



ПСИХОЛОГИЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Особенности психического развития подростка

Отрочество — этап онтогенеза, находящийся между детством и ранней юностью. Он охватывает период от 10–11 до 13–14 лет (V–VIII классы). Понятие отрочества объединяет предподростковый, младший подростковый и средний подростковый возраст.

Начало отрочества характеризуется появлением ряда специфических черт, важнейшими из которых являются стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личностную автономию.

Главная особенность подросткового периода — резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. У разных подростков эти изменения происходят в разное время: некоторые подростки развиваются быстрее, некоторые в чем-то отстают от остальных, а в чем-то опережают их и т. п.

Традиционно подростковый возраст рассматривается как период отчуждения от взрослых. Ярко выражены не только стремление противопоставить себя взрослым, отстаивать свою независимость и права, но и ожидание от взрослых помощи, защиты и поддержки, доверие к ним, ожидание их одобрения и оценок. Значимость взрослого отчетливо проявляется в том, что для подростка существенна не столько сама по себе возможность самостоятельно распоряжаться собой, сколько признание окружающими взрослыми этой возможности и принципиального равенства его прав с правами взрослого человека.

Важный фактор психического развития в подростковом возрасте — общение со сверстниками, которое выделяют в качестве ведущей

деятельности этого периода. Стремление подростка занять удовлетворяющее его положение среди сверстников сопровождается повышенной конформностью к ценностям и нормам группы сверстников.

Отрочество — время бурного и плодотворного развития познавательных процессов. Период характеризуется становлением избирательности, целенаправленности восприятия, становлением устойчивого, произвольного внимания и логической памяти. В это время активно формируется абстрактное, теоретическое мышление, опирающееся на понятия, не связанные с конкретными представлениями, появляется способность строить сложные умозаключения, выдвигать гипотезы и проверять их. Формирующееся мышление неразрывно связано с рефлексией — способностью делать предметом мысли саму мысль — и служит необходимой основой для развития у подростка самоосознания.

Наиболее важен в этом отношении период 11–12 лет — время перехода от конкретного мышления к мышлению теоретическому, от непосредственной памяти к логической. При этом переход на новый уровень осуществляется постепенно: у детей 11 лет, часто на протяжении всего VI класса, доминирующим остается конкретный тип мышления, постепенно происходит его перестройка и лишь примерно с 12 лет, с VII класса, школьники начинают осваивать мир теоретического мышления. Происходящие изменения как раз и составляют сложность этого периода, причем разные дети переживают его по-разному. Вместе с тем решающее влияние на эти изменения оказывают две стороны учебной деятельности школьника: ее организация взрослыми и ее сформированность у самого подростка.

В период отрочества сильнее становятся индивидуальные различия в интеллектуальной деятельности, что связано с развитием самостоятельного мышления, интеллектуальной активности, творческого подхода к решению задач. Это позволяет рассматривать возраст 11–14 лет как сензитивный период для развития творческого мышления.

Динамический характер развития, активное формирование теоретического, рассуждающего мышления, с одной стороны, и социальная незрелость подростка, его ограниченный жизненный опыт — с другой, приводят к тому, что, построив какую-либо теорию, сделав умозаключение, подросток принимает их за реальность, которая может привести к желаемым для него результатам.

Центральное личностное новообразование этого периода — становление нового уровня самосознания, Я-концепции, выражающейся в стремлении понять себя, свои возможности и особенности, свое



сходство с другими людьми и свое отличие — уникальность и неповторимость. Отрочество характеризуется прежде всего повышением значимости Я-концепции, системы представлений о себе, формированием сложной системы самооценок на основании первых попыток самоанализа, сравнения себя с другими. Подросток смотрит на себя как бы «извне», сопоставляет себя с другими — взрослыми и сверстниками — ищет критерии для такого сравнения. Благодаря этому у него постепенно вырабатываются некоторые собственные критерии оценки себя, и он переходит от взгляда «извне» на взгляд «изнутри». Ориентация на оценку окружающих сменяется ориентацией на самооценку, формируется представление о Я-идеальном. Именно в подростковом возрасте сопоставление реальных и идеальных представлений о себе становится подлинной основой Я-концепции школьника.

Новый уровень самосознания, формирующийся под влиянием ведущих потребностей возраста, а именно самоутверждения и общения со сверстниками, одновременно определяет их и влияет на их развитие.

Для понимания подросткового возраста, выбора правильного направления и форм работы необходимо иметь в виду, что этот возраст относится к так называемым критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных кризисов.

Л. С. Выготский подчеркивал, что за всяким негативным симптомом кризиса «скрывается позитивное содержание, состоящее обычно в переходе к новой и высшей форме». Имеющиеся данные убедительно свидетельствуют о том, что попытки взрослых избежать проявлений кризиса, создав условия для реализации новых потребностей, как правило, оказываются безрезультатными. Подросток как бы провоцирует запреты, специально «принуждает» родителей к их наложению, чтобы получить возможность проверить свои силы в преодолении этих запретов, проверить и собственными усилиями расширить границы своей самостоятельности. Именно в ходе этого столкновения подросток узнает себя, свои возможности, удовлетворяет потребность в самоутверждении. Если же этого не происходит, т. е. отрочество проходит гладко и бесконфликтно или осуществляется по типу «кризиса зависимости», в дальнейшем может проявиться либо запоздалый, а потому особенно болезненный и бурно протекающий кризис в 17–18 лет и даже позже, либо затяжная инфантильная позиция «ребенка», характеризующая человека в период молодости и даже в зрелом возрасте.

