**Контрольная работа**

**Проблемы подросткового возраста**

**Введение**

подросток психологический общение личность

Пожалуй, подростковый возраст самый обсуждаемый в психологической литературе. Многие родители боятся наступления этого возраста своих детей и ждут неизбежных проблем. Вспоминая себя, редко кто хочет вернуться именно в этот возраст, все скучают по детству, но очень редко звучит желание быть подростком. Безусловно, это тяжелое время не только для родителей, но и для самого взрослеющего ребенка.

По сути, подросток, это человек, который находится в переходном периоде между двумя фундаментальными состояниями детством и взрослостью. Он уже не имеет преимуществ ребенка, но еще не достиг возможностей взрослого.

Прежде всего, хотелось бы обозначить границы возраста, который мы называем подростковым. Ранним началом переходного периода можно считать достижение ребенком 10-ти летнего возраста. Обычно самым сложным для подростка и его родителей является период от 12 до 14 лет. Как правило, к 16-17 годам эмоциональный накал спадает и обстановка в семье гармонизируется. Но бывает, что рамки сдвигаются в ту или иную сторону в силу особенностей эмоционального развития отдельного ребенка.

В своей работе я хочу рассмотреть проблемы, с которыми часто сталкиваются родители подростков.

**1. Психологические особенности подросткового возраста**

Подростковый период - период завершения детства, вырастания из него, *переходный от детства к взрослости.* Обычно он соотносится с хронологическим возрастом с 10-11 до 14-15 лет. Сформированная в учебной деятельности в средних классах школы способность к рефлексии направляется школьником на самого себя. Сравнение себя со взрослыми и с более младшими детьми приводит подростка к заключению, что он *уже не ребенок, а скорее взрослый.* Подросток начинает чувствовать себя взрослым и хочет, чтобы и окружающие признавали его самостоятельность и значимость.

Основные психологические *потребности подростка* - стремление к общению со сверстниками, стремление к самостоятельности и независимости, эмансипации от взрослых, к признанию своих прав со стороны других людей.

Чувство взрослости - это психологический симптом начала подросткового возраста. По определению Д.Б. Эльконина, чувство взрослости есть *новообразование сознания,* через которое подросток сравнивает себя с другими (взрослыми или товарищами), находит образцы для усвоения, строит свои отношения с другими людьми, перестраивает свою деятельность. Переходность подросткового возраста, конечно, включает биологический аспект. Это период полового созревания, интенсивность которого подчеркивается понятием гормональная буря. Физические, физиологические, психологические изменения, появление сексуального влечения делают этот период исключительно сложным, в том числе и для самого стремительно вырастающего во всех смыслах подростка.

До XVII-XVIII столетий подростковый возраст не выделялся как особый возрастной период, это относительно недавнее историческое образование. В XIX в. во многих странах было введено систематическое школьное образование. Это нововведение привело к значительному увеличению периода экономической зависимости в жизни ребенка и к отсрочке момента принятия им ролей, свойственных взрослому человеку. Границы и содержание подростничества тесно связаны с уровнем социально-экономического развития общества, с особенностями исторического времени, с общественной позицией подростков в мире взрослых и конкретными обстоятельствами жизни данного подростка.

Подростковый возраст как переходный в полной мере разворачивается только в индустриальном обществе, где возникает большая контрастность детства и взрослости, выраженный разрыв в нормах и требованиях, предъявляемых к поколениям взрослых и детей. В современном обществе социальная взрослость не совпадает с моментом полового созревания. Первым подростковый возраст выделил как время второго, самостоятельного рождения в жизнь и роста самосознания человека Ж.Ж. Руссо. Основные идеи, которые и сегодня составляют ядро психологии подросткового возраста, были изложены в труде С. Холла «Взросление». Холл сформулировал представление о переходности, промежуточности подростничества, периода бури и натиска. Он разработал содержательно-негативные характеристики данного этапа развития (трудновоспитуемость, конфликтность, эмоциональная неустойчивость) и обозначил позитивное приобретение возраста - чувство индивидуальности.

