

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

А. А. Лескова

Подростковый возраст — период взросления, постепенный переход от детства ко взрослости. Обратите внимание, подросток — уже не ребёнок (хотя некоторые черты поведения могут быть ещё как у ребёнка), но ещё и не взрослый (он лишь учится быть взрослым).

Задача взрослых — помочь ему успешно повзреть.

Подростковый период — время изменения, бурного развития. Происходят качественные изменения и в познавательной деятельности,

и в личности, и в межличностных отношениях. У каждого эти изменения происходят в разное время. Некоторые подростки развиваются быстрее, некоторые в чём-то отстают от остальных, а в чём-то опережают своих одноклассников. Например, девушки развиваются быстрее, чем юноши.

Но и развитие каждого человека происходит неравномерно.

В пределах подросткового периода психологи выделяют младший подростковый возраст — 11–12 лет и старший подростковый возраст — 13–14 лет.

## ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ РАЗВИТИЯ ПЕРИОДА 11–12 ЛЕТ (ПО А. М. ПРИХОЖАН)

- ▶ Формирование нового уровня мышления, логической памяти, избирательного, устойчивого внимания.
- ▶ Формирование широкого спектра способностей и интересов, выделение круга устойчивых интересов.
- ▶ Формирование интереса к другому человеку как личности.
- ▶ Развитие интереса к себе, стремление разобрататься в своих способностях, поступках, формирование первичных навыков самоанализа.

- ▶ Развитие и укрепление ощущения взрослости, формирование адекватных форм утверждения самостоятельности, личностной автономии.
- ▶ Формирование чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки.
- ▶ Развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания.
- ▶ Развитие моральных чувств, форм сочувствия и сопереживания другим людям.
- ▶ Формирование представлений о происходящих изменениях, связанных со взрослением и половым созреванием.

## ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКА

### Формирование и развитие теоретического дискурсивного мышления, логической памяти

В 11–12 лет начинается переход от мышления, основанного на оперировании конкретными представлениями, к теоретическому мышлению, от непосредственной памяти к логической. При этом в 11 лет чаще преобладает конкретный тип мышления, но происходит его перестройка, а с 12 лет активно формируется и развивается мышление, основанное на оперировании понятиями, на умении сопоставлять эти понятия и переходить в процессе размышления от одной мысли к другой. Однако

эти изменения происходят в разные сроки и имеют индивидуальные различия.

### Ощущение взрослости

Подросток постепенно осознаёт, что он уже не ребёнок, что он взрослеет, и хочет, чтобы это признавали те, кто его окружает, особенно взрослые. Ощущение взрослости возникает приблизительно в 11–12 лет и достигает своего пика в 14 лет.

Проявляется это в стремлении к самостоятельности, независимости. Подросток стремится к равным правам в отношениях со взрослыми. По мнению А. М. Прихожан, ощущение взрослости является стимулом активности подростка, направленной на переориентацию с «детских»

норм на «взрослые», на усвоение ценностей, норм, установок, которые, по мнению подростков, подтверждают представление о них как о взрослых. Важный аспект ощущения взрослости — это стремление делать что-то не «игрушечное», а реально полезное, социально значимое.

Интересно также то, что, с одной стороны, подростки стремятся отстоять свою самостоятельность и независимость от взрослых, с другой — ожидают от них защиты, поддержки и помощи. Дело в том, что для подростков важна не столько сама по себе возможность самостоятельно распоряжаться собой, сколько признание взрослыми данной возможности, равных со взрослыми прав.

### Стремление к самопознанию

Подросток в 11–12 лет стремится разобраться в себе, больше о себе узнать, понять себя. В ходе самопознания громадное значение имеет развитие рефлексии — способности к анализу собственных мыслей, чувств, состояний, поступков.

### Поиск идеалов, стремление быть похожим на свой идеал

Подростки ищут пример, эталон личности, стиля поведения. Образцы для подражания находят разные: актёры, музыканты, бизнесмены, спортсмены, родственники или знакомые, которые являются для них авторитетом, лидеры подростковых группировок.

Для чего это надо подросткам?

Они учатся быть взрослыми. Для этого им нужны примеры того, как быть взрослым, как добиться успеха и т. д.

В подростковый период активно формируется желаемый «я»-образ. Подросток выстраивает его на основе своих представлений о том, как должно быть в идеале (однако идеалы у всех разные), и того, какой он сейчас. То есть происходит своеобразное соединение идеального и реального «я»-образа.

