Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования

«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Социальный институт

Кафедра социальной работы

**Контрольная работа**

**по дисциплине «Основы психологического консультирования»**

**на тему: «Психологическое консультирование подростков»**

Екатеринбург 2014

**Введение**

В настоящее время психологи, врачи, педагоги сталкиваются в своей практике со множеством психологических проблем подросткового возраста. Это проблемы повседневной жизни подростка, связанные с трудностями развития и приспособления личности, дисгармонией межличностных отношений, социальными девиациями. Поскольку подростковый возраст издревле именуют взрывоопасным, трудным, жесткосердечным, кризисным, переходным. Все это обусловлено тем, что, расставшись с розовым, детством и находясь на перепутье, подросток жаждет скорее стать взрослым, пытается порвать с жестким контролем семьи, активно стремиться к самостоятельности, интенсивно ищет. Широкий круг описанных выше проблем решается в рамках психологического консультирования. Но в современных условиях, чаще наибольшее внимание придается тому, что знают или умеют школьники, то есть усвоению учебного материала. Это, безусловно, важно, но недостаточно, так как в этих условиях не раскрывается полная картина психического и личностного развития подростка. Иными словами, остается неясным, насколько эффективен и полезен сам учебно-воспитательный процесс, каковы глубинные причины появления у школьников разных возрастов неуспеваемости, закомплексованности, тревожности, агрессивности и т.п. Таким образом, решение возникающих у подростка психологических проблем составляет чрезвычайно важную и сложную задачу психологического консультирования детей подросткового возраста.

Как известно, в подростковом возрасте в организме взрослеющего ребенка происходят серьезные изменения. Идет бурный физический рост и половое созревание, начинаются гормональные изменения. Подросток стремится к общению вне семьи, с референтной группой сверстников, хочет найти и понять себя. Подросток большое внимание уделяет себе: своим переживаниям, мыслям, стремится поделиться ими с кем-то, поэтому он старается найти близкого друга или начинает вести дневник.

Часто, не привыкшие к требованиям самостоятельности ребенка родители не могут найти новые способы общения с подростком. Они не меняют привычных способов поведения, слишком ограничивая самостоятельность ребенка, требуя безоговорочного послушания. Такие тенденции могут отрицательно сказываться на личности подростка, усиливать его негативные реакции и переживания.

**1. Психологическая характеристика возраста**

Подростковый возраст длится от 10-11 до 14-15 лет, он отличается перестройкой всех структур организма, как психическими, так физиологическими изменениями. В этот период взрослеющий ребенок задает себе вопрос: "Кто я?" и ищет ответ на него.

У подростка возникают трудности в отношениях со взрослыми в силу его негативизма и упрямства. Он ищет другие области проявления себя, кроме семьи.

Ведущий тип деятельности в этом возрасте - общение со своими сверстниками. Для подросткового возраста характерно господство детского сообщества над взрослым.

Поэтому подросток ищет друга, того, кто может понять. Часто в этом возрасте ведутся дневники, чтобы иметь возможность свободно выражать свои переживания, мысли, сомнения.

Главные новообразования этого возраста: открытие "Я", возникновение рефлексии, осознание своей индивидуальности. Стремление быть и считаться взрослым. Становление самосознания.

Л. И. Божович отмечала, что к началу переходного возраста в общем психическом развитии появляются новые, более широкие интересы, личные увлечения и стремление занять более самостоятельную, более "взрослую" позицию в жизни.

У подростков отмечается неустойчивость в эмоциональной сфере. Для них характерна легкая возбудимость, смена настроений и переживаний.

Можно выделить следующие психологические нормативные задачи возраста:

отделение от родителей и обретение подлинной психологической независимости;

преодоление кризиса идентичности, ролевой диффузности («самоидентификация»);

новый этап социализации в среде сверстников, основанный на установлении более глубоких эмоциональных отношений вне семьи;

принятие растущей сексуальности, адаптация к этому новому состоянию.

**2. Типичные проблемы, возникающие в подростковом возрасте**

Проблемы, возникающие у подростков, чаще всего касаются: взаимоотношений в группе сверстников; взаимоотношений с лицами противоположного пола; взаимоотношений с родителями; взаимоотношений с учителями; вопросов осознания собственной личности; трудностей в учебе; необходимости найти выход из какой-либо затруднительной ситуации.