К. Левин говорил о своеобразной *маргиналъности* подростка, выражающейся в его положении *между* двумя культурами - миром детей и миром взрослых. Подросток уже не хочет принадлежать к детской культуре, но еще не может войти в сообщество взрослых, встречая сопротивление со стороны реальной действительности, и это вызывает состояние когнитивного дисбаланса, неопределенность ориентиров, планов и целей в период смены жизненных пространств.

Развитие личности подростка было проанализировано в психоаналитическом ключе 3. Фрейдом и А. Фрейд. В подростковый период половое созревание, прилив сексуальной энергии расшатывает сложившееся ранее равновесие между структурами личности, и детские конфликты возрождаются с новой силой.

Э. Эриксон рассматривал подростничество и юность как центральный период для решения задачи личностного самоопределения, достижения идентичности.

В отечественной психологии основы понимания закономерностей развития в подростничестве заложены в работах Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, Т.В. Драгуновой, Л.И. Божович, Д.И. Фельдштейна, Г.А. Цукерман и др. Часто весь подростковый период трактуют как кризисный, как период нормальной патологии, подчеркивая его бурное протекание, сложность и для самого подростка и для общающихся с ним взрослых. Д.Б. Эльконин, напротив, само подростничество рассматривает как стабильный возраст и выделяет кризисы (предподростковый и на переходе к юношескому возрасту). Подростковый возраст как этап психического развития характеризуется выходом ребенка на качественно новую социальную позицию, связанную с поиском собственного места в обществе. Завышенные притязания, не всегда адекватные представления о своих возможностях приводят к многочисленным конфликтам подростка с родителями и учителями, к протестному поведению. Даже в целом нормально протекающему подростковому периоду свойственны асинхронность, скачкообразность, дисгармоничность развития. Наблюдается как интериндивидуальная неравномерность (несовпадение времени развития разных сторон психики у подростков одного хронологического возраста), так и интраиндивидуальная (например, интеллектуальная сторона развития может достигать высокого уровня, а уровень произвольности сравнительно низок).

Отечественные психологи акцентируют внимание также на том негативном обстоятельстве, что в современном обществе нет подходящих для решения задач подросткового возраста «пространств», поэтому кризисные явления имеют тенденцию затягиваться.

Ведущая деятельность в подростковом возрасте оставаться учебная, она сохраняет свою актуальность, но в психологическом отношении отступает на задний план. Основное противоречие подросткового периода - настойчивое стремление ребенка к признанию своей личности взрослыми при отсутствии реальной возможности утвердить себя среди них. Д.Б. Эльконин считал, что ведущей деятельностью детей этого возраста становится общение со сверстниками. Именно в начале подросткового возраста деятельность общения, сознательное экспериментирование с собственными отношениями с другими людьми (поиски друзей, выяснение отношений, конфликты и примирения, смена компаний) выделяются в относительно самостоятельную область жизни. Главная потребность периода - найти свое место в обществе, быть значимым - реализуется в сообществе сверстников.

У подростков возможность широкого общения со сверстниками определяет привлекательность занятий и интересов. Если подросток не может занять удовлетворяющего его места в системе общения в классе, он «уходит» из школы и психологически, и даже буквально. Динамика мотивов общения со сверстниками на протяжении подросткового возраста: желание быть в среде сверстников, что-то делать вместе; мотив занять определенное место в коллективе сверстников; стремление к автономии и поиск признания ценности собственной личности. В общении со сверстниками происходит проигрывание самых разных сторон человеческих отношений, построение взаимоотношений, основанных на «кодексе товарищества», реализуется стремление к глубокому взаимопониманию. *Интимно-личное общение со* *сверстниками* - это деятельность, в которой происходит практическое освоение моральных норм и ценностей. В ней формируется *самосознание* как основное новообразование психики. Часто даже в основе ухудшения успеваемости лежит нарушение общения со сверстниками. В младшем школьном возрасте решение проблемы успеваемости часто вторично приводит и к гармонизации сферы общения со сверстниками, к повышению самооценки и т.д. В подростничестве только наоборот - снятие напряженности в общении, ослабление личностных проблем может повлечь улучшение успеваемости.

