

## ***Особенности подросткового возраста***

### **Причины неустойчивости поведения**

Психология подросткового возраста обусловлена физическими изменениями организма ребенка. В начале периода скорость развития эндокринных центров опережает развитие половой системы. Поэтому центральная нервная система подростков находится в неуравновешенном состоянии.

Процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Отсюда резкая, часто неадекватная реакция на замечания и на действия взрослых и сверстников. Настроение часто меняется, от приподнятого до угнетенного состояния и наоборот.

Повышена утомляемость. Из-за ускоренного роста и недостатка витаминов и полезных веществ могут появиться проблемы в опорно-двигательном аппарате: сутулость, искривление позвоночника. Это еще больше влияет на психическую устойчивость подростков. От анатомо-физиологических особенностей подросткового возраста зависит процесс развития психики детей от 11 до 17 лет.

В подростковом возрасте формируется окончательно и значительно усиливается интерес к противоположному полу. Возникает и развивается половое влечение. Предъявляются повышенные требования к своей внешности.

### **Половое развитие мальчиков и девочек**

Психологическая характеристика подросткового возраста обусловлена ускоренными темпами полового развития. Это проявляется и во внешности подростков. И у девочек, и у мальчиков появляются вторичные половые признаки. У них меняется тембр голоса, у мальчиков это изменение более заметно. У девочек появляются менструации и налаживается менструальный цикл. У мальчиков увеличивается рост и вес.

Подростки уделяют повышенное внимание своей «взрослости». Они начинают подражать старшим, причем не только их положительным чертам и привычкам, но и отрицательным.

Внешние признаки подросткового возраста у девочек проявляются ярче. Они начинают тянуться к более старшим мальчикам и к молодым людям. Мальчики для подтверждения своей состоятельности во взрослой жизни копируют поведение мужчин. В этом возрасте чаще всего происходит приобщение к алкоголю, к никотину и к наркотикам.

### **Психологические особенности**

Психологические особенности подросткового возраста характеризуются противоречивостью во всем:

- С одной стороны подросток крайне болезненно относится к любой критике, но с другой – ждет общения с ним как с взрослым человеком.
- Из-за импульсивности и нетерпения подростки не могут справиться иногда даже с повседневными обязанностями, но становятся более ответственными и способными на выполнение сложных дел.
- Внимательность к мелочам и деталям уживается у подростков с удивительной душевной черствостью и порой даже с жестокостью.
- Желание быть «как все» спорит с утверждением собственной индивидуальности и подчеркиванием своей независимости от мнения окружающих.
- Независимость суждений и борьба с авторитетами соседствует с обожествлением кумиров и копированием поведения случайных людей.

Общая характеристика подросткового возраста отличаются следующими чертами поведения:

- эмоциональной неустойчивостью;
- резкими перепадами настроения;
- повышенным самолюбием;
- резкостью суждений;
- застенчивостью и неуверенностью в своих силах.

### **Общение со сверстниками**

Характеристикой подросткового возраста является чрезвычайно сильное влияние сверстников. Одним из самых важных факторов является их положение в группе. Для них характерно желание слиться со значимым кругом сверстников, быть похожим на лидера группировки. При этом мнение родителей и других взрослых часто проигрывает по сравнению с авторитетом подросткового сообщества.

Комфорт в кругу своей группы, слияние с друзьями по взглядам, привычкам, поведению дает подростку чувство эмоциональной безопасности. Иногда слепое подчинение правилам компании, которую предпочитает подросток, может привести к самым неблагоприятным последствиям.

Подростки часто мечтают о единственном, самом верном друге. В то же время они могут менять друзей, ссориться и находить новых знакомых, которые быстро становятся идеалом и кумиром.

### **Развитие личности**

Возрастные особенности подросткового возраста ведут к развитию того или иного типа человеческой личности. Постепенно от слепого копирования оценок взрослых подростки переходят к анализу и оцениванию поступков и действий других людей. Они

учатся оценивать и себя. Основным инструментом обучения самооценке является сравнение своих поступков и своей личности с другими людьми.

Одна из ярких особенностей подросткового возраста – реакция эмансипации. Взросление невозможно без принятия ответственности за свои поступки. Подростки стараются высвободиться из-под влияния взрослых, поступать и действовать самостоятельно. Иногда это стремление чрезмерно и выражается через крайние формы. Подростки конфликтуют с родителями, уходят из дома, пытаются отгородиться от своей семьи.

Чувство «взрослости», рост самосознания, пробуждение интереса к противоположному полу можно отнести к новообразованиям подросткового возраста. Подросток уже чувствует себя полноценной личностью и отстаивает свое право на самостоятельность суждений и на принятие решений. Он хочет принести пользу обществу, занимать активную жизненную позицию. Однако реализовать себя, осуществлять серьезную деятельность подросток еще не может. Поэтому для него характерна показная «взрослость», отстаивание которой часто оборачивается конфликтами с окружающими.

Особенности подросткового возраста психология признает одним из самых сложных периодов развития личности. Это трудное время родители должны пройти вместе со своими детьми. С их стороны позиция должна быть определенной и твердой. Чрезмерная опека и большое количество требований может привести к неразрешимым конфликтам. Попустительство, равнодушие, недостаток требовательности родителей не менее вредно для детей в подростковом возрасте. Это приведет к возникновению новых проблем и углублению существующих.