

ПРОБЛЕМЫ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Бут Елена Александровна

студент, ФГБОУ ВО АГПУ, Россия, г. Армавир

Твелова Ирина Александровна

канд. психол. наук, доцент ФГБОУ ВО АГПУ, Россия, г. Армавир

Аннотация. Рассмотрены основные проблемы подросткового возраста: увлечение электронными гаджетами, конфликты с родителями, несдержанность, неправильный выбор друзей, употребление наркотиков, агрессия. Показано, что изучение данного вопроса позволит избежать конфликтных и критических ситуаций, помочь подростку выбрать направление своей деятельности. Сделан вывод о необходимости научить подростка быть самостоятельным и ответственным за себя и близких людей человеком.

Ключевые слова: подростковый возраст; самостоятельность; психика; развитие; конфликт; отношение; подросток; ответственность.

Подростковые годы являются серьезным испытанием для ребенка и его родителей. Их изучением занимались такие великие психологи, как Л.С. Выготский, Б. Заззо, Л.И. Божович. Подростки часто спорят с родителями, они пытаются добиться большей самостоятельности и минимума контроля со стороны взрослых. Это естественный шаг, однако, родителям в этот период приходится сталкиваться с неуважением к себе.

В ситуациях, когда поведение подростка становится все более проблемным, важно разрешить сложную ситуацию, прежде чем она выйдет из-под контроля.

За короткий период времени – с 11-ти до 16-ти лет ребенок делает огромный шаг в развитии. В это время кардинально меняется не только психика подростка, но и его гормональное и физическое состояние. Подросток становится уязвимым и без должной поддержки не в состоянии справиться со становлением своей личности самостоятельно. Начинается период внутренних конфликтов с самим собой, спутниками которых являются частая смена настроения, поиск новых друзей и увлечений, а также появление агрессии. В этот период начинаются проблемы подростков с родителями [2].

Причины проблем подростков разнообразны, однако основной являются внутренние противоречия. Подросток находится между двух возрастных групп, детей и взрослых, поэтому отстаивает свое право на роль уникальной и неповторимой личности, и тут же стремится «быть как все», подросток стремится принадлежать к той или иной социальной группе и быть её полноправным членом. Однако подростковые группы – самые закрытые, стать их членом сложный процесс. Отсюда начинает свое развитие одиночество подростка и трудности в общении со сверстниками и социальным окружением.

Из этих противоречий произрастают все основные проблемы подростков: семейные, половые и проблемы во взаимоотношениях с окружающими. Чтобы разобраться, как помочь подростку справиться со своими проблемами рассмотрим наиболее распространенные из них.

Во-первых, современные подростки увлечены электронными гаджетами. Большинство подростков постоянно сосредоточены на мобильных телефонах и текстовых сообщениях, для них это способ оставаться всегда на связи со своими друзьями. Тем не менее, это не должно мешать другим аспектам их жизни, таких как учеба, помощи по дому и саморазвитию.

Некоторые родители устанавливают компьютеры в общих комнатах дома, чтобы иметь возможность контролировать направления деятельности; другие устанавливают временные ограничения на использование устройств. Помимо этого можно еще устанавливать ограничение на различные сайты и программы с нежелательным содержанием.

Электронные гаджеты приносят вред здоровью – при бездумном и неограниченном использовании портится зрение, формируется зависимость от гаджетов, живое общение заменяется виртуальным.

Гаджеты нужно использовать разумно. Телефоны, планшеты, компьютеры могут присутствовать в жизни подростка, но только наравне с прогулками на воздухе и кружками, со спортивными секциями, общением со сверстниками, фильмами. Именно родители могут и должны найти баланс всего этого.

Научившись правильно пользоваться новинками компьютерного рынка, гаджет может стать помощником подростка в раскрытии талантов.

Во-вторых, у подростков часто возникают конфликты с родителями. Молодые люди раздражительны, в поведении и общении проявляют неуважение, игнорируют правила. Большую часть юности молодежь учится собственным моделям поведения, которые бы были отличными от поведения родителей.

Мнение друзей ценится значительно больше, чем мнение семьи, и это может быть опасно. Как бы там ни было, важно установить основные нормы поведения, и важным правилом является запрет ругаться с родителями. Подросток должен понимать, что по отношению к родителям и окружающим взрослым надо вести себя уважительно.