Другая точка зрения по поводу характера ведущей деятельности подросткового периода принадлежит Д.И. Фельдштейну. Он считает, что главное значение в психическом развитии подростков имеет *общественно полезная, социально признаваемая и одобряемая,* *неоплачиваемая деятельность.* Просоциальная деятельность может быть представлена как учебно-познавательная, производственно-трудовая, организационно-общественная, художественная или спортивная, но главное - это ощущение подростком реальной значимости этой деятельности. Содержание деятельности - дело, полезное для людей, для общества; структура задается целями взаимоотношений подростков. Мотив общественно полезной деятельности подростка - быть лично ответственным, самостоятельным. Общественно полезная деятельность имеется и в младшей школе, но она недостаточно развернута. Отношение к общественно полезной деятельности на разных этапах подросткового возраста изменяется. Между 9 и 10 годами у ребенка появляется стремление к самоутверждению и признанию себя в мире взрослых. Главное для 10-11 - летних - получить у других людей оценку своих возможностей. Отсюда их направленность на занятия, похожие на те, которые выполняют взрослые люди, поиск видов деятельности, имеющих реальную пользу и получающих общественную оценку. Накопление опыта в разных видах общественно полезной деятельности активизирует потребность 12 -13-летних в признании их прав, во включении в общество на условиях выполнения определенной, значимой роли. В 14-15 лет подросток стремится проявить свои возможности, занять определенную социальную позицию, что отвечает его потребности в самоопределении. Социально значимую деятельность как ведущий тип деятельности в подростковый период необходимо целенаправленно формировать. Специальная организация, специальное построение общественно полезной деятельности предполагает выход на новый уровень мотивации, реализацию установки подростка на систему «я и общество», развертывание многообразных форм общения, и в том числе высшей формы общения со взрослыми *на основе морального сотрудничества.*

Таким образом, интимно-личностный и стихийно-групповой характер общения преобладает в том случае, если отсутствуют возможности осуществления социально значимой и социально одобряемой деятельности, упущены возможности педагогической организации общественно полезной деятельности подростков.

**2. Психологические проблемы подросткового возраста**

Одна из самых важных причин психологических проблем подростка - их семьи. Например, постоянные ссоры с родителями, сильного наказания в семье, слишком много ограничений и.т. п.

Часто, причиной многих психологических проблем у подростков может быть:

осознание подростком того, что что-то серьезное и неправильное происходит в его семье

насилие (физическое, моральное)

пренебрежение со стороны родителей

постоянные ссоры и драки между родителями

чувство не желанности и не любви в своем доме.

Также одна из причин - неполные семьи. Большинство подростков растут в неполных семьях. Более 50% новорожденных проведут, по меньшей мере, часть своего детства в неполной семье. Сегодня многие уверены, что мать или отец в одиночку не могут так же уверенно и успешно воспитывать ребёнка, как может сделать это полная семья. Так как такому родителю приходится не только зарабатывать на жизнь, но и вести хозяйство, и часто такие семьи находятся на грани нищеты. Многие также думают, что когда подросток начал жить самостоятельно (закончил школу, нашёл работу, поехал учиться), всё, что происходит между его родителями на него уже не влияет. Это семьи, образовавшиеся в результате развода, смерти одного из супругов, а также, если один из родителей живет и трудится в другом месте или если родители ребенка никогда не жили вместе.

Каждый из выделенных типов неполных семей характеризуется своими специфическими чертами:

· в разведенных семьях ребенок в большинстве случаев наблюдал конфликтные, дисгармоничные отношения между родителями;

· в овдовевших семьях воспоминания о совместной жизни родителей чаще сопровождаются положительными эмоциями;

· в материнских семьях ребенок фактически не наблюдает реального процесса семейного общения и функционирования.

Несмотря на существование неполных семей, состоящих из отца с детьми, чаще всего это семьи, в которых есть только мать, испытывающая «хронический эмоциональный стресс, усугубляющийся постоянной занятостью и хронической усталостью». Если родители вступают в повторный брак, появляются проблемы налаживания взаимоотношений с отчимом, мачехой, сводными братьями и сестрами и т.д. Отсутствие отца ослабляет его социальную позицию и может явиться причиной мучительных переживаний.

