

# Подростковый возраст. Психологические особенности





---

**Структура личности подростка...**

**В ней нет ничего устойчивого,  
окончательного и неподвижного.**

**Все в ней- переход, все течет.**

**(Л.С.**

**Выготский)**

○ **Из психологического словаря:**

---

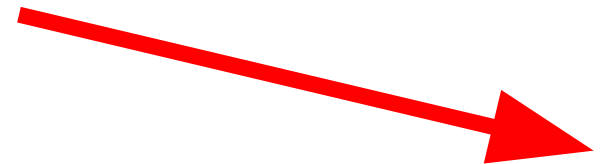


- «Подростковый возраст — стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью
- (от 11–12), которая характеризуется качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь».

# Кризис подросткового возраста

---

- очень часто сравнивают с кризисом 3-х лет, только направлен он не на освоение пространства и предметные действия, а **на освоение социального пространства, пространства человеческих взаимоотношений.**





# Подростковый комплекс

---

- **Проявления подросткового комплекса:**
- Возраст 10–11 лет это младший подростковый возраст. В этот период происходит переход от детства к взрослости, от незрелости к зрелости, он является критическим, т.к. связан с разными трудностями. Подросток - это уже не ребёнок и ещё не взрослый.



# Парадоксы подростковой психики

---

- **Подросток хочет вырваться из-под опеки взрослых, получить свободу, при этом не зная, что с ней делать.**
- **Интересно все сразу и ничего.**
- **Хочется всего, сразу и если позже- «то вообще тогда зачем».**
- **При всей своей самоуверенности подросток очень неуверен в себе.**

# Физические особенности:

---

- 1. Ребенок этого возраста очень активен. Любит приключения, физические упражнения, игры.  
2. Может пренебрегать своим внешним видом.
- Советы:
- 1. Использовать прогулки, поездки.  
2. Обучать ребенка личной гигиене, уходу за своей одеждой, комнатой, приучать к пунктуальности.

# Интеллектуальные особенности:

---

- 1. Нравится исследовать все, что незнакомо.
- 2. Понимает законы последовательности и последствия. Имеет хорошее историческое и хронологическое чувство времени, пространства, расстояния.
- 3. Хорошо мыслит и его понимание абстрактного растет.
- 4. Нравится делать коллекции. Собирает все, что угодно. Для него главное не качество, а количество.
- 5. «Золотой возраст памяти»
  
- **Советы:**
- 1. Обучение через исследование. Задавайте свои «почему?»
- 2. Идти дальше поверхностных фактов.
- 3. Поставить вопросы, ответы на которые ребенок сможет найти самостоятельно.
- 4. Предложить делать коллекции.
- 5. Поощрять к запоминанию как можно большего количества стихов, обогащающих его словарный запас. Он может знать географию и историю своей малой родины, иметь хорошее представление о хронологической последовательности событий.



# Эмоциональные особенности:

---

- 1. Резко выражает свои чувства. Сначала говорит, а потом думает.
- 2. Свободно выражает свои эмоции. Эмоционально быстро включается в споры.
- 3. Начинает развиваться чувство юмора. Желает рассказывать смешные истории.
- 4. Скрытые страхи. Ему хотелось бы выглядеть бесстрашным.
- **Советы:**
- 1. Учить самоконтролю: когда быть серьезным и спокойным, а когда быть веселым.
- 2. Учить терпимости и самоконтролю. Рассматривать все факты до принятия решения. Учить уважать права и чувства других людей.
- 3. Научить смеяться над собой. Не произносить тех шуток, которые будут оскорблять других людей.
- 4. Учить свободе от страха, учиться понимать конкретные проблемы и преодолевать трудности.



# Смена настроения

- Потребность в общении сменяется желанием уединиться;
- Нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости,
- Веселье, радость может быстро смениться апатией
- Повышенная самоуверенность, безапелляционность в суждениях быстро сменяется ранимостью и неуверенностью в себе;
- Романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью
- Неустойчивость интересов



# Социальные особенности:

---

- Ребенок начинает быть самостоятельным. Приспосабливается к обществу вне семейного круга. Ищет группу ровесников того же пола, т.к. для девочек мальчики «слишком шумны и буйны», а для мальчиков девочки «слишком глупы».
- **Советы:**
- Учить дружелюбию, не изолировать себя от сверстников..

# Чувство взрослости

---

- Подросток объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремиться к ней и претендует на равные со взрослыми права. Изменить он пока ничего не может, но внешне подражает взрослым.
- Отсюда и появляются атрибуты **"псевдовзрослости"**: курение сигарет, употребление алкоголя, наркотиков, тусовки, (внешнее проявление "я тоже имею свою личную жизнь"). Копирует любые взрослые отношения.



# Духовные особенности:

---

- 1. Ребенок ищет героев, выбирая тех людей, которых он видит, о которых читает, восхищается теми, кто делает то, что он хотел бы сделать. Желает понравиться выбранным им авторитетам.  
2. Нравятся захватывающие рассказы.
- **Советы:**
- 1. Познакомить с детством известных людей.  
2. Рассказывать захватывающие истории о сверстниках.



# Каковы ощущения подростка?



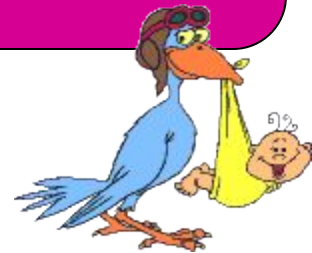
Чувство  
взрослости

Быстрая  
смена  
настроени  
я

Половое  
созревание



Внутренний  
Конфликт  
Я – уникальная  
личность  
Я – такой же как и все



- **Внешний вид подростка - еще один источник конфликта.**
- 

## **Меняется походка, манеры, внешний облик.**

- Ещё совсем недавно свободно, легко двигавшийся мальчик начинает ходить вразвалку, опустив руки глубоко в карманы и сплёвывая через плечо. У него появляются новые выражения.
- Девочка начинает ревностно сравнивать свою одежду и причёску с образцами, которые она видит на улице и обложках журналов, выплёскивая на маму эмоции по поводу имеющих расхождений



# *Внутренний конфликт*

---

**Я – это я. Я сам всё знаю! Я буду делать всё так, как считаю нужным!**

**Я должен выглядеть как все в моей компании. Я не должен выделяться в классе.**



2010 год





# Борьба подростка:

---

- **За то, чтобы перестать быть ребенком.**
- **За утверждение среди сверстников.**
- **За прекращение посягательства на его физическое начало, неприкосновенность.**
- **Против замечаний, обсуждений по поводу его физической взрослости.**



**Главным для подростка со стороны семьи является:**


---

- Любовь**
- Доверие**
- Понимание**
- поддержка**

# Правила для родителей подростков:

---

- Помочь ребенку найти компромисс души и тела.
- Все замечания делать в доброжелательном, спокойном тоне, без ярлыков.
- Помните, пока развивается тело ребенка, болит и ждет помощи его душа.
- Не перегружайте ребенка опекой и контролем.
- Демонстрируйте взаимное уважение.
- Поддерживайте подростка. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда он не достигает успеха.
- Имейте мужество. Изменения в ребенке требуют практики и терпения.



---

**Успехов Вам,  
уважаемые  
родители!**