Название учебного заведения

Реферат по учебной дисциплине "Психология"

на тему: "Подростковый возраст. Особенности развития психики подростка".

Выполнил: Ф.И.О.

Проверил: Ф.И.О.

2016.

**План**

1. Введение …………………………………………………………………………........2

2. Социальная ситуация развития ……………………………………………........3-5

3. Физиологические и психологические изменения подростка ………….........6-8

4. Кризис подросткового возраста ………………………………………………...9-10

5. Заключение ……………………………………………………………………..........11

6. Список литературы ……………………………………………………………........12

1. **Введение.**

Развитие человека в период с 11 до 15 лет называют подростковым периодом, при котором отмечается сильный подъем жизнедеятельности, значительное перестроение организма. В данном возрасте происходит интенсивное формирование личности, энергичный рост интеллектуальных и моральных сил, физическое созревание человека.

Подростковый возраст - это переходный возраст, ему характерен переход от состояния детства к взрослой жизни, от незрелого возраста к зрелому. Подросток - это уже не ребенок, но еще не является взрослым человеком. Данное развитие длится до шестнадцатилетнего возраста и завершается превращением подростка в девушку или юношу.

К этому возрасту подросток созревает в половом отношении, однако его духовное и физическое развитие далеко от завершения, созревание духовное и физическое наступает позже на четыре года.

В подростковый период ломается многое, являющееся у подростка уже сложившимся, привычным. Данное явление затрагивает практически все стороны его жизнедеятельности. Особо заметны изменения характера учебной деятельности - начинается систематическое усвоение основ наук, что приводит к перестройке мышления и изменению привычных форм работы, иной организации приемов запоминания, внимания. Наблюдается перемена и в отношении к окружающей действительности - подросток уже не ребенок, потому требует к себе иного отношения.

Отечественные психологи считают, что развитие интеллектуальной сферы - это не "саморазвитие", а следствие воспитания и обучения, специально организованного опыта, который учитывает возрастные возможности учащегося.

Обучение, воспитание, соответствующая деятельность, опыт направляют и стимулируют психическое развитие. Лишь при соответствующих условиях и правильном воспитании будет происходить нормальное развитие подростка.

Следствием этого является теория о том, что у понятия возраста, его особенностей нет безусловного значения, а, потому, у подросткового возраста также отсутствуют точные, определенные границы, потому как он весьма зависим от определенных условий жизнедеятельности, бывающие значительно различны.

Возрасту более определенно соответствуют возрастные изменения в организме - вес, рост, состояние желез внутренней секреции. При характерности возрастных особенностей психики отмечается довольно широкая изменчивость - разнообразные индивидуальные варианты определенных условиями жизнедеятельности, обучения и воспитания школьника.

1. **Социальная ситуация развития.**

Период подросткового возраста - это переходный и критический период развития человека. В данном возрасте происходят изменения социальной ситуации развития подростков — стремление присоединиться к миру взрослых, ориентирование поведения на ценности и нормы этого мира. В следствии этого, для подростка характерно проявление чувства "взрослости", также развитие самооценки и самосознания, интереса к собственным способностям и возможностям, к себе как к личности.

Особое значение физического развития подростка являет собой половое созревание, оказывающее на работу внутренних органов значимое влияние. Появляется половое влечение, зачастую неосознанное, и обусловленные им новые мысли, влечения, переживания.

Чувство взрослости проявляется как личностное переживание готовности учащегося стать полноправным членом взрослого коллектива, проявляющееся в желании показать собственную "взрослость", самостоятельность, добиваться уважения старшими достоинства личности подростка, чтобы те учитывали его мнение. Переоценка возросших собственных возможностей подростками детерминирует их готовность к самостоятельности и независимости, болезненную обидчивость и самолюбие, повышено-критичное отношение к старшим.

Следовательно, социальная ситуация развития определяет кризис и переходность подросткового периода. Его характерность проявления и протекания детерминируются определенными социальными факторами жизни подростков, их развития, общественным положением во взрослом мире.