### Переход от ориентации на оценку окружения к ориентации на самооценку

Сначала подросток смотрит на себя как буд-то извне, сопоставляет себя с другими (взрослыми и сверстниками). Так формируются собственные критерии оценки себя и окружения. Постепенно он начинает оценивать себя, ориентируясь на свой идеальный «я»-образ, то есть на то, каким он хочет и должен быть.

### Повышенная чувствительность к оценкам окружения, уязвимость

У многих подростков возникают комплексы неполноценности по поводу их внешности, манеры поведения из-за того, что они не соответствуют тем требованиям, которые сами к себе выдвигают. Поэтому мнение близких на фоне таких переживаний может быть воспринято крайне болезненно. Например, неосторожно сказанное слово может закрепить формирующийся комплекс неполноценности.

Иногда подростки скрывают свои переживания по поводу замечаний взрослых или из-за неудовлетворённости собой. Впрочем, обычно это лишь защитная маска, за которой могут быть скрыты эмоции и страдания. Поэтому взрослым стоит быть осторожными с шутками в адрес подростков.

### Стремление общаться со сверстниками

Общение со сверстниками занимает основное место в жизни подростка, является ведущей деятельностью для данного периода. В 10–11 лет он ещё относительно много общается с родителями и вообще со взрослыми, а начиная с 12–13 лет происходит стремительная переориентация на общение со сверстниками. Некоторые родители жалуются, что их сын или дочь может часами болтать по телефону с друзьями «ни о чём» и считает, что это важно, хотя родителям выдавливают лишь пару слов.

Общение со сверстниками действительно важно. Так подростки учатся устанавливать и поддерживать контакты, стремиться к успеху в обществе. Кроме того, ровесникам они зачастую доверяют больше, нежели родителям. Родители дают требованиями, читают морали. Такое общение вряд ли может быть приятным.

### Отчуждение от взрослых

Подросток стремится автономизироваться от взрослых. Данный процесс активизируется с 12–13 лет. Цель подростка — доказать, что он тоже взрослый и может быть самостоятельным; чтобы его просто «оставили в покое». Кроме того, существует ещё и ощущение собственной территории, собственного пространства, в которые никто не должен вторгаться. Это его внутренний мир, а также его комната, вещи и т. д. Так реализуется стремление к самостоятельности и независимости.

Эмоциональное отчуждение происходит в тех семьях, где родители продолжают вести

себя с подростком как с маленьким ребёнком, используют давление, вопреки желанию подростка проявляют чрезмерную заинтересованность к его личным делам.

### Стремление добиться признания среди ровесников

Цель иметь компанию друзей, где ценят, а главное — признают успешным, особенно важна для тех, чьи родители не признают новых потребностей своего сына или дочери.

### Стремление к группировке

Это стремление общаться в группе сверстников, желание принадлежать к определённой группе. Активно проявляется приблизительно в 12 лет и выходит на пик в 13–15 лет. Причём тенденция к группировке проявляется сильнее у мальчиков, чем у девочек.

Что это даёт подросткам?

- Реализацию потребности в общении, которая в данном возрасте повышается.
- Возможность общения в своей среде, где тебя понимают.
- Общение по интересам.
- Признание со стороны ровесников.
- Группа сверстников для подростков — среда, где они чувствуют свою самостоятельность и независимость, где могут это проявить, а иногда и специально продемонстрировать с целью самоутверждения.

Группы могут быть благоприятной средой для общения, но может быть и иначе. В некоторых подростковых группировках распространено так называемое групповое давление. В такой группе могут быть свой «устав», свои «законы». Чтобы стать её членом, надо

принять эти правила, иногда даже пройти какие-то испытания. Случается, подростки, чтобы вступить в группу, делают вид, что разделяют эти взгляды. Их цель — получить признание в данной группе. Однако возникает иная проблема: в таких группах есть лидеры, требующие от членов группы выполнения определённых действий. Под их влиянием члены группы могут сделать то, что никогда сами бы не стали делать (например, моральное давление, издевательство над другими, групповая кража, употребление алкоголя, наркомания).

