
Психофизиологические особенности подросткового возраста

Лекция для родителей

Балдина Т.А. учитель МОУ СОШ с. Салтыково

Психофизиологические особенности подросткового возраста

Содержание

Введение

- I) 1.1 Особенности подросткового возраста, границы, этапы развития
- 1.2 Половое созревание, как важнейший фактор развития подростка
- 1.3 Физические и социопсихологические особенности подросткового возраста
- II) 2.1 Детские поведенческие реакции в подростковом возрасте
- 2.2 Внешний вид подростка

Введение

Для развития человека важен каждый возраст. И все же подростковый возраст занимает особое место в психологии. Это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Главное содержание подросткового возраста составляет его переход от детства к взрослой жизни. Все стороны развития подвергаются качественной перестройке, возникают и формируются новые психологические новообразования, закладываются основы сознательного поведения, формируются социальные установки. Этот процесс преобразования и определяет все основные особенности личности детей подросткового возраста. Для переходного возраста характерна переориентация подростка с родителями, учителями и вообще старших ровесников, более или менее равных себе по положению. Подросткам свойственно тяготение к группированию со сверстниками, где вырабатываются и апробируются навыки социального взаимодействия.

Каждый возраст хорош по-своему. И в то же время, в каждом возрасте есть свои особенности, есть свои сложности. Не исключением является и подростковый возраст. Это самый долгий переходный период, который характеризуется рядом физических изменений. В это время происходит интенсивное развитие личности, ее второе рождение.

I) 1.1 Особенности подросткового возраста, границы, этапы развития

Подростковый возраст - это тот период жизни, когда у человека формируются нормы и способы построения общения. И помогает этому общественно полезная деятельность в любых ее формах: производственно-трудовой, художественной, общественно-организационной, спортивной, учебной, - а главное, свободный переход от одной ее формы к другой. Однако приходится признать, что организация школьной жизни не удовлетворяет пока требованиям этой ведущей деятельности подросткового возраста. Поэтому именно в данном направлении необходимо совершенствовать учебно-воспитательный процесс. Это тем более важно, поскольку основные психологические новообразования подростков - сознательная регуляция своих дел и

поступков, умение учитывать чувства, интересы, желания и характер других людей и ориентироваться на них при организации своего поведения - формируются в развитых формах общественно полезной деятельности.

Становление психологического механизма, позволяющего учитывать интересы другого человека, происходит именно у подростков. Поэтому от характера и организации их общественно полезной деятельности на этом этапе жизни во многом зависит богатство форм и способов человеческого общения, их нравственного поведения в будущем.

Подростковый возраст - пора жизни, когда особенно волнуют общечеловеческие проблемы и ценности, начинает складываться моральное сознание, намечаются общие контуры жизненной позиции. Но для окончательного ее определения у подростка нет еще необходимого гражданского опыта, четкой ориентации в социальных отношениях. У старшеклассников уже есть для этого все предпосылки - их возраст внутренне связан с построением жизненных планов, с определением дальнейшего пути. Не случайно основным психологическим новообразованием старшего школьника является самосознание.

У индивида, прошедшего все периоды становления личности, возникают и закрепляются качества, лежащие в основе его мировоззрения и нравственности и необходимые для последующей активной производственной и гражданской деятельности.

Граница подросткового возраста в медицинской, педагогической, психологической, социологической и юридической литературе понимаются по-разному: то как 11 —14 лет, то как 14—18 лет, то как 12—20 лет и т. д. С позиций подростковой психиатрии, к этому возрасту наиболее рационально относить весь период полового созревания — от его первых признаков до наступления полной зрелости. С последней в настоящее время в большинстве стран совпадает возраст юридической самостоятельности — 18 лет.

С психологической точки зрения, период полового созревания делят на две части негативную и позитивную стадии. В первой из них (до 15 лет) подросток противопоставляет себя другим, особенно старшим, всюду противоречит, не подчиняется установленным правилам и порядкам. В позитивной стадии (с 16 лет) выступает противоположная тенденция к социализации, приобщению к духовным ценностям своего времени, выработке жизненных правил.

1.2 Половое созревание, как важнейший фактор развития подростка

Половое созревание занимает особое место в развитии ребенка. Наступление полового созревания совпадает с подростковым возрастом и является его отличительной чертой. Созревание репродуктивной системы достигает уровня взрослого человека к семнадцати-восемнадцати годам. Существует определенная связь между гормональной активностью половых желез и физическим и половым

развитием подростков. Так, ускорение роста у мальчиков и девочек начинается в разном возрасте. У мальчиков наиболее интенсивный рост происходит в тринадцать–пятнадцать лет, у девочек – в одиннадцать–тринадцать. Девочки начинают обгонять мальчиков в росте примерно с десяти лет. После тринадцати-четырнадцати лет, с наступлением первой менструации, темп роста девочек резко падает, и мальчики начинают вновь обгонять их. Нарастание веса также имеет определенные закономерности: до одиннадцати лет вес девочек и мальчиков примерно одинаков: с одиннадцати до четырнадцати лет вес девочек превышает вес мальчиков, но к шестнадцати годам вес юношей значительно превосходит вес их сверстниц. Уровень полового созревания отражает состояние нейро-эндокринных механизмов регуляции организма в целом и является одним из главных показателей зрелости репродуктивной системы. У некоторых подростков ростовой скачок и наступление полового созревания происходят раньше или позже, чем у большинства сверстников. В таких случаях принято говорить о несовпадении биологического и паспортного возраста, общей задержке или ускорении полового и физического развития. Эти особенности следует учитывать при построении учебных программ.