По мнению К. Левина, причинами конфликтного типа подросткового развития является их "переходное" общественное положение. Он считал, что в обществе современного мира существуют отдельные самостоятельные группы детей и взрослых, каждая имеет преимущества, которых у другой нет. Особенность положения подростка - его существование меж данными группами: он не имеет желания принадлежать к детской группе, а проявляет рвение перейти во взрослую группу, но в нее его еще не принимают. Левин видел в таком положении неприкаянности источник специфичности особенностей подростка - чем больше разрыв меж этими группами и длиннее период неустроенности подростка, тем сложнее осуществляется протекание подросткового периода.

По мнению Л.С. Выготского, кризис переходного возраста имеет связь с двумя обстоятельствами: формирование новообразования в подростковом сознании и перестроение отношений меж средой и ребенком, составляющей основное значение кризиса. Характерностями социальной ситуации развития, индивидуальным положением подростка сообразно взрослому миру и индивидуальной особенностью взросления на данном этапе объясняют "кризис" и "переходность" подросткового возраста.

В ходе взросления подростковый возраст является значимой ступенью в общем ходе формирования личности - на основании особо нового состава деятельности, структуры и характера ребенка образовываются основы сознательного поведения, обрисовывается общее направление в формировании социальных установок и нравственных представлений.

Подростковый возраст является переходным главным образом в биологическом значении. Подростковый социальный статус не имеет практически никакого отличия от детского статуса. Все подростки - это школьники, находящиеся на содержании государства или родителей. Ведущей деятельностью подростков является учеба.

Продолжительность подросткового периода зачастую обусловлено конкретными условиями воспитания детей, величиной разрыва в требованиях и нормах, которые предъявляются к старшему и ребенку - от старшего требуются самостоятельность и инициатива, от ребенка - послушание. Подростка всяким образом избавляют от вопросов пола - во взрослой жизни отношения полов имеют важное значение.

Период переходного возраста всегда считали критическим вследствие всеобъемлющих личностных изменений. Варьирования личности детерминированы особой социальной ситуацией в подростковом возрасте, половым созреванием подростка.

Как считают отечественные психологи, самые важные личностные изменения подростка детерминируется социальными факторами.

В частности, Л.С. Выготский осуществил подход к подростковому возрасту как к образованию историческому. П.П. Блонский придерживался его мнения и также считал, что продолжительность и характерность протекания подросткового периода, в соответствии с уровнем общественного развития, в заметной степени варьируют.

Л.С. Выготский считал, что подростковый возраст является одним из самых изменчивых и неустойчивых периодов, отсутствующий у диких людей, и при неблагополучных условиях несколько сокращается, зачастую составляя едва приметную полоску меж исходом полового созревания и установлением конечной социальной зрелости.

По мнению И.С. Кона и Д.И. Фельдштейна, осознание, оценка собственных личных качеств, удовлетворение свойственного ему стремления к самоусовершенствованию подросток осуществляет в системе взаимодействия с окружающими. Собственно, восприятие самого мира осуществляется посредством взрослых - подросток ожидает от них доверия, понимания.

В ситуации, когда старшие не берут во внимание то, что подросток уже не является маленьким ребенком, наблюдается возникновение с его стороны разнообразных форм протеста и обид - непослушание, грубость, упрямство, негативизм, замкнутость.

Вместе с тем, своеволие, непослушание, упрямство, негативизм никоим образом не являют собой обязательные черты подросткового характера. Единственно, как результат неверного подхода к подростку, когда не учтены его психологические особенности, как результат просчетов воспитания иногда наблюдается возникновение кризисов и конфликтов, вовсе не являющиеся неизбежными и роковыми. В частности, игнорирование и непонимание старшими истинных мотивов подросткового поведения, проявление реакции только на внешний итог деятельности подростка или, хуже, приписывание подростку мотивов, которые не соответствуют действительности, приводят его к внутренней оппозиции воспитательным воздействиям.

Существует ошибочное мнение, что подросток - это маленький ребенок, который не способен проявлять собственную инициативу, что приводит его к обусловленному положению, лишает возможности совместной деятельности. Большая часть жизни подростка неотъемлема от учебы, потому как подросток - бессменно учащийся. Вместе с тем, он проявляет готовность занять конкретное место в обществе, что предполагает его участие в многоплановой полезной общественной деятельности.

