# Особенности психики и поведения подростков

Стремление подростка занять удовлетворяющее его положение в группе сверстников сопровождается повышенной конформностью к нормам поведения и ценностям референтной группы, что особенно опасно в случае приобщения к асоциальному сообществу.

Переходность психики подростка состоит в сосуществовании, одновременном присутствии в ней черт детскости и взрослости.

В подростковом возрасте нередко сохраняется *склонность к поведенческим реакциям, которые обычно характерны для более младшего возраста.* К ним относят следующие:

1. *Реакция отказа.* Она выражается в отказе от обычных форм поведения: контактов, домашних обязанностей, учебы и т. д. Причиной чаще всего бывает резкая перемена привычных условий жизни (отрыв от семьи, перемена школы), а

почвой, облегчающей возникновение

таких реакций, — психическая незрелость, черты невротичности, тормозимости.

1. *Реакция оппозиции, протеста.* Она проявляется в противопоставлении своего поведения требуемому: в демонстративной браваде, в прогулах, побегах, кражах и даже нелепых на первый взглядпоступках, совершаемых как протестные.
2. *Реакция имитации.* Она обычно свойственна детскому возрасту и проявляется в подражании родным и близким. У подростков объектом для подражания чаще

всего становится взрослый, теми или иными качествами импонирующий его идеалам (например, подросток, мечтающий о театре, подражает в манерах любимому актеру).

1. *Реакция компенсации.* Она выражается в стремлении восполнить свою несостоятельность в одной области успехами в другой. Если в качестве компенсаторной реакции избраны асоциальные проявления, то возникают нарушения поведения. Так,

неуспевающий подросток может пытаться добиться авторитета у одноклассников грубыми, вызывающими выходками.

1. *Реакция гиперкомпенсации.* Обусловлена стремлением добиться успеха именно в той области, в которой ребенок или подросток обнаруживает наибольшую несостоятельность (при физическойслабости — настойчивое стремление к спортивным достижениям, при стеснительности и ранимости — к общественной деятельностии т.д.).

# Подростковые психологические реакции

Собственно *подростковые психологические реакции* возникают при взаимодействии с окружающей средой и нередко формируютхарактерное поведение в этот период:

1. *Реакция эмансипации.* Она отражает стремление подросткак самостоятельности, к освобождению из- под опеки взрослых. Принеблагоприятных средовых условиях эта реакция может лежать воснове побегов из дома или

школы, аффективных вспышек, направленных

на родителей, учителей, а также в основе отдельных асоциальных поступков.

1. *Реакция «отрицательной имитации».* Она проявляется вповедении, контрастном по отношению к неблагоприятному поведению членов семьи, и отражает становлениереакции эмансипации, борьбу за независимость.

1. *Реакция группирования.* Ею объясняется стремление к образованию спонтанных подростковых групп с определенным стилемповедения и системой внутригрупповых взаимоотношений, со своимлидером. В неблагоприятных средовых условиях,

при различного рода неполноценности нервной системы подростка склонность кэтой реакции может в значительной мере определять его поведениеи быть причиной асоциальныхпоступков.

1. *Реакция увлечения (хобби-реакция).* Она отражает особенности внутренней структуры личности подростка. Увлечение спортом, стремление к лидерству, азартные игры, страсть к коллекционированию более характерны для подростков-мальчиков. Занятия, мотивом которых является стремление привлечь к себе внимание (участие в самодеятельности, увлечение экстравагантной одеждойи т.п.), более типичны для девочек. Интеллектуально – эстетическиеувлечения, отражающие глубокий интерес к какому-либо определенному предмету, явлению (литературе, музыке, изобразительному искусству, технике, природе и т.п.), могут наблюдаться у подростков обоих полов.
2. *Реакции, обусловленные формирующимся сексуальным влечением* (повышенный интерес к сексуальным проблемам, ранняя половая жизнь, онанизм и т.д.).

Описанные реакции могут быть

представлены как в вариантах поведения, нормальных для данного

возрастного периода, так и в патологических, не только приводящих к школьной и социальной дезадаптации, но и требующих нередко лечебной коррекции.

# Формированием стратегий преодоления проблем и трудностей

Важное направление психического развития в подростковом возрасте связано с формированием *стратегий или способов преодоления проблем и трудностей.* Часть из них складываются еще в детстве для разрешения несложных ситуаций (неудачи, ссоры) истановятся привычными. В подростковом же возрасте они трансформируются, наполняются новым

«взрослым смыслом», приобретают черты самостоятельных, собственно личностных решений пристолкновении с новыми требованиями.

Среди всего многообразия способов поведения человека в трудной для него ситуации можно выделить *конструктивные* и *неконструктивные* стратегии.

*Конструктивные способы* решения проблем направлены на активное преобразование ситуации, на преодоление травмирующих обстоятельств, в результате чего возникает чувство роста собственных возможностей, усиление себя как субъекта собственной жизни.

Конструктивные способы:

* достижение цели собственными силами (не отступать, приложить усилия, чтобы добиться намеченного);
	+ обращение за помощью к другим людям, включенным в данную ситуацию или обладающим опытом

разрешения подобных проблем («обращаюсь к родителям», «посоветовалась с подругой», «решаем вместе

с теми, кого это касается», «мне

помогли одноклассники», «я бы обратился к специалисту»);

* тщательное обдумывание проблемы и различных путей ее решения (поразмышлять, поговорить с собой; вести себя обдуманно; «не делать глупостей»);
* изменение своего отношения к проблемной ситуации (отнестись к происшедшему с юмором);
* изменения в себе самом, в системе собственных установок и привычных стереотипов («нужно искать причины в себе», «пытаюсь измениться сама»).

*Неконструктивные стратегии* поведения направлены не на причину проблемы, которая «задвигается» на дальний план, а представляют собой различные формы самоуспокоения и выхода негативной энергии, создающие иллюзию относительного благополучия.

Неконструктивные способы:

* формы психологической защиты — вплоть до вытеснения проблемы из сознания («не обращать внимания»,

«смотреть на все поверхностно»,

«уйти в себя и никого туда не пускать», «стараюсь избегать проблем», «я и не пытался ничего предпринимать»);

* импульсивное поведение, эмоциональные срывы, экстравагантные поступки, необъяснимые объективными причинами («на всех обижалась»,

«могу закатить истерику», «хлопаю дверьми», «целый день слоняюсь по улицам»);

* агрессивные реакции.

Список литературы

1. **Шаповаленко И.В.,** Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). — М.: Гардарики, 2005. — 349 с.
2. **Абрамова Г. С.,** Возрастная психология: Учеб. пособие для студ. вузов. — 4-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 1999.

— 672 с.