



Родительский лекторий «Особенности подросткового кризиса»

В психологии кризис подросткового возраста считается труднейшим этапом взросления человека. В этот период ребенок преодолевает ту неуловимую грань между детством и зрелостью, которая в корне ломает его мировоззрение. Насколько благополучно произойдет судьбоносный переход, зависит от особенностей подростка и позиции ближайшего окружения.

В силу неопытности подросток не в состоянии осознать глубинные причины происходящих изменений, зачастую он поддается разрушительным эмоциям. О серьезности перестройки личности говорит тот факт, что суицид занимает третье место среди причин подростковой смертности, уступая место лишь ДТП и инфекционным заболеваниям.

Задача родителей - разобраться в причинах происходящих метаморфоз, деликатно объяснить их ребенку, вместе с ним преодолеть нелегкую пору возмужания с наименьшими потерями.

Подростковый возраст начинается с 12 и продолжается до 17-18 лет. Специалисты отмечают, что сложность возрастного периода заключается в комбинации множества физиологических и психологических факторов. Разобраться в их хитросплетениях подчас по силу только опытному детскому психологу. Огромное преимущество близких людей - безусловная любовь и неподдельное желание помочь своему чаду.

Физиологические основы кризиса у подростков

С 12 лет в физиологии человека происходит серьезнейшая гормональная перестройка. Организм запускает на полные обороты три эндокринные фабрики: гипофиз, надпочечники, щитовидную железу. Они начинают вырабатывать большое количество андрогенов и гормонов роста. Роль вилочковой железы, наоборот, постепенно снижается. Гормональные бури, присущие подростковому кризису, сопровождаются яркими внешними проявлениями. Среди них:

1. Интенсивный рост. Стремительный рост отмечается у мальчиков в 13-15 лет, у девочек – двумя годами ранее. При этом изменение пропорций тела происходит неравномерно. Телесные диспропорции выражаются неуклюжестью, угловатостью, порождают неудовлетворенность собственной внешностью, застенчивость.

2. Половое созревание. Особенности пубертатного периода зависят от национальности, климатических условий, наследственности. У девочек пубертат начинается в 12-13 лет, у мальчиков - в 13-15, заканчивается к 18 и 20 годам соответственно.

Помимо конституционных изменений, половое созревание сопровождается проявлением интереса к противоположному полу. Тайные фантазии и инстинктивные желания, безусловно, сказываются на поведении ребенка.

3. Эмоциональная нестабильность. Полярная смена настроения имеет физиологические корни. Для подростков характерны скачки нервного и мышечного тонуса, утомления и возбуждения, периодов подавленности и эйфории. Родителям следует запастись самообладанием: незначительный повод, невзначай брошенное слово могут привести к сильному раздражению или агрессии.

Психологические мотивы кризиса подросткового возраста

Специалисты выделяют две вероятные кризисные модели:

1. «Кризис независимости».

Характерные проявления:

- негативный настрой;
- чрезмерное упрямство;
- грубость;
- непризнание авторитетов;
- ограничение личного пространства;
- замкнутость, скрытность.

2. «Кризис зависимости».

Отличительные особенности поведения:

- внушаемость;
- подчиненность окружению;
- неумение принимать самостоятельные решения;
- покладистость;
- стремление слиться с толпой;
- инфантильность.

Протекание кризиса подросткового возраста в зависимой форме представляется родителям благоприятным вариантом. Они рады, что удалось сохранить доверие, контроль над ребенком. Позитивен ли такой вариант для становления личности подростка?

Эволюционная суть взросления - обретение самостоятельности, независимой жизненной позиции. Настает болезненный, но необходимый момент: птенцы «встают на крыло» и покидают ставшее тесным гнездо. Родителям следует осознать, что ранее зависимый от них малыш уже не нуждается в постоянной опеке.

Подросток вырабатывает зрелую позицию, собственное мировоззрение. Оно не обязательно соответствует родительским представлениям об идеале. Вряд ли «вечный ребенок» станет успешным в жизни, поэтому «кризис независимости» хоть и труднее преодолевается, но гораздо продуктивнее.

Изменение жизненных ценностей

Мы подошли к главному – сути происходящего явления. Проблема заключается не в том, что ребенок переживает трудный кризис, а в том, насколько позитивен будет его итог. Сможет ли он адаптироваться к новым непростым реалиям взрослой жизни? Помимо обретения независимости, о гармоничном развитии личности свидетельствуют некоторые моменты.

Развитие внутреннего мира

До 12-13 лет интерес ребенка направлен на познание внешнего мира. Он с неподдельным интересом изучает незнакомые явления, пробует все на зуб, обжигается, учится на ошибках. В подростковом возрасте количество познаний переходит в новое качество: сформировавшаяся личность исследует свою истинную суть.

Направление поиска меняется на противоположное: от внешнего созерцания к внутреннему самопознанию. Подростки склонны к рефлексии, переживания и эмоции обретают для них самооценку.

Критическое мышление

Умом подростка завладевает жесткая логика, требующая однозначного ответа. Окружающий мир становится биполярным: в нем правит правда или ложь, дружба или ненависть, плюс или минус. Такие чеховские понятия, как «плохой хороший человек», непонятны подростку.

Юношеский максимализм вынуждает «навсегда» ссориться со сверстниками и родителями, испытывать глубокое разочарование из-за пустяковых по взрослым меркам проблем. Сложная палитра человеческих взаимоотношений настолько парадоксальна, что не укладывается в понятную дилемму добра и зла.

Необходимость близкого окружения

Друзья приобретают для подростка большую значимость, нежели семья. Их мнение возносится на недостижимую высоту, преодолеть которую родители не в силах. Молодые люди начинают обретать опыт построения личных отношений.

Возникают первые влюбленности, которые чаще всего бывают безответными. Подросткам нравятся взрослые юноши и девушки, но они редко воспринимают такие привязанности всерьез. У впечатлительных особ личные неудачи вызывают глубокие страдания и депрессию.

Характерные проявления подросткового кризиса

Суммируем особенности подростков:

- Критичное отношение к внешности.
- Образование групп по интересам.
- Обостренный интерес к сексуальным темам.
- Нарушение «табу»: первый опыт употребления алкоголя, курения.
- Ревностное соблюдение личной дистанции.
- Резкость, категоричность оценок.
- Чувствительность и ранимость, скрываемые под маской показного равнодушия.