В своих трудах Д.И. Фельдштейн представил систему взглядов, которые способствуют становлению целостной картины значимых аспектов подросткового развития. В период подросткового возраста ребенок переходит на важно новую социальную позицию - формирование его осознанного отношения к себе как к единице общества. Таким образом, от вариативности протекания социальной ориентации в данный период, многое зависит при формировании человеческих социальных установок. Такое обстоятельство ставит на передний план разработку психологических основ воспитательных воздействий, которые направленны на личностное развитие человека.

1. **Физиологические и психологические изменения подростка.**

В период 12-14 лет наблюдается активный рост ребенка - за год рост некоторых детей увеличивается на 3-7 см., это сложное испытание для детского организма. Более активный рост отмечается у трубчатых костей, формируется грудная клетка, руки, ноги, подросток становится непропорциональным, возможно нарушение координации движений.

Кроме роста скелета перестраивается работа и внутренних органов - увеличение темпа роста мышечной системы, изменение деятельности гипофиза, ускорение обмена веществ. Наибольшую активность в работе проявляют щитовидная и половые железы. Увеличивается объем легких, растет сердце.

Половые гормоны проявляют свою максимальную активность, вследствие чего у подростков акцентируются вторичные половые признаки - у мальчиков наблюдается мутация голоса, появление кадыка, рост волос на лице, теле, возникновение поллюций; у девочек - увеличение груди, появление менструации. Гормоны вызывают первые сексуальные желания, для ребенка безусловно новые ощущения, ему трудно контролировать себя, адекватно воспринимать свои действия.

По причине данных важнейших физиологических варьирований у подростка возможно возникновение проблем со здоровьем - повышенная утомляемость, частые головные боли, сложности с аппетитом, бессонница, отсутствие концентрации, снижение внимательности, нестабильное артериальное давление - это только типовой список возможных жалоб, обязывающие родителей обратить свое внимание.

Период подросткового возраста, по численности физиологических и гормональных изменений, очень схож с беременностью. Детский организм также в полной мере изменяется, как организм женщины при готовности стать матерью, однако, данный процесс при беременности во временных сроках более сокращен. Бесследно данные физиологические варьирования не могут произойти и для детской психики, так как все взаимосвязано.

Скачкообразный рост легких, системы кровеносных сосудов и сердца приводит к недостаточному насыщению кислородом детского головного мозга. Вследствие чего отмечается снижение внимания, возникновение сложностей при работе над несколькими объектами - успешное решение задачи и параллельная беседа с соседом по парте становится весьма затруднительна. У подростка возникает чувство усталости, наблюдается отсутствие желания учиться, идти в школу, прилагать какие-либо усилия для приобретения новых знаний. Родителям, в данный период, нужно поддержать здоровье ребенка, понять его состояние и предельно облегчить проявляющиеся симптомы.

Вследствие разрешения противоречий возникает основное новообразование подросткового периода - установление нового уровня самосознания, "Я"-концепции, характеризующейся желанием понять себя, собственные особенности и возможности, свое отличие и сходство с иными людьми – неповторимость и уникальность.

Наряду с этим, ребенок к подростковому возрасту достигает довольно высокого уровня развития психических процессов, в первую очередь мышления, продолжающие свое бурное развитие на протяжении всего этапа - это приводит к возможности осуществления деятельности психики на уровне взрослых.

Развитие и рост организма, к тому же, происходящие за ними изменения в отношении окружающих к подростку, его отношении к себе, детерминируют становление "чувства взрослости", которое становится концептуальной основой самосознания подростка - острое ощущение школьника, что он уже не ребенок, и требование признания данного, в первую очередь равных прав с окружающими старшими.

Выражение чувства взрослости проявляется в стремлении к самостоятельности, независимости, утверждению собственного личностного достоинства, в требовании к старшим уважать данные стремления, считаться с ними. Наряду с этим, подросток понимает, что его взрослость пока не совсем "подлинная" - проявление чувства неуверенности в собственной новой позиции. Формы проявления "чувства взрослости" зачастую ярко выражены, демонстративны, так как у школьника возникает острая нужда в признании, подтверждении данной позиции ровесниками и взрослыми.