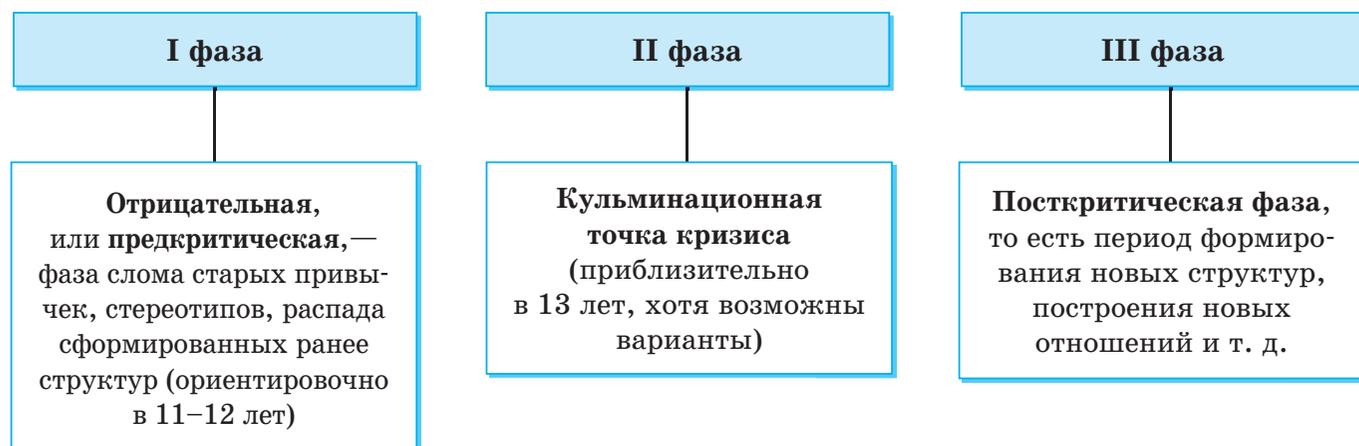
Как противодействовать попаданию подростка в такую компанию?

Необходимо формировать у него стремление делать выбор самостоятельно, опираясь на личное мнение, а не танцуя под чью-то дудку. Впрочем, привычку размышлять и ориентироваться на собственное мнение следует воспитывать с детства, ведь она не может сформироваться, если родители решают всё сами, а от ребёнка требуют только подчинения. Подчиняться родителям подростку надоедает. Однако привычка останется. Такой подросток найдёт себе нового лидера и будет подчиняться ему. Ведь собственного мнения он не имеет.

### СУТЬ ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА

Подростковый возраст относят к так называемым критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных психологических кризисов. В основе кризиса — конфликт между новыми психологическими потребностями, возникающими в данном возрасте, и отсутствием возможности и/или неспособностью их удовлетворить. Данное противоречие и является

#### Кризис подросткового возраста проходит три фазы:





отправной точкой, побуждением для личностного развития и наработки нового опыта, который поможет в преодолении психологического кризиса и выходе на новый уровень развития личности.

### ОСНОВНЫЕ ПУТИ РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВОГО КРИЗИСА

#### Кризис независимости

Наиболее распространён.

Симптомы: своенравие, упрямство, негативизм, своеволие, обесценение взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, которые раньше выполнялись, протест-бунт, ревность к собственности.

#### Кризис зависимости

Симптомы: чрезмерное послушание, зависимость от старших или сильных, регресс к старым интересам, вкусам, формам поведения.

Кризис независимости — это рывок вперёд, выход за пределы старых норм, правил, а кризис зависимости — возвращение назад к той своей позиции, системе отношений, которая гарантировала эмоциональное благополучие, чувство уверенности, защищённости.

С точки зрения развития, последующей жизненной перспективы более благоприятен первый вариант. Обычно в симптомах кризиса наличествует и та, и другая тенденция. Вопрос в том, какая из них доминирует.

Из-за недостаточной психологической и социальной зрелости подросток, выдвигая родителям и отстаивая перед ними свои новые взгляды, требуя равных прав, стремясь расширить рамки дозволенного, одновременно ждёт от взрослых помощи, поддержки и защиты.

### ОТВЕТЫ НА АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ

**?** *Как добиться того, чтобы подросток слушался родителей?*

- Прекратить на него давить.
- Поинтересоваться его мнением.
- Научиться общаться с ним на равных.
- Вместе обсуждать проблемы, касающиеся всех членов семьи. Принимать решения совместно.
- В вопросах, касающихся лично него, оставлять право выбора за ним.
- Объяснять мотивы требований.

При необходимости можно заключить договор, то есть договориться о том, кто и как обязан поступать в отношении друг друга, какую ответственность несёт в случае нарушения договора. Обратите внимание: требования выдвигают в одинаковой степени и к подростку, и к родителям, иначе договор не имеет смысла.