Таким образом, позитивный смысл подросткового кризиса заключается в том, что благодаря ему, благодаря борьбе за независимость, проходящей в относительно безопасных условиях и не принимающей крайних форм, подросток удовлетворяет потребности в самопознании и самоутверждении; у него не просто возникают чувство уверенности в себе и способность полагаться на себя, но формируются способы поведения, которые позволяют ему справляться с жизненными трудностями и в дальнейшем.

При этом важно иметь в виду, что кризисные симптомы проявляются не постоянно, хотя порой они проявляются достаточно часто. Кризисные симптомы варьируют от подростка к подростку; их интенсивность также бывает различной.

Кризис подросткового возраста проходит через три фазы:

- 1) негативную, или предкритическую, — фазу ломки старых привычек, стереотипов, распада сформировавшихся ранее структур;
- 2) кульминационную точку кризиса, в подростковом возрасте — это, как правило, 13 лет, хотя возможны значительные индивидуальные вариации;
- 3) посткритическую, т. е. фазу формирования новых структур, построения новых отношений и т. п.

Возрастной кризис может проходить в двух основных формах. Первая — это кризис независимости. Его симптомы — упрямство, негативизм, своеволие, обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, ранее выполнявшимся, ревность к собственности. Остро ощущаемый собственный внутренний мир — главная собственность, которую оберегает подросток, ревниво защищая ее от других. Вторая форма, кризис зависимости, противоположна первой: чрезмерное послушание, зависимость от старших или сильных, регресс к старым интересам, вкусам, формам поведения.

Если кризис независимости — это некоторый рывок вперед за пределы старых норм или правил, то кризис зависимости — возврат назад, к той своей позиции, к той системе отношений, которая гарантировала эмоциональное благополучие, чувство уверенности, защищенности. И то и другое — варианты самоопределения. В первом случае это — «Я уже не ребенок», во втором — «Я ребенок и хочу оставаться им». С точки зрения развития наиболее благоприятным оказывается именно первый вариант.

Одновременное присутствие и стремления к независимости, и стремления к зависимости связано с двойственностью позиции школьника. В силу недостаточной психологической и социальной



зрелости подросток, предъявляя взрослым и отстаивая перед ними свои новые взгляды, добиваясь равных прав, стремясь расширить рамки дозволенного, одновременно ждет от взрослых помощи, поддержки и защиты, ждет (неосознанно), что взрослые обеспечат относительную безопасность этой борьбы, оградят его от слишком рискованных шагов.

Период отрочества — благоприятный период для развития многих сторон личности, например таких, как познавательная активность, любознательность. Наиболее важен в этом плане возраст 10–12 лет. Возраст 11–14 лет — важный период для развития самосознания подростка, его рефлексии, Я-концепции, чувства Я. Обычно 13–14 лет — время первого знакомства с литературой по самовоспитанию, научно-популярной литературой по психологии, возрастной физиологии. Однако за интересом к проблемам самовоспитания, желанием понять и изменить себя в этом возрасте, как правило, еще не стоят какие-либо конкретные действия или же они выполняются крайне непоследовательно и недолго. Поэтому подростки нуждаются в специальной помощи в организации и осуществлении процесса саморазвития.

Наиболее значим период отрочества для развития полноценного общения. Об этом свидетельствуют следующие данные: у тех школьников, которые в 12–14-летнем возрасте были ориентированы преимущественно на семью и мир взрослых, в юношеском и взрослом возрасте часто возникают проблемы во взаимоотношениях с людьми, причем не только в личных, но и в служебных. Неврозы, нарушения поведения, склонность к правонарушениям также наиболее часто встречаются у людей, чьи взаимоотношения с ровесниками в детском и подростковом возрасте были проблемными. В долговременной перспективе полноценное общение со сверстниками в подростковом возрасте намного существеннее для сохранения психического здоровья, нежели такие факторы, как умственное развитие, школьная успеваемость, взаимоотношения с педагогами.

Основные направления работы с подростками

Основные задачи развития в этот период:

- формирование нового уровня мышления, логической памяти, устойчивого внимания;
- формирование широкого спектра способностей и интересов, определение круга устойчивых интересов;
- формирование интереса к другому человеку как к личности;

- развитие интереса к себе, стремления разобраться в своих способностях, поступках, формирование первичных навыков самоанализа;
- развитие и укрепление чувства взрослости, формирование адекватных форм утверждения самостоятельности, личностной автономии;
- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания;
- развитие моральных качеств, форм сочувствия и сопереживания другим людям;
- формирование представлений о происходящих изменениях, связанных с ростом и половым созреванием.

Формирование интереса к себе. Развитие самооценки

Развитие самосознания, формирования интереса к себе, самооценки в VI–VII классах существенно различается.

Одиннадцать лет — период, когда у школьника возникает желание понять, лучше узнать себя и появляется потребность в самооценке. Вместе с тем он чувствует, что не умеет, не может оценить себя, не знает, каким образом и при помощи каких критериев это можно сделать. Поэтому для школьника становится важной объективная оценка его деятельности. Это отражается на собственной оценке его способностей: помимо интереса к тому или иному учебному предмету на нее начинает действовать новый фактор — ориентация на реальные достижения.

Выше уже упоминалось о том, что подросткам в этом возрасте сложно думать, а тем более говорить о себе и что это сочетается с возникшим острым «чувством Я» и повышением значимости проблем, связанных с самооценкой. У них слабо развит рефлексивный анализ, нередко растут негативное самовосприятие, негативная самооценка.

В 12 лет интерес к собственному внутреннему миру становится еще сильнее. Формируется умение думать и говорить о себе, у подростков начинает складываться необходимый для этого словарный запас, развивается личностная рефлексия. Представления о собственных возможностях, интересах составляют основу самооценки школьников этого возраста, являются главным предметом их гордости, служат основой для чувства собственного достоинства.

В дальнейшем, в 13–14-летнем возрасте, нестабильность этой сферы усиливается.