У части подростков в начальный период полового созревания также возникают проблемы с запоминанием больших объемов информации. В этот период идет становление половой идентичности, сексуальной роли. Это очень важное обстоятельство, т.к. половое созревание - это стержень, вокруг которого структурируется самосознание подростка. Подросток начинает осознавать себя не ребенком, а в большей степени взрослым, как бы примеряет на себя взрослые роли, которые ему не дают сыграть. Поэтому подростку часто кажется, что его не понимают, что приводит к психологическим и социальным конфликтам, выходом из которых для подростка может стать поиск среды, в которой "понимают".

1.3 Физические и социопсихологические особенности подросткового возраста

Подростковый возраст как переходный период.

Подростковый период жизни составляет переходный этап между детством с его полной зависимостью от старших и невозможностью просуществовать без них и взрослым возрастом с его способностью к самостоятельной жизни, воспроизведению и воспитанию потомства. Подростковый возраст называют также пубертатным периодом, так как он охватывает процесс полового созревания от его первых признаков до полного завершения. Переходным подростковый возраст является также в социопсихологическом отношении. Именно на этот период падает формирование характера, т. е. основы личности. В это же время выявляются и закладываются некоторые другие личностные компоненты — способности, наклонности, интересы, значительная часть социальных отношений. Этот возраст неслучайно называют "трудным". Становление характера, переход от опекаемого взрослыми детства к самостоятельности - все это обнажает и заостряет слабые

стороны личности, делает ее особенно уязвимой и податливой неблагоприятным влияниям среды.

Подростковый комплекс включает перепады настроения от безудержного веселья к унынию и обратно без достаточных причин, а также ряд других полярных качеств, выступающих попеременно. Чувствительность к оценке посторонними своей внешности, способностей, умений сочетается с излишней самонадеянностью и безапелляционными суждениями в отношении окружающих. Сентиментальность порою уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость - с развязностью, желание быть признанным и оцененным другими - с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами - с обожествлением случайных кумиров, а чувственное фантазирование - с сухим мудрствованием.

С моей точки зрения, суть подросткового комплекса составляют свойственные этому возрасту определенные психологические особенности, поведенческие модели, специфически-подростковые поведенческие реакции на воздействия окружающей социальной среды. К ним относятся реакции эмансипации, группирования со сверстниками, реакция увлечения (хобби-реакция) и реакции, обусловленные формирующимся сексуальным влечением.

2.2 Внешний вид подростка, душевное состояние подростка

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 имеющихсЯ расхождений. Родителей не устраивает ни молодёжная мода, ни цены на вещи, так нужные их ребёнку. А подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится ничем не отличаться от сверстников.

Внутренне происходит следующее:

У подростка появляется своя позиция. Он считает себя уже достаточно взрослым и относится к себе как к взрослому. Желание, чтобы все (учителя, родители) относились к нему, как к равному, взрослому. Но при этом его не смутит, что прав он требует больше, чем берет на себя обязанностей. И отвечать за что-то подросток вовсе не желает, разве что на словах. Стремление к самостоятельности выражается в том, что контроль и помощь отвергаются. Ведущей деятельностью в этом возрасте является коммуникативная. Общась, в первую очередь, со своими сверстниками, подросток получает необходимые знания о жизни. Очень важным для подростка является мнение о нем группы, к которой он принадлежит. Сам факт принадлежности к определенной группе придает ему дополнительную уверенность в себе. Положение

подростка в группе, те качества, которые он приобретает в коллективе существенным образом влияют на его поведенческие мотивы. Более всего особенности личностного развития подростка проявляются в общении со сверстниками. Любой подросток мечтает о закадычном друге. При чем о таком, которому можно было бы доверять "на все 100", как самому себе, который будет предан и верен, несмотря ни на что. В друге ищут схождения, понимания, принятия. Друг удовлетворяет потребность в самопонимании. Практически, друг является аналогом психотерапевта. Дружат чаще всего с подростком того же пола, социального статуса, таких же способностей (правда, иногда друзья подбираются по контрасту, как бы в дополнение своим недостающим чертам). Дружба носит избирательный характер, измена не прощается. А вместе с подростковым максимализмом дружеские отношения носят своеобразный характер: с одной стороны - потребность в единственно-преданном друге, с другой - частая смена друзей.

Заключение

Я считаю, что тема "Психофизиологические особенности подросткового возраста" играет очень важную роль в наше непростое время. Эта тема до сих пор подвергается тщательному изучению, потому что родители, учителя часто сталкиваются с проблемами подросткового возраста, нужно уметь их правильно решать, находить подход к ребенку, а также учиться находить выход из любой ситуации

Подростковый возраст – время бурного и во многом противоречивого развития, сменяющего период сравнительно спокойного роста и накопления сил у младших школьников. В это время происходят значительные изменения и в организме, и в психике ребенка, играющие исключительно важную роль в формировании личности человека. Для данного возраста характерно стремление к признанию собственных заслуг в своей значимой подростковой среде. Подросток испытывает внутренний конфликт: желанное прощание с детством и его безмятежностью и тяжесть расставания с отсутствием ответственности.

Учебная деятельность и школа перестаёт быть главной и самой важной задачей. Ведущей деятельностью становится интимно-личностное общение со сверстниками. В подростковом возрасте происходит снижение продуктивности умственной деятельности в связи с тем, что конкретное мышление сменяется логическим.

Для подросткового возраста характерна направленность поиска на собственную личность, самоисследование и самоанализ.

Подросток пытается высказаться, пусть даже самому себе (дневники). В этот период происходит рост самосознания, как внутренне освоенный опыт социальных отношений, позволяющий глубже понять других и себя. Подростковый период - это настолько интенсивный этап изменений в жизни ребёнка, что он поглощает его целиком.