

## Возрастные особенности юношеского возраста (15-18 лет)

### Социальная ситуация развития

Социальная ситуация развития характеризуется в первую очередь тем, что старший школьник стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Ему предстоит выйти на путь трудовой деятельности и определить свое место в жизни. В связи с этим меняются требования к старшему школьнику и условия, в которых происходит его формирование как личности: он должен быть подготовлен к труду; к семейной жизни; к выполнению гражданских обязанностей (И. С. Кон, 1982).

В центре психологического развития старшего школьника стоит профессиональное **самоопределение**.

Принципиальное отличие позиции старшего школьника в том, **что он** обращен в будущее и все настоящее выступает для него в свете основной направленности его личности. Выбор дальнейшего жизненного пути, самоопределение, становится тем эмоциональным центром жизненной ситуации, вокруг которого начинают вращаться и вся деятельность, все интересы (Л. И. Божович).

**Изменяется отношение к школе - оно становится более прагматичным.** Несмотря на сохраняющуюся привязанность к своей школе, старшеклассники готовы даже сменить ее, если в другой школе будут лучшие условия подготовиться к будущей профессиональной деятельности.

Становится актуальным поиск спутника жизни и единомышленников, возрастает потребность в сотрудничестве с людьми, укрепляются связи со своей социальной группой, появляется чувство интимности с определенными людьми.

Период юности характеризуется наличием кризиса, суть которого в разрыве, расхождении образовательной системы и системы взросления.

Ранняя юность - это установление психологической независимости во всех сферах: в моральных суждениях, политических взглядах, поступках. своих чувств и интимных отношений, поиск смысла и образа жизни, переживание одиночества, выбор профессии - вот круг наиболее значимых в этом возрасте проблем.

Юношеский возраст по сравнению с подростковым характеризуется повышением уровня **самоконтроля и саморегуляции**. Тем не менее в этот период растущему человеку еще свойственна изменчивость настроения с переходами от безудержного веселья к унынию и сочетание ряда полярных качеств, выступающих попеременно.

Появляется особая чувствительность к оценке другими своей внешности, способностей, умений и наряду с этим чрезмерная критичность в отношении к окружающим: ранимость уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость - с развязностью, желание быть признанным и оцененным другими - с подчеркнутой независимостью, борьба с авторитетами - с обожествлением случайных кумиров, чувственное фантазирование - с сухим мудрствованием (А. Е. Личко).

## Ведущая деятельность

Ведущая деятельность в юношеском возрасте - *познавательная*.

В старшем школьном возрасте связь между познавательными и учебными интересами становится постоянной и прочной. Проявляется большая избирательность к учебным предметам и одновременно — интерес к решению самых общих познавательных проблем и к выяснению их мировоззренческой и моральной ценности.

*Изменяется отношение и к отметке.* Отметка как основной побуждающий мотив учения, имеющий решающее значение вплоть до подросткового возраста, теперь утрачивает свою побудительную силу - старший школьник перестает учиться “за отметку”, ему важны сами по себе знания, в значительной степени обеспечивающие будущее.

Возникает потребность разобраться в себе и окружающем, найти смысл происходящего и собственного существования. Поэтому учащиеся этого возраста редко слушают учителя равнодушно. Они либо вообще перестают слушать, если не интересно, либо слушают эмоционально, напряженно.

Таким образом, в старших классах *мышление учащихся приобретает личностный эмоциональный характер*. Не случайно в этом возрасте повышается интерес к художественной и философской литературе.

Личностный характер мышления старшего школьника связан с тем, что в этот период формируется обобщенное представление о самом себе, понимание и переживание своего “Я”, своей индивидуальности, своей личности.

В 16 лет уже определяется свой собственный (далекий от идеала, но реально действующий) стиль учебной работы. Поэтому учителю не следует строго регламентировать процесс учения, напротив - целесообразно предоставить большую самостоятельность. Формирование учебных умений и навыков должно быть ориентировано на личность ученика.