Основные психологические проблемы подросткового возраста:

*1. Суицид* В настающее время самоубийства в подростковом возрасте становятся всё чаще и чаще. В детстве и в раннем подростковом возрасте самоубийства происходят очень редко, но в возрасте с 15 по 19 лет количества самоубийств сильно увеличиваются. Девушкам более свойственны попытки самоубийства, но по количеству смертельных исходов в 3 раза превосходят мужчины. Причины этого, низкая самооценка, безразличие со стороныродителей, чувство одиночества, депрессии, всё это может натолкнуть на мысль о самоубийстве.

*2. Гомосексуализм* Не всегда подростков сексуально привлекает противоположный пол. Иногда между подростками возникают гомосексуальные отношения. Гомосексуализм - половое влечение к представителям своего пола. Научные данные говорят, что гомосексуализм не связан с неправильным воспитанием, потому что его могут практиковать дети нормальных семей. Но все-таки есть мнение, которого придерживается автор данной работы, что гомосексуализм это следствие теплых отношений с матерью при отсутствии таких же отношений с отцом, особенно, если отец не приемлет подростка. Причиной этого могут быть неполные семьи.

*3. Гнев подростка.* Многие считают, что гнев подростка - нечто ненормальное. Однако само по себе чувство гнева не может быть ни плохим, ни хорошим. Гнев - нормальное явление и может возникать в любом человеке. Проблема в том, как управлять им. В подростковом периоде пассивно-агрессивное поведение проявляется довольно часто. Цель пассивно-агрессивного поведения состоит в том, чтобы вывести родителей или других людей, занимающихся его воспитанием, из равновесия. Всё это делается неосознанно, является результатом невысказанного гнева. Подросток начинает делать поступки в отместку родителям. Причиной большинства проблем с подростками (начиная от плохих отметок и кончая наркоманией и самоубийствами) является пассивно-агрессивное поведение. Вся трагедия в том, что если подросток к 16-17 годам не научится зрелому отношению ко гневу и не избавится от пассивно-агрессивного поведения, то такая линия поведения укоренится в нём и станет неотъемлемой частью его жизни.

*4. Подростковая депрессия*. Депрессия - психическое расстройство: тоскливое, подавленное настроение с сознанием собственной никчемности, пессимизмом, однообразием представлений, снижением побуждений, заторможенностью движений, различными соматическими нарушениями. Подростковую депрессию трудно распознать, потому что её симптомы отличаются от классических симптомов депрессии взрослых.

а) Лёгкая подростковая депрессия. Проявляется в мрачных фантазиях грёзах наяву или в ночных снах. Эту степень депрессии можно выявить, зная мысли подростка и зная состояние его души. Обычно, есть причина подростковая депрессии. Таким событием может быть смерть, болезнь или отъезд важного для подростка человека, развод или конфликт в семье, переезд и т.п.

б) Подростковая депрессия средней степени. Подросток ведёт себя как обычно, но содержание его разговоров эмоционально окрашено. Он касается в первую очередь, тех тем, которые угнетают его.

в) Умеренная степень депрессии подростков. Это уже серьёзная стадия. Она оказывает влияние на процесс мышления. Подросток теряет способность ясно, логично, разумно мыслить. Тут требуется медицинская помощь.

Как выход из депрессии мальчишки выбирают себе более буйный способ, чем девочки. Они могут попытаться снять симптомы депрессии воровством, ложью, драками, превышением скорости, взломом, проникновением в дома, самоубийства. Девочки обычно пытаются выйти из депрессии менее буйным способом, однако из-за вредного влияния средств массовой информации, тип их поведения начинает меняться. Часто девочки снимают свою депрессию с помощью беспорядочных половых связей: страдания, причинённые депрессией, смягчаются во время физической близости. Однако когда эти отношения заканчиваются, эти несчастные дети чувствуют себя ещё хуже.

*5. Личностное самоопределение*. Термин «самоопределение» употребляется в литературе в самых различных значениях. Так говорят о самоопределении личности, социальном, жизненном, профессиональном, нравственном, семейном, религиозном.