Подростку предстоит пройти свой кризис идентичности. При этом пребывание только в социальной роли сына или дочери становится недостаточным для того, чтобы адаптироваться к взрослой жизни.

Поэтому он расширяет сферу своих социальных контактов, выходя за пределы семьи. Этот процесс облегчает поддержка со стороны семьи, уверенность в ее стабильности и надежности.

В поисках собственной идентичности подросток может бросать вызов семейным правилам, регламентирующим его личную жизнь. Это нередко приводит к росту конфликтности в семье, основными областями которой являются: аккуратность, помощь в домашнем хозяйстве, успеваемость в школе, общение со сверстниками, внешний вид подростка, вредные привычки, вопросы эротики и секса.

Большинство конфликтов вытекает из напряженности, создаваемой потребностью подростков в самостоятельности и осознанием взрослыми ответственности за своих детей. В силу этих обстоятельств, семье необходимо перераспределить зоны ответственности и определить, какова доля ответственности подростка. Семье нужно выработать соглашение по поводу того, за что может отвечать ребенок, а за что - нет, каковы теперь обязанности родителей.

Этот процесс может быть очень болезненным, сопровождаться конфликтами, отсутствием взаимопонимания с обеих сторон, нежеланием считаться с чувствами друг друга, попытками родителей усилить контроль за подростком и эмоциональной отстраненностью от его реальных трудностей, непринятием его нового статуса.

В подростковом возрасте личность еще не сформирована. Любое вмешательство в жизнь подростка вызывает тревогу и воспринимается им как угроза его целостности. Наступает половое созревание.

Эти изменения могут стать фактором осложнений детско-родительских отношений в том случае, если у родителей имеются собственные неразрешенные конфликты во взаимодействии с представителями своего, либо противоположного пола.

Родители больше не обладают всей полнотой власти и должны считаться с все возрастающей компетентностью подростка. В связи с этим им необходимо предоставить ему больше автономии и быть более гибкими в принятии его возрастающей независимости.

У подростков, не способных отделиться от своих родителей, могут наблюдаться депрессивные симптомы.

Депрессия может развиваться в случае, когда подросток пытается удовлетворить потребности родителей в ущерб собственным. Подростковая депрессия может скрываться за проблемным поведением в школе, гиперсексуальностью и асоциальным поведением ребенка.

В подобных случаях родители обычно применяют карательные меры воздействия, что еще более усугубляет депрессию (Олифирович Н.И., 2006).

**3. Консультирование по проблемам подросткового возраста**

подросток консультирование семья риск

Консультирование по проблемам данного возраста отличается тем, что сам подросток впервые становится клиентом - субъектом обращения в психологическую консультацию, причем он может даже не сообщать об этом родителям (Бруменская Г.В., 2002).

Особенностями психологического консультирования семьи с подростками являются (Олифирович Н.И., 2006):

. Нередкое отсутствие мотивации у подростка, пришедшего на консультацию с родителями, когда он не знает, зачем его привели.

. Чаше всего причиной существующих проблем родители видят только самого подростка, который выступает в роли идентифицированного пациента. Между тем семья является целостной системой, и нарушения поведения подростка маркируют дисфункциональность всей семьи.

На первичный прием приглашается родитель, обратившийся за психологической помощью. В дальнейшем работа может вестись следующим образом (Олифирович Н.И., 2006):

в рамках семейного консультирования (при осознании родителями трудностей, связанных с взрослением ребенка);

отдельно с родителем и ребенком (при наличии у ребенка трудностей вне семьи);

отдельно с родителем и ребенком с переходом в их совместное консультирование (в случае утраты доверия между родителем и ребенком);

с родителем (при выявлении у него самого психологических проблем)

с родителем (родителями) (при полной потере доверия между родителями и подростком, когда ребенок не идет на консультацию).

Важной задачей на начальном этапе консультирования является установление контакта с подростком и мотивирование его на участие в работе. В основе работы с подростком должны лежать партнерские отношения.

Отличительные особенности консультирования детей подросткового возраста и их родителей (Бруменская Г.В., 2002):

) Психолог должен исходить из психологических нормативных задач возраста (задачи самоопределения в трех сферах - сексуальной, психологической (интеллектуальной, личностной, эмоциональной), социальной).

) Психологу необходимо смотреть на ситуацию глазами подростка.

) При консультировании диады родитель-подросток действуют многие особенности, характерные для консультирования супружеской пары (такие как наглядность проблем в паре, возможность использования техник, связанных в совместной деятельностью пары, более серьезная мотивация на работу, нарушение всей работы при нежелании работать одного человека из пары и другие).