Потому как, значимое, для становления самоотношения, самоутверждение во взрослом мире усложнено детским социальным статусом подростка, подросток ощущает себя отличающимся и от детей, и от старших, он заостряет свое внимание на ровесниках.

Значение групп сверстников в период отрочества невероятно возрастает. Чтобы справиться с эмоциональными, социальными и физическими переменами отрочества подростки ищут поддержки у других. Естественно они ищут поддержки у сверстников, испытывающих то же самое. Следственно, общение со сверстниками становится ведущей деятельностью периода подросткового возраста. Вместе с тем, для подростка важное значение имеет занимать среди сверстников удовлетворяющее его положение.

При формировании личности, общение подростка со сверстниками являет собой очень большую значимость - благодаря общению со сверстниками, подросток приобретает нужные жизненные знания, которые по некоторым причинам ему не дают старшие. Группа ровесников развивает у подростка навыки социального взаимодействия. Лишь здесь он примеряет разные роли - выступает в качестве ведущего и ведомого, судьи и виновного, подчиненного и командира, ученика и учителя.

Характерная черта подростковой группы – невообразимо высокая конформность. Некритическое отношение к мнению лидера и членов группы. Инакомыслие исключается, слабому "Я" требуется сильное "Мы". Потому, как правило, нормы и ценности группы ровесников подросток принимает как собственные.

В подростковом возрасте у многих людей возникают первые дружба и романтические чувства. Наряду с этим, дружбе подростков свойственны высокая степень устойчивости, избирательности, интимности.

Следовательно, как этап перехода от детства к взрослости подростковый возраст является довольно таки важным для личностного развития человека. Помимо самоотношения, в данный период возникает системообразующий компонент личности – направленности - мировоззрения личности, системы ценностей, интересов, нравственных ориентиров. В поиске ответа на вопрос "кто я?", в поиске себя, подросток, обладая уже мышлением взрослого уровня, понимает разные аспекты действительности, касаясь вопросов о значимости разных явлений, о жизненном смысле.

1. **Кризис подросткового возраста.**

Важной характерностью подросткового возраста являются детерминированные сущностью этапа – перехода от детства к взрослости – актуальные квалитативные изменения, которые затрагивают все стороны развития.

Потому как каждые квалитативные преобразования бессменно нарушают стабильность явления или объекта, которое они затрагивают, подростковый возраст относят к критическим периодам человеческой жизни, периодам возрастных кризисов. Вместе с тем, происходящие изменения являются настолько значимыми, что подростковый возраст считается практически самым сложным и жизненно-важным этапом, "трудным возрастом", в первую очередь, трудным для самого подростка. Трудности детерминированы:

1. Биологическими особенностями возрастного этапа. Неравномерный и интенсивный рост и развитие организма – "пубертатный скачок" – существенно влияют на психофизиологические особенности подростка - утрата имевшегося в детстве равновесия в деятельности нервной и эндокринной систем, новый пока устанавливается. Данное обстоятельство влияет на настроение, внутренние состояния, реакции и зачастую является основанием его общей неуравновешенности, двигательной активности, временной вялости, раздражительности, апатии. Вместе с тем, психическое развитие подростка протекает так же иррегулярно, как развитие организма.
2. Достижения биологического развития организма, преобразовывая внешность подростка, являются основой для перемены в отношении окружающих к нему, к себе самому. В ходе физического созревания дети оказываются все больше схожими со взрослыми, другие - сверстники, учителя, родители, иначе реагируют на них, меняется само их отношение к себе. В итоге, происходит изменение требований, предъявляемых к подростку окружающими, а также те, которые он предъявляет к самому себе.
3. Не являясь ни детьми, ни взрослыми, подростки, имеют социально-психологические затруднения группового распознавания - в данном возрасте сменяется принадлежность к группе - подростки оказываются в состоянии социального перемещения из детской группы во взрослую, при этом они готовы перейти во взрослую группу и воспользоваться определенными их привилегиями. Своеобразность положения подростка - это существование меж двумя социальными группами. Данное положение приводит человека к желанию выйти из слабой группы в наиболее престижную, которая его пока не приняла. Положение неустроенности способствует возникновению своеобразного эмоционального состояния и поведения, которым свойственны неустойчивость, повышенная чувствительность, напряженность, неуверенность и робость, эпизодическая агрессивность, смена контрастов настроения и поведения, и иные особенности.
4. Значимым следствием, из числа происходящих социальных и биологических изменений, является затрудняющая протекание взросления большей численности подростков эмоциональная неуравновешенность. Подростковому возрасту свойственны резкие колебания настроения, выраженная эмоциональная неустойчивость, быстрые переходы от депрессивных состояний к восторгу. В некоторых случаях, с позиции взрослых, бурные аффективные реакции, зачастую проявляющиеся в ответ на замечание о недостатках внешности подростка или при ущемлении его самостоятельности, кажутся неадекватными.

