

## Возрастные особенности: ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ (11-15 ЛЕТ)

### СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

Как и любой другой, подростковый возраст “начинается” с изменения социальной ситуации развития. Специфика социальной ситуации развития заключается в том, что подросток находится в положении (состоянии) между взрослым и ребенком — при сильном желании стать взрослым, что определяет многие особенности его поведения. Подросток стремится отстоять свою независимость, приобрести право голоса. Избавление от родительской опеки является универсальной целью отрочества. Но избавление это проходит не путем разрыва отношений, отделения, что, вероятно, тоже имеет место (в особых случаях), а путем возникновения нового качества отношений. Это не столько путь от зависимости к автономии, сколько движение к все более дифференцированным отношениям с другими. Все то, к чему подросток привык с детства — семья, школа, сверстники, — подвергаются оценке и переоценке, обретают новое значение и смысл.

Таким образом, в социальной ситуации развития подростка появляется принципиально новый компонент — **отчуждение, т. е. дисгармония отношений в значимых содержательных областях**. Дисгармония проявляется в деятельности, поведении, общении, внутренних переживаниях и ее совокупным результатом являются сложности при “врастании” в новые содержательные области. Дисгармония отношений возникает тогда, когда подросток выходит из привычной, комфортной для него системы отношений и не может еще войти (врасти) в новые сферы жизни. В таких условиях подросткам необходимы те качества, отсутствием которых они и характеризуются.

**Подростковый возраст разделяется на младший подростковый и старший подростковый кризисом 13 лет.** Хотя как по сути, так и по характеру происходящих в этом возрасте перемен, подростковый возраст в целом является кризисным. Для этого существуют как внешние, так и внутренние (биологические и психологические) предпосылки.

К внешним относятся:

**1. Изменение характера учебной деятельности:**

- а) многопредметность,
- б) содержание учебного материала представляет собой теоретические основы наук,
- в) предлагаемые к усвоению абстракции вызывают качественно новое познавательное отношение к знаниям.

**2. Отсутствие единства требований:** сколько учителей, столько различных оценок окружающей действительности, а также поведения-ребенка, его деятельности, взглядов, отношений, качеств личности. Отсюда — необходимость формирования собственной позиции, эмансипации от непосредственного влияния взрослых.

**3. Появление новых требований в семье** — реальной помощи по хозяйству, ответственности.

**4. Изменение положения ребенка в семье** — с ним начинают советоваться.

**5. Расширение социальных связей подростка** — предоставляется возможность для участия в многогранной общественной жизни коллектива.

Наличие внутренних биологических предпосылок объясняется тем, что в этот период весь организм человека выходит на путь активной физиологической и биологической перестройки.

**Кардинально перестраиваются сразу три системы: гормональная, кровеносная и костно-мышечная.** Новые гормоны стремительно выбрасываются в кровь, оказывают будоражащее влияние на центральную нервную систему, определяя начало полового созревания. Выражена неравномерность созревания различных органических систем. В кровеносной системе — мышечная ткань сердца опережает по темпам роста кровеносные сосуды, толчковая сила сердечной мышцы заставляет работать не готовые к такому ритму сосуды в экстремальном режиме. В костно-мышечной системе — костная ткань опережает темпы роста мышц, которые, не успевая за ростом костей, натягиваются, создавая постоянное внутреннее неудобство. Все это приводит к тому, что повышаются утомляемость, возбудимость, раздражительность, негативизм, драчливость подростков в 8—11 раз (А. П. Краковский, 1970).

Так начинается негативная фаза подросткового возраста. Ей свойственны: беспокойство, тревога, диспропорции в физическом и психическом развитии, агрессивность, противоречивость чувств, снижение работоспособности, меланхолия и т. д. Позитивная фаза наступает постепенно и выражается в том, что подросток начинает ощущать близость с природой, по-новому воспринимать искусство, у него появляется мир ценностей, потребность в интимной коммуникации, он испытывает чувство любви, мечтает и т. д. (И. С. Кон).

Выделено четыре вида наиболее ярких интересов подростка, называемых доминантами:

**“эгоцентрическая доминанта”** — интерес подростка к собственной личности;

**“доминанта дали”** — установка подростка на обширные, большие масштабы, которые для него гораздо более субъективно приемлемы, чем ближние, текущие, сегодняшние;

**“доминанта усилия”** — интерес подростка к сопротивлению, преодолению, волевым напряжениям, которые иногда проявляются в упрямстве, хулиганстве, борьбе против воспитательного авторитета, протесте;

**“доминанта романтики”** — интерес к неизвестному, рискованному, к приключениям, к героизму.

## ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

В указанном контексте происходит и смена ведущей деятельности. Роль ведущей в подростковом возрасте играет социально-значимая деятельность, средством реализации которой служит: учение (Л. И. Божович), общение (Д. Б. Эльконин), общественно-полезный труд (Д. И. Фельдштейн).