) Важность анализа случая через призму индивидуального жизненного пути ребенка (учет прошлого и будущего ребенка, генетически заданного и культурного, особенностей прохождения возрастных кризисов и др.). Психологические трудности в настоящем - отдаленное следствие особенностей прохождения предыдущих возрастов. Такое следствие труднее поддается восстановлению в условиях консультирования.

) Психолог значительно большее, чем в предыдущих возрастах, внимание уделяет зарождающейся сексуальности подростка. Психологу-консультанту впервые приходится вести себя с подростком, как с нарождающимся мужчиной или женщиной.

Подростковый возраст в психологическом консультировании - один из самых сложных. Статистика подтверждает, что количество случаев обращения за психологической помощью в этот период резко увеличивается, при этом резко расширяется диапазон запросов родителей. Еще более выделяет этот период жизни ребенка с точки зрения особенностей психологического консультирования то, что теперь сам подросток впервые становится клиентом - субъектом обращения в психологическую консультацию, ставя, а иногда и не ставя об этом в известность своих родителей.

Психическое развитие в подростковом возрасте разворачивается на фоне целого ряда противоречий или даже парадоксов:

) подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится внешне ничем не отличаться от сверстников;

) эгоцентрическая доминанта (интерес подростка к собственной личности) тесно переплетается с неудержимой тягой к общению и шумным компаниям;

) стремление подростка показать свою независимость, делая прямо противоположное требуемому и не отдавая себе отчета в том, что тем самым на деле он показывает свою зависимость от родителей: решение не должно совпадать с решением взрослых, следовательно оно полностью не свободно;

) романтизм идет рука об руку с цинизмом;

) волевые устремления могут реализовываться как в «воспитании характера», так и в упрямстве и негативизме;

) подросток стремится иметь близкого, верного друга и одновременно лихорадочно меняет друзей;

) самооценка может изменяться от неадекватно завышенной до неадекватно низкой;

) стремление к активной деятельности и созерцательности.

Все это делает задачу описания особенностей консультирования родителей детей подросткового возраста и самих подростков очень сложной.

Во-первых, возрастной психолог-консультант в своей деятельности всегда исходит из психологических нормативных задач возраста. Психологические задачи подростков - это прежде всего задачи самоопределения в трех сферах: сексуальной, психологической (интеллектуальной, личностной, эмоциональной) и социальной.

Во-вторых, как подчеркивает А.Г. Лидерс, возрастной психолог-консультант в случае консультирования родителей детей любого возраста, а тем более - подростков, обязательно должен посмотреть на предъявляемую ему ситуацию глазами ребенка, в данном случае - подростка. Эта особенность является одной из ценностей именно возрастно-психологического консультирования родителей и их детей. Эта позиция основывается на известном положении теоретической возрастной психологии: объективная социальная ситуация развития ребенка (подростка) детерминирует его психическое развитие и определяет его психическое здоровье не сама по себе, не автоматически, а только будучи преломленной в его субъективных переживаниях, опосредованной его позицией в этой социальной ситуации.

Реализация этого принципа в отношении подросткового возраста - задача не из простых. Если детей до шестого класса включительно родители совершенно спокойно приводили в консультацию, и дети полно и содержательно отвечали на вопросы психолога, то подростки в условиях консультирования, инициаторами которого были родителей, чувствуют себя «не у дел». «Разговорить» такого подростка, как правило, весьма трудно, достоверность выполнения психодиагностических процедур оставляет желать лучшего. В итоге кратковременное психологическое консультирование родителей подростков не дает возможности психологу надежно взглянуть на заявленные проблемы глазами самого ребенка. Возможный способ решения проблемы - работа в группе.

В-третьих, при консультировании диады родитель - подросток вступают в действие многие рекомендации и особенности, характерные и для консультирования супружеской пары. Вот как их описывает Ю.Е. Алешина.

