростка неустойчива: он склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам, правда, такая противоречивая самооценка необходима для того, чтобы развить у него новые, взрослые критерии личностного развития.**





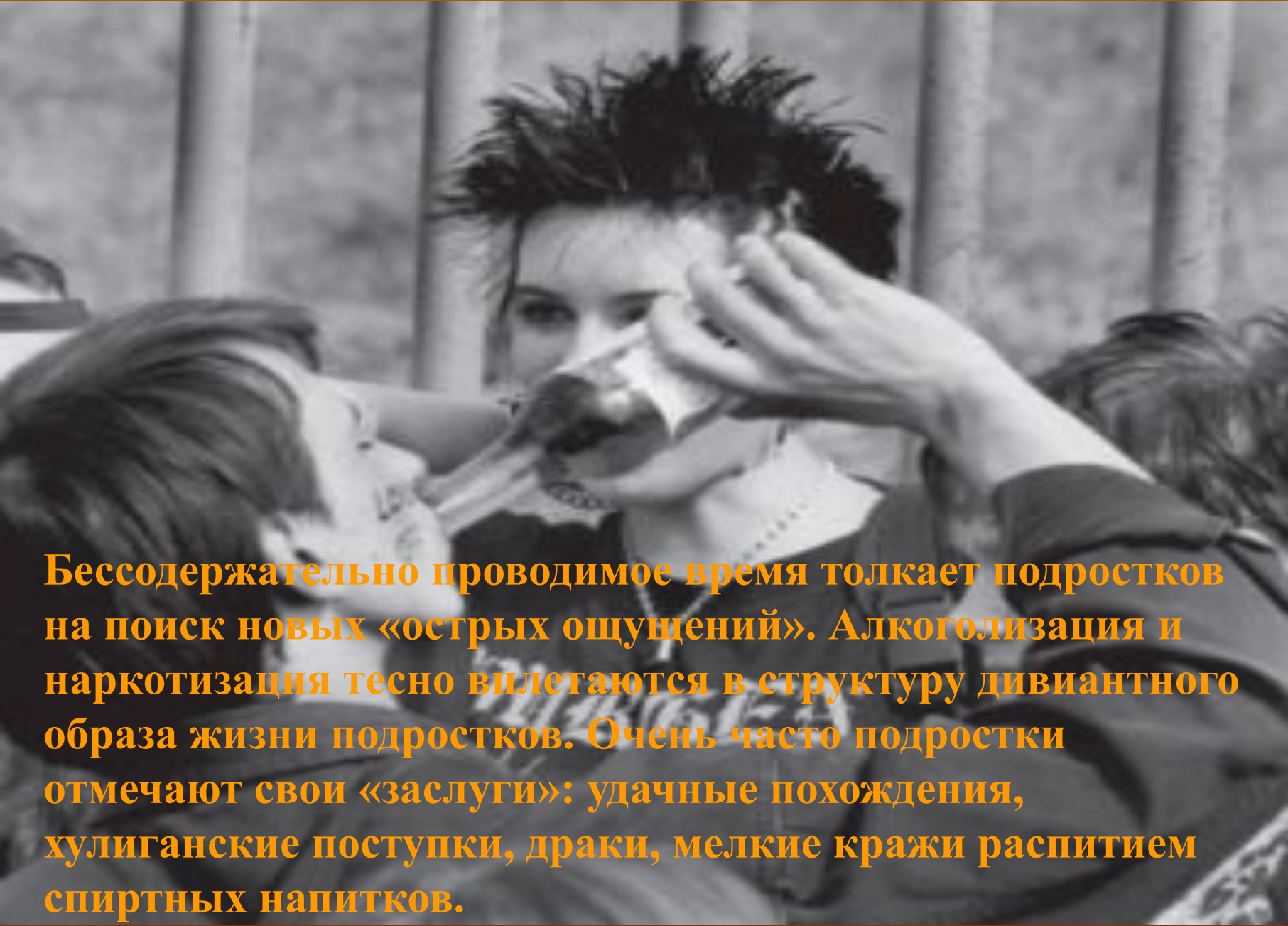
**Самооценка подростков противоречива, недостаточно целостна, поэтому в их поведении может возникнуть много немотивированных поступков. Подростки больше других возрастных групп страдают от нестабильности социальной, экономической и моральной обстановки в стране, потеряв сегодня необходимую ориентацию в ценностях и идеалах — старые разрушены, новые ещё не созданы.**



**Особенности проявляются в пренебрежительном отношении к обучению, плохая успеваемость, бравада, невыполнением обязанностей: избегая выполнять какие-нибудь обязанности и поручения по дому, готовить домашние задания, а то и посещать занятия.**

Подобные подростки оказываются перед лицом большого количества «лишнего времени», но для них характерно неумение содержательно проводить досуг. У большинства отсутствуют увлечения, они не занимаются в секциях и кружках, не посещают выставки и театры.