**Учение.** Именно в процессе обучения происходит усвоение мышления в понятиях, без которого “нет понимания отношений, лежащих за явлениями” (Л. С. Выготский, 1984). Мышление в понятиях дает возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между ними. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием ученика, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность (Л. И. Божович, 1968). Таким образом, “полная социализация мышления заключается в функции образования понятий” (Л. С. Выготский). Изменяется и характер познавательных интересов — возникает интерес по отношению к определенному предмету, конкретный интерес к содержанию предмета. (Л. И. Божович, 1968).

**Общение.** Ведущим мотивом поведения подростка является стремление найти свое место среди сверстников. Причем отсутствие такой возможности очень часто приводит к социальной неадаптированности и правонарушениям (Л. И. Божович, 1968). Оценки сверстников начинают приобретать большее значение, чем оценки учителей и взрослых. Подросток максимально подвержен влиянию группы, ее ценностей; он боится утратить популярность среди сверстников. Интересно, что место подростка в системе взаимоотношений зависит преимущественно от его нравственных качеств, а его положение в группе определяет разную степень его “эмоционального благополучия”. В общении как деятельности происходит усвоение ребенком социальных норм, переоценка ценностей, удовлетворяется потребность в признании и самоутверждении.

**Общественно полезная деятельность.** Пытаясь утвердиться в новой социальной позиции, подросток старается выйти за рамки ученических дел в другую сферу, имеющую социальную значимость. Для реализации потребности в активной социальной позиции ему нужна деятельность, получающая признание других людей, деятельность, которая может придать ему значение как члену общества. Характерно, что когда подросток оказывается перед выбором общения с товарищами и возможности участия в общественно-значимых делах, подтверждающих его социальную значимость, он чаще всего выбирает общественные дела. Общественно полезная деятельность является для подростка той сферой, где он может реализовать свои возросшие возможности, стремление к самостоятельности, удовлетворив потребность в признании со стороны взрослых, “создает возможность реализации своей индивидуальности.

## ЦЕНТРАЛЬНЫЕ НОВООБРАЗОВАНИЯ

На фоне развития ведущей деятельности происходит развитие психических новообразований возраста, охватывающих в этом периоде все стороны развития личности: **изменения происходят в области морали, в половом развитии, в высших психических функциях, в эмоциональной сфере.**

Центральные новообразования: абстрактное мышление; самосознание; половая идентификация; чувство “взрослости”, переоценка ценностей, автономная мораль.

## **Мышление**

При переходе от младшего школьного возраста к подростковому должно качественно измениться мышление школьника.

Суть изменения - в переходе от наглядно-образного мышления и начальных форм словесно-логического к гипотетико-рассуждающему мышлению, в основе которого лежит высокая степень обобщённости и абстрактности.

Необходимым условием формирования такого типа мышления является способность сделать объектом своей мысли саму мысль. И именно в подростковом возрасте появляются все условия для этого.

В 11-12 лет у детей появляется желание иметь свою точку зрения, всё взвесить и осмыслить, потребность в раздумьях о себе и окружающих, в размышлениях о предметах и явлениях, в том числе о тех, что не даны в непосредственно-чувственном восприятии. Этой потребности соответствуют и открывающиеся новые интеллектуальные возможности у учащихся средних классов.

Можно говорить о возникновении в начале подросткового возраста сензитивного периода по отношению к закладыванию основ гипотетико-рассуждающего (абстрактно-логического) мышления.

Общее интеллектуальное развитие учеников, не умеющих оперировать абстрактными понятиями, сформированность которых является важным показателем мыслительно-речевого развития, значительно замедляется. Не владея способами логико-речевых преобразований, школьник демонстрирует низкий уровень языкового развития. При этом он неточно выражает свои мысли, делает неправильные выводы, стремится к дословному воспроизведению текста учебника, тем самым, создавая у учителя представление о себе как о неспособном, “трудном” ученике.

С несформированностью абстрактно-логического мышления связано и значительное число школьных трудностей детей, приводящих часто к стойкой академической неуспеваемости. Знания разного уровня- обобщённые и конкретные, приобретённые с помощью стихийно формирующихся процессов мыслительной деятельности, упорядочиваются слабо, и поэтому в голове ученика они часто “сосуществуют” вместо того, чтобы складываться в иерархизированные системы.