**?** *Почему мнение друзей для него важнее мнения родителей?*

Это не всегда так. Мнение родителей ценно и важно. Но не в случае, если оно касается моды, вкусов, и не тогда, когда оно навязывается. Подростка интересует мнение родителей о жизненных проблемах, сложных ситуациях, где самому не хватает опыта. Однако если родители мешают ему быть самостоятельным, то он воспринимает это враждебно.

**?** *Почему подросток закрывается от родителей в своей комнате, не разрешает трогать его вещи, интересоваться его друзьями?*

Так проявляется стремление к автономии, независимости от взрослых. Подросток хочет почувствовать себя самостоятельным, охраняет свой внутренний мир и свою территорию.

Кроме того, возможно, вы сами проявляете излишнее любопытство в отношении его личных дел, стараетесь всё контролировать. Тогда это естественная защитная реакция. Чем больше вы будете настаивать, тем меньше подросток будет впускать вас в свой внутренний мир.

**?** *Почему он всё время выдвигает к нам претензии?*

Возможно, такой стиль общения он перенял от вас и просто отвечает тем же.

Хочет изменить вас в соответствии со своими представлениями об идеале (каким должен быть взрослый человек, родители).

❓ Почему подросток часто ругается с родителями?

Так он отстаивает свои права, своё мнение. Чем больше вы давите, тем сильнее будет протест.

❓ Почему он сердится, когда мы о чём-то спрашиваем?

Обратите внимание на интонацию, с которой вы спрашиваете: не звучит ли это как допрос?

Подростков раздражает вмешательство в их личную жизнь. Если он захочет, то сам что-то расскажет. Чем больше вы будете спрашивать и расследовать, тем более скрытным станет ваш подросток. Покажите, что вы на его стороне, любите и принимаете его таким, как он есть. Скажите, что вас волнует, чтобы в его жизни всё было хорошо, что вы всегда готовы выслушать и помочь. Но при возможности оправдайте доверие подростка: будьте внимательным слушателем, а не судьёй.

#### ЧТО МЕШАЕТ ВЗРОСЛЫМ В ОБЩЕНИИ С ПОДРОСТКАМИ

- ▶ Привычка видеть в своём сыне или дочери ребёнка.
- ▶ Стремление любой ценой добиться своего.
- ▶ Позиция «Я уже видел жизнь, а ты — учись».
- ▶ Ожидание того, что подросток будет беспрекословно слушаться взрослого.

#### ЧЕГО НЕ ЛЮБЯТ ПОДРОСТКИ

- ▶ Давления со стороны взрослых.
- ▶ Морали, морализаторства.
- ▶ Когда им лезут в душу.
- ▶ Когда решения принимают за них, то есть лишают их самостоятельности.
- ▶ Запретов.
- ▶ Когда в семье нет равноправия между ними и взрослыми.

#### ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОБЩЕНИЯ С ПОДРОСТКАМИ

- ▶ Уважайте личность подростка.
- ▶ Помните: подросток — не ребёнок, он — взрослеющая личность.
- ▶ Общение основывайте на позициях сотрудничества.
- ▶ Используйте принцип партнёрства.

#### КАК НАЛАДИТЬ ЭФФЕКТИВНОЕ ОБЩЕНИЕ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ПОДРОСТКОМ

- ▶ Прислушивайтесь ко мнению сына (дочери), но не основывайтесь только на его (её) желаниях.
- ▶ Цените в подростке как послушание, так и независимость.
- ▶ Обсуждайте проблемы и принимайте решение вместе.
- ▶ Установите правила и твёрдо воплощайте их в жизнь, но не считайте, будто вы не можете ошибаться.
- ▶ Объясняйте мотивы своих требований и поощряйте обсуждение их с подростком.
- ▶ Власть используйте только при необходимости.
- ▶ Если ошиблись или были несправедливы, признайте это. Подросток простит вам ошибку. А вот мириться с тем, что вы всегда правы, он не будет.
- ▶ Помните: ваши отношения — в ваших руках.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Байярд Р. Т., Байярд Дж. Ваш беспокойный подросток. — М., 1991.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. — М., 1986.
3. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. — М., 1995.
4. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребёнком. Как? — М.: Издательский дом АСТ, Астрель, Харвест, 2008.
5. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога. — М.: Эксмо, 2005.
6. Немов Р. С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — Кн. 2: Психология образования.
7. Практическая психология образования / Под ред. И. В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. — М.: ТЦ «Сфера», 1997.
8. Прихожан А. М., Толстых Н. Н. Подросток в учебнике и в жизни. — М., 1990.
9. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. — СПб: Питер, 2012. — (Серия «Мастера психологии»).
10. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. — М., 1994.