В-третьих, подросток несдержан, быстро выходит из себя. Любые слова провоцируют подростка на раздражение и ярость, заставляют кричать, плакать, топтать ногами и убегать в другую комнату. Зачастую это является результатом физических и эмоциональных изменений, которые переживает ребенок. Однако это серьезно усложняет общение с ним. Добиться общения позволит проявление сочувствия и понимания.

В-четвёртых, подросток говорит неправду. Есть много причин, по которым подросток может не говорить вам правды. Например, желание скрыть некоторые факты от родителей как способ добиться большей независимости. Подростки скрывают детали своей жизни - это возможный признак того, что он попал в нехорошую компанию, и занимается нечестными делами.

Подросток стремится решить свои проблемы самостоятельно. Необходимо понять, какие именно проблемы скрывает подросток. В случае безуспешных попыток имеет смысл обратиться за помощью к психологу.

В-пятых, подросток поздно возвращается домой. Подростки часто испытывают пределы, и зачастую намеренно нарушают установленный комендантский час. Прежде чем устраивать скандал, попытайтесь выяснить, действительно ли комендантский час, установленный родителями его друзей, значительно позже вашего.

Своевременное понимание вреда опасных занятий, предупреждение об их последствиях и возможности контролировать соблюдение правил, чтобы сломать зарождающуюся опасную привычку необходимы.

В-шестых, подросток выбирает себе неподходящих друзей. Вам может показаться, что некоторые друзья вашего подростка одеваются неподобающим образом и оказывают на него плохое влияние, однако, это не всегда является поводом для тревоги. Подросток может быть

очень привязан к друзьям, и любая критика в их адрес будет восприниматься остро, как личная критика. Поэтому зачастую лучше не высказывать свое мнение слишком резко.

Критическую ситуацию позволит разрешить своевременное вмешательство. Семейная терапия может помочь найти решения для устранения плохого влияния друзей.

В-седьмых, подросток употребляет наркотики. Причины могут быть разнообразны. Подростки могут проявлять любопытство к наркотикам, поэтому важно убедиться, чтоб предупреждение об их вреде было заблаговременным. Важно создать такую среду в общении с подростком, в которой ему, с одной стороны, будет комфортно говорить с вами о своем любопытстве, но, с другой стороны, ваша позиция о вреде наркотиков будет оставаться твердой.

Однако существуют ситуации, которые требуют профессионального вмешательства. Психотерапевты и другие специалисты психологии, могут помочь в поиске возможного решения проблемы.

В-восьмых, агрессия, с которой подросток не справляется, этот излишек новой и еще неосвоенной энергии. Здесь родительская, а иногда и собственно подростковая мудрость состоит в усиленных занятиях спортом, которые на время отводят опасную энергию в приемлемое русло.

В-девярых, вспыльчивость. Причиной повышенной вспыльчивости у юношей и девушек является переходный период. Они находятся как бы между двух граней: уже не дети, но и не взрослые.

Подростки считают, что взрослые ограничивают их личное пространство и позволяют только ходить в школу, учиться и читать. Данное мнение, конечно же, ошибочно. Но, тем не менее, подростки чувствуют себя несправедливо обиженными обществом. Данное чувство несправедливости порождает готовность к вспыльчивости.

Таким образом, в воспитании подростков важно исходить из следующих положений.

Ребенок, подросток - это не маленький взрослый, готовящийся к жизни, а абсолютно полноценный человек со своим жизненным опытом, своими планами, мыслями и чувствами. Разумеется, этим человеком нужно руководить, но с большой осторожностью и тактичностью, чтобы не оказать негативного влияния на психологическое здоровье.

Очень трудно, но жизненно необходимо научить подростка быть самостоятельным и ответственным за себя и близких людей человеком.

Список литературы:

1. Волков Б.С. Возрастная психология. В 2 ч. Ч.2: От младшего школьного возраста до юношества. - М.: Владос, 2010.
2. Самыгин С.И. Психология развития, возрастная психология для студентов вузов; Под общ. ред. Л.И. Щербакова. - Рн/Д: Феникс, 2013.
3. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: учеб.пос.для студ-тов вузов - 2-е изд. - М.: Академия, 2005.