Как показывает практика, специальная работа по целенаправленному развитию абстрактно-логических форм мышления в этот период не проводится. Не формировать абстрактное мышление у подростков, значит не научить их по-настоящему мыслить, по сути, остановить их умственное развитие.

Школьники, только начинающие учиться в средней школе, в связи с низким уровнем сформированности абстрактно-логического мышления уже с первых дней начинают испытывать значительные трудности в обучении, и, кроме того, у них может в связи с этим сформироваться стойкое отрицательное отношение к учению и интеллектуальной деятельности в целом.

Целенаправленное формирование абстрактно-логических форм мышления должно явиться основной задачей развития учащихся средней школы, начиная с младшего подросткового возраста.

**В моральной сфере две особенности заслуживают пристального внимания:**

1. переоценка ценностей;
2. устойчивые “автономные” моральные взгляды, суждения и оценки, независимые от случайных влияний.

Однако мораль подростка не имеет опоры в моральных убеждениях, еще не складывается в мировоззрение, потому может легко изменяться под влиянием сверстников.

Противоречивость морального развития характеризуется следующим типичным проявлением: “Подростки исключительно эгоистичны, считают себя центром Вселенной и, в то же время ни в один из последующих периодов своей жизни они не способны на такую преданность и самопожертвование.

Иногда поведение подростков по отношению к другим людям грубо и бесцеремонно, хотя сами они неимоверно ранимы. Их настроение колеблется между сияющим оптимизмом и самым мрачным пессимизмом. Иногда они трудятся с неиссякаемым энтузиазмом, а иногда медлительны и апатичны” (А.Фрейд).

В качестве условия, повышающего моральную устойчивость, выступает **идеал**. Воспринятый или созданный ребенком идеал означает наличие у него постоянно действующего мотива. Нравственные идеалы по мере развития ребенка становятся все более обобщенными и начинают выступать в качестве сознательно выбранного образца для поведения (Л. И. Божович, 1968).

Существенно изменяется “сфера значимого”, зарождается интерес к интимному миру взрослых.

**Самосознание.** “Перед созревающим подростком впервые раскрывается мир психического. В проникновении во внутреннюю действительность, в мир собственных переживаний решающую роль играет возникающая в переходном возрасте функция образования понятий. Только с образованием понятий наступает интенсивное развитие самовосприятия, самонаблюдения, интенсивное познание внутренней действительности, переживаний. Понятие, являясь важнейшим средством познания и понимания, приводит к основным изменениям в содержании мышления подростка” (Л. С. Выготский). В мышлении подростка открывается способность абстрагировать понятие от действительности, формулировать и перебирать альтернативные гипотезы, делать предметом анализа собственную мысль.

Соответственно самосознание развивается в строгой зависимости от развития мышления.

Формирование самосознания подростка заключается в том, что он начинает постепенно выделять качества из отдельных видов деятельности и поступков, обобщать и осмысливать их как особенности своего поведения, а затем и качества своей личности. Я-концепция в подростковом возрасте — одна из самых динамично развивающихся психологических структур.

Предметом оценки и самооценки, самосознания и сознания являются качества личности, связанные, прежде всего, с учебной деятельностью и взаимоотношениями с окружающими. Поведение подростка становится поведением для себя, он осознает себя целостно. Это конечный результат и центральная точка всего переходного возраста.

Чрезвычайно важный компонент самосознания — **самоуважение**. Самоуважение выражает установку одобрения или неодобрения по отношению к самому себе и указывает, в какой мере индивид считает себя способным, значительным, преуспевающим и достойным. У подростков 12—14 лет наблюдается существенное понижение самоуважения, причем “плохими” считают себя в большинстве девочки.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТА

В целом, у значительного числа подростков отношения дисгармонизированы в той или иной мере. Это взаимное непонимание с родителями, проблемы с учителями, негативные переживания, тревога, беспокойство, дискомфорт, ожидание агрессии, ссоры со сверстниками, закрытость, нежелание и неумение говорить о себе, своем внутреннем мире, незнание того, как и какую информацию получать о себе, незнание и неумение работать с ней. Отношения подростков с окружающим миром спонтанны, неконструктивны, незрелы, некомпетентны.

Подростки проявляют негативизм по отношению к взрослым (учителям), трагически переживают ситуации невключенности в группу сверстников (если все против меня — я против всех), надеются на неопределенное светлое будущее, бравируют своей независимостью, приверженностью материальным интересам, испытывают потребность в общении.

