**ВОЗРАСТНЫЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ 11-15 ЛЕТ**

Подростковый возраст (10–15 лет) — это переходный период, характеризующийся физическим и психологическим взрослением. Считается трудным с точки зрения воспитания. Чтобы взрослым и детям было проще пережить это сложное время, важно знать психологические особенности подросткового возраста.

**Психологическое развитие подростков.**

Большинство проблем подростков являются следствием полового созревания, которое может провоцировать различные отклонения психофизиологического и психического характера. *Из-за этого подростки страдают от следующих проблем: эмоциональной неустойчивости; повышенной возбудимости; беспричинной тревожности; перепадов настроения; депрессии; конфликтности.* Но переходный возраст имеет и положительные стороны. Ребенок становится более самостоятельным и независимым. Его сфера деятельности постепенно увеличивается. Он начинает сознательно к себе относиться и отстаивает свои права перед другими людьми.

**Возникновение чувства взрослости и реакция эмансипации.**

Изучая особенности развития этого чувства, Эльконин Д. Б. выделил два типа «взрослости»: *Объективная* – ребенок действительно готов жить во взрослом обществе; *Субъективная* – подросток просто чувствует себя взрослым.

*Разновидности объективной взрослости:*

* Социально-моральная. Проявляется эмансипацией, участием в семейных делах.
* Интеллектуальная. Подросток занимается саморазвитием и самообразованием.
* Романтическая. Проявляется в романтических взаимоотношениях с

противоположным полом.

* Внешняя. Подросток пытается иметь «взрослую» внешность,поведение. Ребенок

следит за модой, может начать курить и использовать нецензурную лексику в общении.

*Признаки субъективной взрослости:*

* стремление подростка, чтобы его воспринимали за взрослого;
* ограждение определенных жизненных сфер от других, недовольство при

попытке других проверить его работу на качество;

* индивидуальное поведение и личные мысли, отстаиваемые перед другими.

*Испытывая взрослость, дети:*

* критически относятся к старшим;
* разочаровываются в мире взрослых;
* боятся окружающего мира;
* чувствуют одиночество после осознания своего внутреннего мира и плохих

отношений с близкими;

* ожидают, что взрослые будут к ним относиться, как к равным.

Чтобы этот период прошел как можно легче, специалисты в психологии подросткового возраста советуют родителям более лояльно относиться к чувству взрослости ребенка.

**Реакция группирования с одногодками.**

Подростки на инстинктивном уровне группируются с ровесниками. *Подростковые группы бывают:*

* Однополые (чаще всего, мужские). В таких группах присутствует постоянный

лидер, у каждого члена есть своя жестко фиксированная роль. Лидер удерживает свою позицию с помощью сильного, но не очень умного помощника. Однополые группы часто имеют «свою территорию», редко принимают новичков, пользуются своим «языком».

* Смешанные. Лидер выбирается согласно требуемой ситуации. Члены группы

могут постоянно меняться. От участников ничего не требуют.

**Возникновение интереса к противоположному полу.**

**10–17 лет** — пубертатный период развития ребенка. В это же время начинается половое созревание. Из-за физиологических изменений подросток начинает испытывать новые эмоции и чувства. Он начинает думать о своей половой принадлежности. Ребенок пытается выразить свою мужскую или женскую индивидуальность — это естественный процесс. Родителям в это время нужно дать сыну или дочке немного свободы в самовыражении — это существенно снизит вероятность конфликтов.

Интерес к противоположному полу наблюдается уже в 10–14 лет. Проявляется это повышенным вниманием к своему внешнему виду и желании выделиться. Родители уже могут рассказать ребенку о важности личной гигиены и физических упражнениях.

В таком возрасте подростки испытывают первую любовь. Девушки и юноши от дружеских отношений переходят к романтическим. Многие начинают жить половой жизнью. Родителям крайне важно объяснить, что ранняя половая жизнь может быть опасной.

**Развитие самопознания.**

Подросток начинает интересоваться собой, своими способностями, оценивает и сравнивает себя с другими, пытается понять свои чувства. Учитывая развитие самосознания, и пытаясь занять более выгодное положение среди ровесников, подросток стремится к самовоспитанию. Он хочет иметь больше положительных качеств, чем негативных. Но небольшой жизненный опыт и несформированное мировоззрение провоцируют развитие у подростка противоречий между желанием самовоспитания и неумением его реализовать.

Ребенок осознает себя как личность за 2 этапа. Вначале он понимает, что отличается от своих сверстников и принадлежит к взрослому миру. *Он может:*

* подражать взрослым,
* быть зависимым от сверстников.

*На новом этапе подросток:*

* понимает, что он уже не является ребенком;
* постепенно понимает свои личностные особенности;
* меньше зависит от сверстников.

Последний пункт крайне важен. Если сверстники заставят подростка что-то сделать против его желания, он сможет им отказать.

Важное место в развитии подросткового самосознания занимает представление о своем телесном образе, а также сравнение себя с общепринятыми стандартами женственности или мужества. На фоне этого мальчики могут заниматься силовыми тренировками, а девочки – гимнастикой, танцами.

*В мотивационном аспекте и поведении подростка проявляются противоположные стремления:*

* Быть не таким, как все, особенно при общении с родителями.
* Подражать группе ровесников и соответствовать модным тенденциям.

Самосознание и формирование Я-образа тесно связаны с созданием образа Другого. В большинстве случаев этим «Другим» становится сверстник, общение с которым крайне важно для взрослеющего ребенка. *Данная особенность может специфически проявляться:*

* Когнитивно-простой подросток, который поверхностно анализирует внутренний

мир, отождествляет себя с ровесниками и акцентирует сходство между собой и ними.

* Когнитивно-сложный подросток пытается понять суть человека,

идентифицирует себя только с определенными сверстниками и подчеркивает свое отличительные черты.

Отождествление себя с ровесниками является нормальным явлением и помогает формировать «Я-образ» каждого подростка. В возрасте 13–14 лет этот образ теряет устойчивость и целостность. Ребенок это крайне остро чувствует. Чтобы прекратить копировать поведение окружающих людей, взрослый человек использует самопознание и самоанализ, а у подростка эти качества еще развиваются. *Из-за этого ребенок испытывает сильный стресс, который приводит к следующим проблемам:*

* неадекватному поведению;
* снижению самооценки;
* нестабильному развитию «Я-образа».

Взрослые обязаны помочь подростку пережить этот сложный момент, создать ему оптимальные условия для правильного самопознания.

**Как подросток относится к своей внешности.**

В момент полового созревания и усиленной гормональной активности подростки крайне агрессивно реагируют на любые критические замечания по поводу своей внешности. Обидные для них слова могут стать причиной временных подростковых комплексов, которые часто проявляются и во взрослой жизни. Родительский долг – защитить ребенка от таких проблем самостоятельно или с помощью квалифицированного психолога.