Таким образом, на уровне конкретной психологической теории проблема самоопределения выглядит следующим образом. Проблема самоопределения, таким образом, есть узловая проблема взаимодействия подростка и общества. На разных уровнях это взаимодействие обладает своими специфическими характеристиками. Главной задачей, которая встает перед индивидом в ранней юности, по Эриксону, является формирование чувства идентичности в противовес ролевой неопределенности личностного «я». Юноша должен ответить на вопросы: «Кто я?» и «Каков мой дальнейший путь?». В поисках личной идентичности человек решает, какие действия являются для него важными, и вырабатывает определенные нормы для оценки своего поведения и поведения других людей. Этот процесс связан также с осознанием собственной ценности и компетентности.

Важнейшим механизмом формирования идентичности является, по Эриксону, последовательные идентификации ребенка со взрослым, которые составляют необходимую предпосылку развития психосоциальной идентичности в подростковом возрасте. Чувство идентичности формируется у подростка постепенно; его источником служат различные идентификации, уходящие корнями в детство. Подросток уже пытается выработать единую картину мировосприятия, в которой все эти ценности, оценки должны быть синтезированы. В ранней юности подросток стремится к переоценке самого себя, в отношениях с близкими людьми, с обществом в целом - в физическом, социальном и эмоциональном планах. Он трудится в поте лица, чтобы обнаружить различные грани своей Я-концепции и стать, наконец, самим собой, ибо все прежние способы самоопределения кажутся ему непригодными.

Главной опасностью, которой, по мнению Эриксона, должен избежать молодой человек в этот период, является *размывание чувства своего «я»,* вследствие растерянности, сомнений в возможности направить свою жизнь в определенное русло. Это становится большой проблемой для подростка. Когда подросток вырастает он внутри остается таким же, каким был в 17, не ответив на вопросы: Кто я? Зачем я здесь? Что мне делать? Таким он и проживает всю свою жизнь, вот почему так много сейчас взрослых, которые ведут себя как подростки.

**3. Рекомендации, позволяющие уменьшить напряжение в общении с подростком**

Самый лучший способ сохранить хорошие взаимоотношения с ребёнком в подростковом возрасте - стать ему другом. Ведь друзьям доверяют всё, от них не бывает секретов. Отношения между родителями и детьми должны быть построены на доверии и взаимопонимании.

В подростковом возрасте проявляется специфическая лень. Лень учиться, лень убирать за собой в комнате, лень погулять с собакой… Как бороться с ленью подростка, не испортив при этом с ним отношений? Очень часто проявления лени возникают вследствие пробелов в воспитании ребёнка в более раннем периоде. Если девочку не приучили мыть за собой тарелку и чашку в младшем школьном возрасте, она не будет делать это и позже. Родителям необходимо приучать детей к труду с малых лет - тогда проблемы подростковой лени удастся избежать.

В случаях когда подросток перестаёт интересоваться учёбой и начинает прогуливать уроки, родителям стоит проявить терпение и не ругать ребёнка. У каждого поступка есть свои причины, и эти причины необходимо выяснить. Возможно, подростку просто стало неинтересно учиться, он перестал видеть смысл в интенсивном изучении иностранного языка или в занятиях музыкой. И, вполне вероятно, что подросший ребёнок прав, ведь не он выбирал себе когда-то репетитора по немецкому языку и музыкальную школу.

Этот выбор сделали родители, не всегда интересуясь мнением своего чада. А у ребёнка могли быть другие задатки - например, склонность к автомоделированию или к танцам, но взрослые посчитали, что перспективнее изучать языки и играть на скрипке. Чтобы избежать подобных конфликтов, родителям стоит всегда прислушиваться к мнению ребёнка.

Процесс воспитания в некоторых семьях основан на денежном вознаграждении: подросток делает уроки или ходит в магазин за определённую сумму денег. Поступать родителям подобным образом не стоит. Приучив ребёнка к деньгам, взрослые не смогут добиться от него никакой добровольной помощи.

Никогда не стоит сравнивать подростка с собой. Фразы типа: «А вот я в твоём возрасте…» совершенно неуместны, потому что ребёнок не должен копировать кого-то из своих родителей. Подросток - это уже вполне сформированная личность, у него есть свои вкусы и предпочтения. Отцу и матери следует поддерживать индивидуальность подростка, уважать его выбор. В ситуациях, когда невозможно принять точку зрения ребёнка, необходимо спокойно объяснить ему, почему это нельзя сделать.