A black and white photograph showing a young man with a spiky hairstyle drinking from a bottle. A young woman is looking at him. The background is slightly blurred, suggesting an outdoor setting with trees.

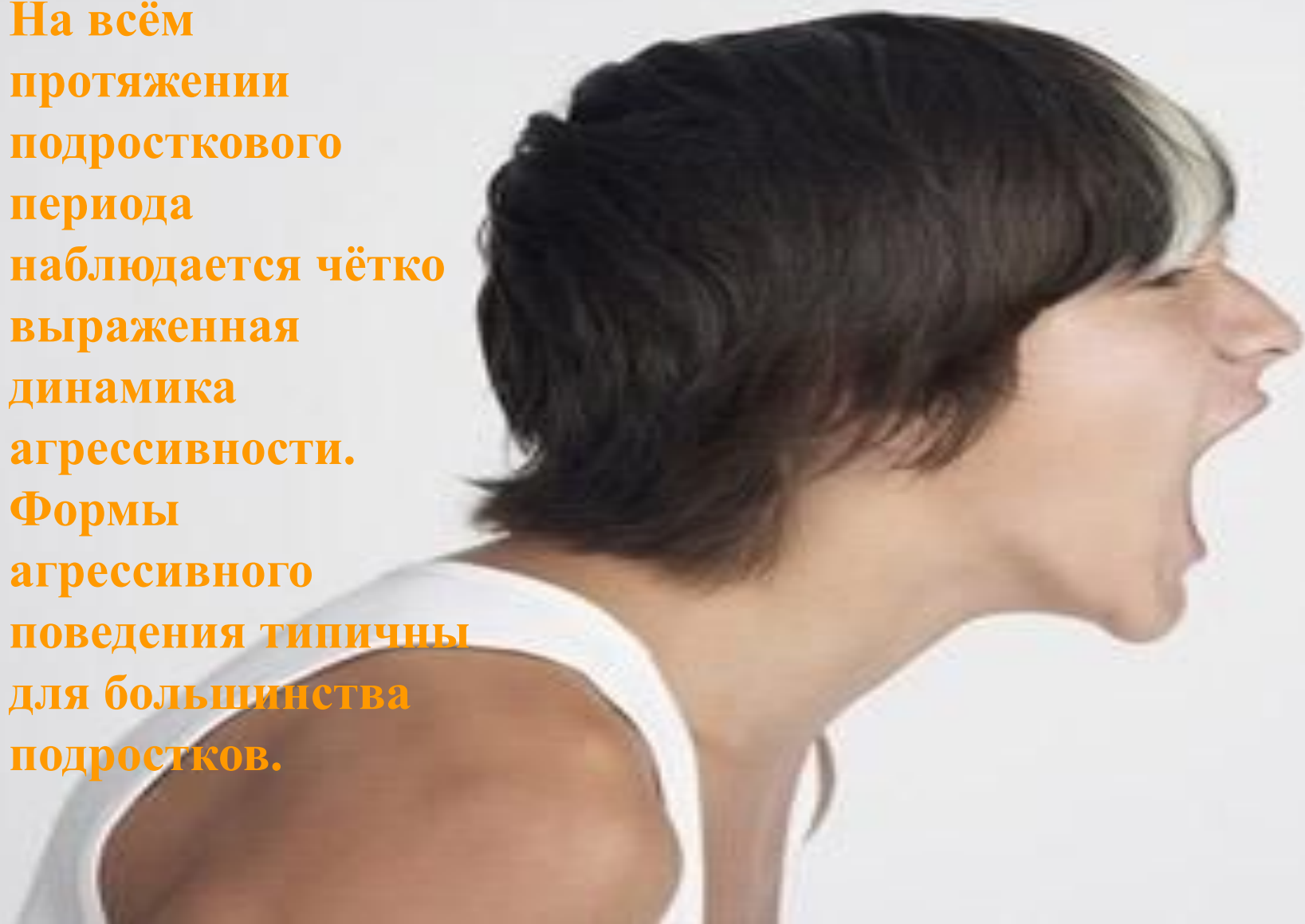
**Бессодержательно проводимое время толкает подростков на поиск новых «острых ощущений». Алкоголизация и наркотизация тесно вплетаются в структуру дивиантного образа жизни подростков. Очень часто подростки отмечают свои «заслуги»: удачные похождения, хулиганские поступки, драки, мелкие кражи распитием спиртных напитков.**