Интенсивное развитие абстрактного мышления приводит к изменению способов мышления, его социализации.

В результате изменяются взгляды на окружающую действительность и на самого себя. Поведение подростка становится для него той реальностью, в которой он начинает оценивать себя как то, что он есть на самом деле. Активное формирование самосознания и рефлексии рождает массу вопросов о жизни и о себе. Постоянное беспокойство “какой я?” вынуждает подростка искать резервы своих возможностей. Интерес к себе чрезвычайно высок. Происходит открытие своего внутреннего мира. Внутреннее “Я” перестает совпадать с “внешним”, что приводит к развитию самообладания и самоконтроля.

Вместе с осознанием своей уникальности, неповторимости, непохожести на других подросток часто испытывает чувство одиночества. С одной стороны, растет потребность в общении, с другой — повышается его избирательность, появляется потребность в уединении.

Подростки особенно чувствительны к особенностям своего тела и своей внешности, постоянно сопоставляют свое развитие с развитием сверстников. Специфическим для них является фиксация на реальных или воображаемых недостатках. Описывая себя,

подросток часто употребляет выражения: “некрасивый”, “неумный”, “безвольный” и др. Важно, насколько его тело соответствует стереотипному образу мужественности или женственности. Подростки часто становятся жертвами так называемого синдрома дисморфомании (страх или бред физического недостатка).

Подросток стремится осмыслить свои права и обязанности, оценить свое прошлое, обдумать настоящее, утвердить и понять самого себя. Формируется стремление быть и считаться взрослым. Чувство взрослости как проявление самосознания является стержневым, структурным центром личности.

Особенности самосознания и самооценки проявляются в поведении. При заниженной самооценке подросток стремится к решению самых простых задач, что мешает его развитию. При завышенной (что довольно редко встречается в этом возрасте) он переоценивает свои возможности, стремится выполнить то, с чем не в состоянии справиться.

Важным моментом является противоречивость самохарактеристик, особенно для мальчиков. Так, в сочинениях на тему “Какой я?” подростки пишут: “Я хороший, честный, иногда вру родителям...” и т. п.

Мощным фактором саморазвития в старшем подростковом возрасте становится появившийся интерес к вопросу “Каким я могу стать в будущем?” Именно с таких размышлений начинается перестройка мотивационной сферы, обусловленной ориентацией на будущее (Н. Н. Толстых).

### **Отношения с родителями**

Сфера взаимоотношений с родителями на протяжении всего периода взросления остается значимой и оказывает сильное влияние на формирование личности. Старшие подростки впервые “открывают для себя родителей” и начинают предъявлять им чрезвычайно высокие требования.

Родители осознаются подростками как люди, обеспечивающие их настоящее и будущее. В связи с этим подростки очень эмоционально и заинтересованно относятся к своим отношениям с родителями, социальному статусу отца и взаимопониманию с матерью. Однако процесс взаимоотношений имеет одностороннюю направленность — подростки требуют от родителей внимания, понимания, поощрения. Собственные проблемы родители “пусть решают сами”, подросток лишь оценивает успешность таких решений. Нет готовности пойти навстречу родителям, что-то дать, “поделиться собой”. В большинстве случаев присутствует ориентация не только на то, чтобы “взять” от родителей, но и на то, чтобы “дали”, сводя собственную активность к нулю.

В семьях отсутствует атмосфера теплоты и интимности в отношениях родителей и детей. Каждый шестой подросток (из полной семьи) испытывает эмоциональное отвержение со стороны обоих родителей. Наиболее типично враждебно-непоследовательное отношение родителей в сочетании с их психологической автономией. Подростки формулируют его как отношение “не до тебя”. В половине случаев в отношении подростков к родителям присутствует явная или скрытая враждебность

**В подростковом возрасте отношение к семье в целом и к родителям изменяется в следующих направлениях:**

1. Появляются критика, сомнения и противодействие ценностям, установкам и образу действий взрослых.
2. Эмоциональные связи с семьей ослабевают.
3. Родители как образец для ориентации и идентификации отступают на второй план.
4. В целом уменьшается влияние семьи, хотя, по сути, она остается важной референтной группой.

Тем не менее, появляются ростки нового позитивного отношения к родителям, как и в целом к взрослым развивается эмпатия, стремление помочь им, разделить с ними радость и горе. Взрослые же, как показывают исследования, в лучшем случае сами готовы проявить сочувствие по отношению к подростку, но совершенно не готовы принять подобное отношение с его стороны (Н. Н. Толстых).