Первая любовь - прекрасное чувство, которое возникает в период полового созревания. Подростку это событие приносит массу положительных моментов и переживаний, что нельзя сказать о его родителях. Взрослые довольно быстро забывают о себе в подростковом возрасте и начинают бить панику, когда замечают в своём ребёнке признаки влечения к противоположному полу.

А паниковать не стоит, ведь ребёнок растёт, и вполне естественно, что он начинает испытывать нежные чувства к кому-то. Душа подростка очень ранима, а в период влюблённости ему необходима помощь и поддержка самых близких ему людей - родителей. Как много жизненных примеров можно привести, когда запрет подростку встречаться со своим объектом любви навсегда портил и без того хрупкие отношения между ним и родителями.

У подростков часто появляются секреты от родителей. Если ещё недавно ребёнок рассказывал отцу или матери обо всём, что с ним происходит, то теперь он стал более скрытным. Такое поведение свойственно совершенно всем подросткам, независимо от того, какие у них взаимоотношения с родителями. Взрослым следует стараться больше внимания уделять своему подросшему ребёнку, общаться с ним на любые темы и часть свободного времени проводить вместе. Любые проявления самостоятельности в поведении отпрыска нужно поощрять, но полная вседозволенность недопустима.

Старшему поколению следует научиться мягко ограничивать те действия ребёнка, которые не совсем вписываются в общие правила поведения: хочет дочь пойти на дискотеку - пусть идёт, но до 2.0 она обязана вернуться; сын давно просит купить ему мопед - так пусть заработает часть денег на него самостоятельно, устроившись во время летних каникул на работу.

Итак, основные правила поведения родителей с подростками можно сформулировать так: быть ребёнку другом; всегда прислушиваться к мнению подростка; стремиться всеми силами сохранить доверие между старшим и младшим поколениями; в самые важные и ответственные периоды жизни подростка быть на его стороне; корректно интересоваться жизнью ребёнка, однако не лезть ему в душу. И пусть родительская любовь поможет подростку удачно пережить этап взросления!

**Заключение**

Ведущую роль в решении родительско-юношеских конфликтов следует отнести самим родителям. Родители - это взрослые люди, которые с высоты своего жизненного опыта, должны объективно подойти к решению данной проблемы. Ведь уступает всегда сильнейший. Конечно, ни в коем случае нельзя идти на поводу у своего ребёнка. Просто необходимо набраться терпения и в чём-то, может быть, ему уступить, промолчать. Также надо относиться к своему ребёнку не как к маленькому человеку, а как к личности, не зависимо от того, в каком возрасте он находиться. Человек уже на первых месяцах своей жизни становиться личностью. Очень часто родители пытаются навязать своё мнение своему уже взрослому ребёнку, считая это мнение единственно правильным, которое должно выполняться безоговорочно. Но у детей своя жизнь. Ни в коем случае нельзя говорить, чтото ребёнок, как личность, сам в ответе за свою жизнь. Но всё-таки нельзя лишать его самостоятельности. Родители должны просто делиться с ребёнком своим жизненным опытом, подсказывать, когда возникают трудности в решении каких-то задач. Человек учится на своих ошибках, и ни разу не ошибаясь, он не поймёт, что был не прав. Задача родителей заключается в том, чтобы их ребёнок делал как можно меньше таких ошибок и помогать, поддерживать его морально, когда ошибка всё-таки совершена. Ребёнку нужно дать свободу в своих действиях, а свои подсказки представить так, будто ребёнок дошёл до этого своим умом. Человеку, особенно в переходном возрасте, необходимо чувствовать любовь со стороны родителей, их поддержку, а не слушать их нравоучения.

**Список использованных источников**

1. Байярд Р., Байлрд Д. Ваш беспокойный подросток. М., 1998. - 223 с.

2. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Проблемы формирования личности: Избр. психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна. М.; Воронеж, 1995. - 345 с.

. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков / Под ред. Д.Б. Эльконина и Т.В. Драгуновой. М., 1967. - 325 с.

. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. - 9-е изд. - СПб.: Питер, 2005. - 940 с.

. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). - М.: Гардарики, 2005. - 349 с

6. http://phreidin.narod.ru

7. http://topgorod.com

. http://psychoanalitiki.ru