**Впоследствии объясняя свои поступки, подростки имеют неправильное представление о нравственности, справедливости, смелости и храбрости.**



**На всём  
протяжении  
подросткового  
периода  
наблюдается чётко  
выраженная  
динамика  
агрессивности.  
Формы  
агрессивного  
поведения типичны  
для большинства  
подростков.**





**Одним из элементов микросреды, в отношениях, формирующих личность, является семья. При этом решающим является не её состав – полная, неполная, распавшаяся, а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми.**



К сожалению, в наше время растёт число неблагополучных семей, в которых существует полная безнадзорность, бесконтрольность поведения со стороны родителей, безразличие к судьбе подростка, откуда и появляются дети с отклонениями в поведении.



Но даже в благополучных на первый взгляд семьях можно выделить много проблем психологического характера, которые приводят к кризису подросткового возраста.

Можно выделить 4 неблагоприятные ситуации в семье:

Гипер опека различных степеней: от желания быть соучастником всех проявлений внутренней жизни детей до семейной тирании.

Гипо опека нередко переходящая в безнадзорность.

Ситуация, создающая «кумира семьи» - постоянное внимание к любому побуждению ребёнка и неумеренная похвала за весьма скромные успехи.

Ситуация, создающая «золушек» в семье. Появилось много семей, где родители уделяют много внимания себе и мало детям.





## **Пути решения проблемы.**

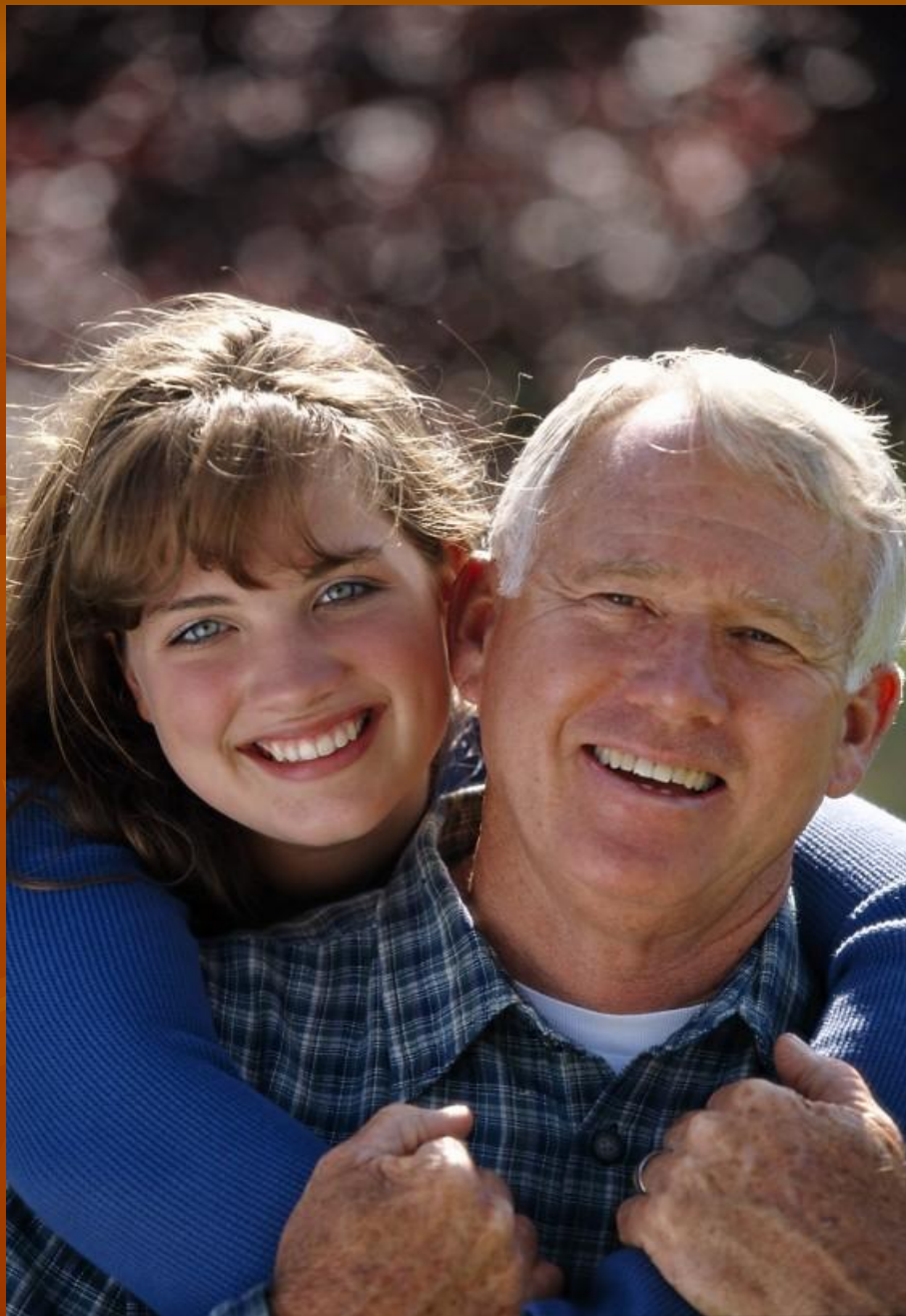
**Формирование круга интересов подростка на основе особенностей его характера и способностей. Максимальное сокращение периода его свободного времени – «времени праздного существования и безделья».**

**Включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.**

Снижение проявления агрессии путём посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гантелей, железных гирь и боксёрских перчаток (пусть подростки колотят друг друга в мирной драке, давая выход накопившейся энергии, чтобы агрессия не накапливалась подобно статистическому электричеству, имеющему свойство взрываться болезненными разрядами).







**Не предъявлять подростку завышенные требования, не подтверждённые его способностями.**

**Честно указывать на его удачи и неудачи (причём удачи объясняйте его способностями, а неудачи – недостаточной подготовкой).**

**Не захваливать подростка, объясняя его неудачи случайностью, т. к. это формирует у подростка эффект неадекватности.**

## Рекомендации для родителей.

Будьте всегда чуткими к делам своих детей.

Анализируйте с детьми причины их удач и неудач.

Поддерживайте ребёнка, когда ему нелегко.

Старайтесь не ограждать подростка от трудностей.

Научите преодолевать трудности.

Постоянно контролируйте ребёнка, но без гипер опеки.

Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации.

Рассказывайте ребёнку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте.

Покупайте своему ребёнку книги по психологии, самопознанию. Будьте всегда личным примером(учите делами, а не словами).





**Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии.**

**Советуйте следить за своей внешностью.**

**Ни в коем случае не запрещайте отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек.**

**Познакомьтесь с друзьями своего ребёнка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона.**

**Помните: недоверие оскорбляет!**

**Следите за тем, какие книги читает Ваш ребёнок, какие фильмы смотрит. Будьте всегда для своего ребёнка, прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой)!**

Спасибо за внимание.



# Ресурсы:

Лупоядова Л.Ю., Мельникова Н.А., Якимович И.Г. «Родительские собрания 8-9 классы. Беседы, лекции, практикумы, анкеты для родителей».-Волгоград: Учитель, 2005.

Цабыбин С.А. «Взаимодействие школы и семьи (педагогический всеобуч)».- Волгоград:Учитель, 2006.

[http://vecherka.su/pics/uploads/archive2008/11\\_2008/01112008/20.jpg](http://vecherka.su/pics/uploads/archive2008/11_2008/01112008/20.jpg)

<http://img.rg.ru/img/content/14/91/98/podrostki250vas.jpg>

<http://science.compulenta.ru/upload/iblock/029/loneliness1.jpg>

<http://img.rg.ru/img/content/1/48/09/podrostki.gif>

[http://img1.liveinternet.ru/images/attach/c/1//60/2/60002663\\_13214.jpg](http://img1.liveinternet.ru/images/attach/c/1//60/2/60002663_13214.jpg)