Следовательно, переживаемые подростками трудности возрастного периода детерминированы экстроспективными социальными, психологическими и биологическими обстоятельствами и их сочетаниями. Множество травмирующих обстоятельств, обнаруживающий нехватку силы "Я" и жизненного опыта подростков, часто приводит к неадекватным психологическим, и даже патологическим, реакциям и социально-психологической дезадаптации. Вместе с тем, зачастую обратной реакцией подростка на неблагоприятные влияния описанных обстоятельств - это поиск приемлемых для себя адекватных особенностей данных влияний, а также форм поведения, становящихся основой личностного развития подростка.

Из этого следует, что подросток в ответ на характерные трудности возраста совершает поиск себя. При этом он испытывает на практике разновидности поведения, наиболее подходящие из них, закрепляет, а неподходящие отбрасывает. По этой причине возникает противоречие поведенческих реакций.

1. **Заключение.**

Невзирая на возрастной период развития ребенка социальная ситуация является обуславливающей и определяющей ход детской жизни, в результате которого у него развиваются психические новообразования и проявляются новые свойства личности, что также приводит к перестроению всей структуры детского сознания, к варьированию системы его отношений к себе лично, другим людям, миру. Благодаря социальной ситуации, во всякий возрастной период, становится возможным более точное отслеживание образования и изменения структуры личности ребенка.

Варьирования, детерминированные созреванием и ростом организма, в подростковом возрасте происходят с неимоверной скоростью. В сложившейся ситуации ребенку сложно одному справиться с возникшими трудностями и многие подростки, находясь в зависимости от состояния своего организма, начинают обвинять себя в несостоятельности и сильно нервничать. Данные ощущения зачастую не осознаны, образовывают напряженность, с которой подростку сложно справиться самому. В данной обстановке любые внешние затруднения воспринимаются им как никогда трагично.

Подростковый кризис обусловлен духовным ростом, изменением статуса ребенка, как социального - новые отношения с ровесниками, учителями, близкими, расширение поля деятельности, так и психического - возникновение чувства взрослости у подростка. Важнейшим обстоятельством, которые влияют на зарождение кризиса, является глубокая неудовлетворенность собой и рефлексия на внутренний мир. Потеря способности идентифицировать самого себя, противоречие предыдущих представлений о себе с настоящим образом – ключевое содержание подростковых переживаний.

1. **Список литературы.**
2. Л.С. Выготский, Психология развития человека. — М.: Изд-во Эксмо, 2005. — 1136 с.
3. Л.И. Божович, Проблемы формирования личности. / Под редакцией Д.И. Фельдштейна. 2-е издание. М.: Институт практической психологии, Воронеж: Модэк, 1997. – 352 с.
4. Л.Ф. Обухова, Возрастная психология. Учебник. – М.: Педагогическое общество России, 2001. – 442 с.
5. М.И. Лисина, Общение, личность и психика ребенка. / Под редакцией А.Г. Рузской - М.: Институт практической психологии, Воронеж: Модэк, 1997. – 384 с.
6. В.С. Мухина, Возрастная психология. – М.: Академия, 2007. – 640 с.