### Отношение к сверстнику

Общая мотивация подростка смещается на общение. Здесь возникают конфликты, происходит переоценка ценностей, удовлетворяется потребность в признании и стремление к самоутверждению. Доминантная потребность в общении формулируется следующим образом: “Научиться общаться”, “Научиться лучше понимать друг друга”. Сверстники рассматриваются как источник безопасности и поддержки.

Потребность в общении со сверстниками актуализирует проблему уверенного поведения. Современные подростки часто теряются в провокационных, задевающих, угрожающих ситуациях, выбирая либо подчинение, либо ответную агрессивность. Другой тип ситуаций, в которых у подростков преимущественно преобладает неконструктивный стиль поведения, — это ситуации, когда самому подростку или другому человеку нужна поддержка.

В половине ситуаций коммуникативный стиль подростков уверенный, вторая же половина ситуаций показывает подавляющее преобладание зависимого поведения над агрессивным.

Характерна жесткая поляризация сверстников, строящаяся на следующих оппозициях “хороший — плохой”, “за меня — против меня”, а также — небрежность и агрессия.

Наблюдается следующая динамика мотивов общения со сверстниками: в 12—13 лет подростку важно занять определенное место в коллективе сверстников. Содержание общения младших подростков сосредоточивается вокруг процессов учения и поведения — лидер среди сверстников тот, кто лучше учится и правильно себя ведет, положительный образ является ведущим. В 14—15 лет доминирует стремление к автономии в коллективе и поиск признания ценности собственной личности в глазах сверстников. Содержание общения фокусируется на вопросах личностного общения, индивидуальности — наиболее привлекательной становится личность “интересная”,



“сильная”, “особенная”. У многих подростков оказывается фрустрированной потребностью “быть значимым” в их среде.

Примерно с 12 лет у подростков начинает интенсивно развиваться личностная и межличностная рефлексия, в результате которой они склонны видеть причины своих неудач, конфликтов или успехов в общении в особенностях собственной личности. Появляется способность брать ответственность на себя за успешность своего общения с окружающими.

В отношениях мальчиков и девочек исчезает непосредственность. Появляющееся у подростка чувство взрослости толкает его к освоению “взрослых” видов взаимодействия, в том числе с противоположным полом. Возникающий интерес к другому полу у младших подростков часто проявляется неадекватно. Мальчики начинают “задираться”, “приставать” и пр. Девочки чаще всего, понимая причины таких действий, не обижаются, демонстрируя, что не обращают внимание на это. У старших подростков возникает стеснительность, напряженность, скованность.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА**

Подростковый возраст является сензитивным для формирования психологической культуры личности. Специфика феномена отчуждения в подростковом возрасте и психологические особенности возраста позволяют решить проблему отчуждения в подростковом возрасте посредством целенаправленного развития Я-концепции.

В этом возрасте дети особенно восприимчивы к психологическим знаниям и психологическим тренингам, направленным на развитие базовых навыков общения.

### **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 невключенности 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.

Подросток подвержен сильнейшим переживаниям, вызванным как чувством наступающей взрослости и формированием образа “Я”, так и идентификацией с образом пола. Для младших и особенно для старших подростков характерны переживания, связанные с их отношением к себе, к собственной личности, процессом познания себя и преимущественно эти переживания отрицательные. Один из первых результатов самопознания — пониженная самооценка. По многим критериям — “ум”, “общение”, “здоровье”, “характер” и др. — в 10-балльном измерении подросток оценивает себя примерно на 5 баллов, а по критерию “счастье” не поднимается выше

3— 4 баллов. Процесс самопознания идет по пути обнаружения все новых недостатков и негативных качеств, подросток во всем винит себя — и в плохой учебе, и в конфликте с родителями. Этому способствует усвоение им представлений и оценок, которые есть у окружающих взрослых. Исследования показывают, что родители и учителя практически не видят положительных черт, достоинств подростка, тогда как суждения о недостатках предельно разнообразны, конкретны. Подросток еще не умеет опираться на сильные стороны своей личности, характера, свои достоинства, поэтому уязвим.

Изменившаяся система мотивов и переживаний провоцирует разного рода патологические реакции. Известно, что среди подростков наблюдается рост психопатий, переходящих в нарушения поведения, неврозы, шизофрению (А. П. Личко). Поведение 13-летних беспорядочно и неустойчиво: регрессивные тенденции и детские модели поведения (особенно в моменты стресса и замешательства) могут сменяться абсолютно зрелыми действиями.

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.