Преимущества работы с парой:

большая диагностичность беседы с супружеской парой, наглядность проблем в паре;

работа с обоими супругами позволяет уже в ходе консультирования непосредственно апеллировать к паттернам их отношений «здесь и теперь», прямо в условиях консультации, что всегда более убедительно, чем анализ того, что происходит за ее пределами;

присутствие пары позволяет использовать некоторые техники консультирования и психологической интервенции: - психодрамы, семейной скульптуры, организации совместной деятельности и пр., что просто невозможно при работе с одним клиентом;

приход пары в консультацию означает более серьезную мотивацию на работу; предполагается, что такая работа будет более глубокой и длительной;

консультирование пары облегчает клиентам обсуждение происходившего во время консультации: они оба были участниками консультативной работы и изменения в одном из супругов более понятны и принимаемы другим.

В-четвертых, при консультировании родителей детей подросткового возраста особым образом срабатывает такой принцип возрастно-психологического консультирования как анализ случая через призму целостного жизненного пути личности. При работе с родителями детей подросткового возраста часто приходится признаваться в том, что трудности подростка, как и трудности отношений подростка и родителя, есть закономерное отдаленное следствие проблем давно минувших возрастов его жизни.

Иллюстрацией является следующий консультативный случай. Мама обратилась с жалобой на низкую успеваемость сына 12,5 лет. Подросток плохо учится, не справляется со школьной программой. Диагностика познавательной сферы не показала никаких отклонений: развитие памяти, внимания, мышления - низкая норма. Вместе с тем, в картине личности подростка наблюдались выраженные страхи (хотя жалоб в этой связи не было), а именно - страх темноты. Дальнейший анализ структуры психических функций показал, что именно страхи влияли на все виды деятельности подростка, энергетически обкрадывая познавательные процессы и деструктивно влияя на эмоционально-мотивационную структуру личности. В результате сбора анамнеза, беседы с подростком и мамой выяснилось, что еще в детском саду мальчика напугала няня, заперев его в виде наказания в темной кладовой.

Таким образом, проблема, берущая начало в дошкольном возрасте, со всей очевидностью проявила себя в подростковом периоде развития. Эта закономерность - влияние особенностей прохождения предыдущих возрастов на последующие - имеет место во всех возрастах, но именно в подростковом возрасте это влияние становится отдаленным следствием, более трудным для восстановления в условиях консультирования. К тому же подросток в несравненно большей степени является субъектом своего целостного жизненного пути, чем дошкольник и даже младший школьник.

Необходимость учитывать влияние отдаленного прошлого на проблемы подростка или проблемы родителей с подростком удивительно корреспондирует с необходимостью учитывать также и влияние отдаленного будущего на эти проблемы. Для подростка вообще характерно расширение рамок «здесь и теперь» в прошлое и в будущее. Многие конкретные техники психологического консультирования подростков используют именно приемы работы с ориентировкой подростка во времени - в будущем и прошлом, в индивидуальном и родовом для подростка.

Наконец, в-пятых, отличительной особенностью психологической консультативной работы с родителями подростков и самими подростками является значительно большее, чем в предыдущие возрасты, внимание со стороны психолога к зарождающейся сексуальности подростка. Дети младшего школьного и дошкольного возраста - не бесполые существа, но только при работе с подростками психологу-консультанту впервые приходится вести себя с ними в каждый момент времени как с нарождающимся мужчиной или с нарождающейся женщиной.

Подростковый возраст интересен тем, что он находится на границе между эпохой детства и эпохой взрослости, зрелости. По сути, психологически это самая важная характеристика подростка: он одновременно еще ребенок, но уже и становящийся взрослым. Удачной представляется метафора «соизмеримости» А.Г. Лидерса для психологической характеристики подросткового возраста.

**Заключение**

В данной работе были указаны основные психологические особенности детей подросткового возраста, их типичные психологические проблемы и особенности работы психолога с ними.

Таким образом, подросток стремится к самостоятельности, отделению от родителей, обретению своего места в мире, познанию себя. Ограничение его деятельности, отсутствие перестойки взаимодействия в семье в сторону предоставления подростку большей ответственности, самостоятельности в принятии решений отрицательно влияет на поведение и чувства подростка. Он может еще больше отдалиться от родителей, впасть в депрессию, уйти из дома и т.п.

Поэтому родителям и психологам особенно важно при общении с подростком перейти на партнерские отношения, уважать его личность и стремление быть взрослым.

**Список используемой литературы**

1. Бруменская Г.В., Е.И. Захарова, О.А. Карабанова и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. - М.: Академия, 2002.

. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология. - М.: Российское педагогическое агентство, 1996.

. Олифирович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. Психология семейных кризисов. - СПб.: Речь, 2006.

. Психология подростка / Под. ред. Реана А.А. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2007.