Юношеский возраст: основные особенности и проблемы.

Юношеский возраст – это период жизни человека между подростковым возрастом и зрелостью. Возрастные границы юношеского возраста от 11 - 16 до 21 - 25 лет (условны, зависят от личностных особенностей человека).

Основные задачи развития в юности:

- Становление устойчивого самосознания и стабильного образа «Я» – создание определенных представлений о себе как об уникальной личности.
- Профессиональное самоопределение – самостоятельное и независимое определение жизненных целей и осознание выбора будущей профессии.
- Развитие готовности к жизненному самоопределению, что предполагает достаточный уровень развития ценностных представлений, волевой сферы, самостоятельности и ответственности.

Эмоциональные проблемы юности: высокая тревожность, предрасположенность депрессивного фона настроения, а также изменчивость настроения с полярными переходами.

Взаимоотношения со сверстниками.

В юношеском возрасте расширяется интерес к окружающему миру и деятельности, растет необходимость в новом опыте, познании, принятии, признании и защищенности. Комфортное общение со сверстниками и взрослыми удовлетворяет эти потребности и представляет для них самостоятельную ценность. Основная цель контактов: поделиться собственными переживаниями. Интерес же к переживаниям других невелик, и этот вызывает напряженность во взаимоотношениях, неудовлетворенность ими.

Общение со сверстниками имеет чрезвычайно важное значение для развития личности в юношеском возрасте еще и по следующим причинам:

во-первых, это специфический канал информации, по которому приходит соответствующее знание, не поставляемое родителями;

во-вторых, это специфический вид межличностных отношений, где совместная деятельность (игра, коммуникация, труд) вырабатывает необходимые навыки социального взаимодействия. Здесь учатся отстаивать свои права, осознавать обязанности, соотносить личные интересы с общественными.

в-третьих, это специфический вид эмоционального контакта, который дает ощущение благополучия и устойчивости, солидарности и взаимопомощи и облегчает процесс формирования личностной суверенности социально-психологической адаптации к миру взрослых!

Общение со сверстниками удовлетворяет не только потребность в принадлежности к общности, включенности в группу, но и потребность в обособлении.

Развитие внутреннего мира, самосознания.

Самое ценное, что происходит в юношеском возрасте – изменение самосознания, открытие своего внутреннего мира. Обретая способность погрузиться в себя, в юности открывается целый мир новых чувств. Эти открытия бывают внезапными (несколько лет ходил по одной и той же дороге и вдруг увидел..., понял...)

Юноши и девушки постоянно анализируют себя: как я выгляжу? как он на меня посмотрел? Как следствие – застенчивость самая типичная «болезнь» юношеского возраста (в 16-17 лет от застенчивости страдают больше 70% ребят, а в 17-20 лет уже только 40%). Особенно тяжело переживают застенчивость юноши, так как это не мужская черта. Поэтому на лице у них защитная маска сильного человека, вызывающее поведение (особенно при критике в присутствии других). Только с близкими родственниками они могут позволить себе выплеснуть свои капризы, проявить слабость, а перед сверстниками – нет!

Открытие своего «я» не только радостное, но и драматическое. Они начинают осознавать, что являются уникальной личностью, другой такой нет – чувство одиночества. Девушки любят вести дневник, так как только ему она может доверить свои чувства. В

этом возрасте должно сформироваться своё «я» (собственное мнение, которое можно отстаивать). Если этого нет, то это очень опасно, так как «все курить – и я» и т.д.

Восприятие времени в юношеском возрасте проходит сложно. С одной стороны, обостренное чувство быстротечности (все уже целовались, а я нет - жизнь прошла). С другой – незаметное протекание времени (девушка 25 лет – в их понимании она уже старуха).

Остро воспринимается конечность бытия. Смерть занимает важное место в юношеских размышлениях. Не нужно пугаться этих мыслей, так как человек серьезно задумывается о смысле жизни, но эти мысли не должны быть чересчур навязчивыми.

Переживания и поиск любви.

Юношеский возраст – чрезвычайно важный и ответственный период в развитии личности человека. В среде сверстников в юности почти у каждого случается первая дружба, первая любовь – события и связанные с ними переживания, которые не только остаются в памяти человека, но и влияют на всю его жизнь (ценность опыта настоящей дружбы, любви).

Одной из главных функций юношеской дружбы является поддержание самоуважения личности. Более того, дружба выступает как своеобразная форма психотерапии, эмоциональная поддержка, в результате которой укрепляются жизненные позиции. Типичным проявлением дружеской психотерапии являются телефонные разговоры.

Нужно переключить их интерес и энергию в другое русло – спорт, учеба, компьютер и т.д. Разговаривать по-взрослому, воспитывать нравственность, моральную ответственность перед своим здоровьем и поведением в обществе. От взрослых требуется большой такт, чтобы не навредить. Опасно, когда юноше внушают чувство вины и страха в вопросах полового воспитания. Необходимы объяснения, а не просто запреты.

Взаимоотношения со взрослыми.

Юноши и девушки претендуют быть взрослыми, но чувствуют, что притязания не во всём подтверждаются и оправдываются, нарастает потребность в освобождении от контроля и опеки, взрослых вообще, а также от установленных ими правил и порядков. Поэтому важными событиями этого возрастного периода становятся смена значимых лиц и перестройка взаимоотношений со взрослыми.

Сфера отношений со взрослыми складывается достаточно противоречиво: большинство юношей и девушек (85%) признают потребность в общении с ними как актуальную для себя; из них 66% в качестве наиболее желательных партнеров по общению предпочитают видеть родителей. Среди тем, на основе которых могло бы строиться общение со взрослыми, такие: профессиональный выбор, учебные дела, взаимоотношения с окружающими, увлечения, вопросы морали, о себе, своем прошлом, настоящем и будущем, климат в семье и др. Иначе говоря, различные аспекты жизненного самоопределения.

Юноши и девушки при всей их тяге к самостоятельности хотят видеть в родителях друзей, советчиков, но взаимное непонимание часто перерастает в острые конфликты.

Отсутствие доверительных отношений со взрослым в этом возрасте — одна из главных причин возрастания тревожности, которую испытывают юноши и девушки. Для них невыносимо вмешательство в личные дела извне, тем более — принуждение, подавление.

Главная роль в формировании личности принадлежит семье. Семейные условия – социальное положение родителей, род занятий, материальное положение и уровень образования родителей - в значительной степени определяют жизненный путь ребёнка. На него оказывают влияние не только целенаправленные воспитательные воздействия, но и вся внутрисемейная атмосфера.

Таким образом, при ярко выраженном стремлении к независимости сохраняется глубинная связь с родителями и потребность в психологической поддержке с их стороны

через понимание, полное любви и сочувствия; через их безусловное позитивное и искреннее принятие.

В юношеском возрасте важно, чтобы родители:

1) относились к ребенку как к личности, имеющей сильные стороны и все необходимые возможности для успешной жизни;

2) ценили общение со своими детьми, осуществляя заинтересованное взаимодействие;

3) развивали у себя навыки конструктивного общения, обеспечивающие партнерское взаимодействие с детьми.