Учебная деятельность старшеклассников определяется сложным комплексом мотивов:

- мотивы широкого общественного плана (завоевать себе место в жизни, получить одобрение окружающих, подготовиться к будущей профессии);
- мотивы, идущие от самой учебной деятельности (интерес к знаниям, удовольствие от сделанной работы интеллектуального труда);
- мотивы, прямо не связанные с учением, но имеющие к нему некоторое отношение (награда, наказание, конкурирующие потребности и желания);
- мотивы отрицательного порядка (утомление, скука, трудность материала, отсутствие комфорта в отношениях с учителем или учениками).

В старших классах отношения между учителями и учениками положительны и продуктивны тогда, когда они строятся на основе уважения друг к другу. Во взаимоотношениях с учителем ценится адекватность и

соблюдение ролевых позиций: панибратство, так же, как и авторитарность, неприемлемо, старшеклассники ищут в учителе старшего друга и наставника. Широта интеллектуальных интересов часто сочетается с разбросанностью, отсутствием системы и метода. Многие юноши склонны преувеличивать уровень своих знаний.

Развитие абстрактно-логического мышления знаменует появление только нового интеллектуального качества и соответствующей потребности в познании. Ребята готовы часами спорить об отвлеченных предметах, о которых они ничего не знают.

### **Центральные новообразования**

Центральными психологическими новообразованиями юношеского возраста являются *профессиональное самоопределение и мировоззрение*.

Выбор профессии - это не только выбор той или иной профессиональной деятельности, но и выбор жизненного пути в целом, поиск определенного места в обществе, окончательное включение себя в жизнь социального целого (Л. С. Выготский). В старших классах существует тесная взаимосвязь профессиональных намерений школьников и их межличностных взаимоотношений: переформируются подгруппы среди учащихся класса по принципу одинаковой или сходной будущей профессии (Психология развивающейся личности /Под редакцией А. В. Петровского, М., 1987).

Под влиянием потребности самоопределения и на основе возникших в подростковом возрасте психологических особенностей девушка и юноша начинают осмысливать в общих нравственных категориях и свой опыт, и опыт окружающих, вырабатывать свои собственные взгляды мораль. Они становятся более свободными от императивности как внешних воздействий, так и собственных не посредственных внутренних побуждений, и действуют соответствии с сознательно поставленными целями и сознательно принятыми решениями. Из человека, подчиненного обстоятельствам, они постепенно превращаются в руководителя этих обстоятельств, человека, который часто сам создает среду и активно ее преобразует.

*Ранняя юность — это период формирования жизненных планов.* Из мечты и идеала, как заведомо недостижимого образца постепенно вырисовывается более или менее реалистичный, ориентированный на действительность план деятельности.

### **Психологические особенности возраста**

Центральный психологический процесс в юношеском самосознании — формирование личной идентичности, чувство индивидуальной самоидентичности, преемственности и единства (Э. Эриксон).

### ***Взаимоотношения со сверстниками***

В ранней юности человеку присуща потребность в общении:

- интенсивное физическое и умственное развитие приводит к расширению интереса к миру и деятельности;
- возрастает необходимость в новом опыте, познании и в защищенности: комфортное общение с людьми, потребность в принятии и признании.

Общение в жизни старших школьников занимает не только огромное место, но и представляет для них самостоятельную ценность. Время на общение увеличивается - 3-4 часа в будни, 7-9 часов в выходные и праздничные дни. Расширяется география и социальное пространство: среди ближайших друзей старшеклассников учащиеся из других школ, студенты, военнослужащие, работающие люди.

Появляется феномен, получивший в психологии название “ожидание общения”, выражающийся в самом поиске его, в постоянной готовности к контактам. При этом существует высокая избирательность в дружеских привязанностях и максимальная требовательность в диаде.

Однако при ярко выраженном стремлении к общению с другим человеком главная потребность, которая удовлетворяется здесь, — поделиться *собственными* переживаниями. Интерес к переживаниям другого невелик. Отсюда - взаимная напряженность в отношениях, неудовлетворенность ими.

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

Во-первых, общение со сверстниками - это специфический канал информации, по которому приходит соответствующее знание, не поставленное родителями. В частности - по вопросам пола, отсутствие которой может задержать психосексуальное развитие и придать ему нездоровый характер.

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. Вне общества сверстников, где отношения принципиально строятся “на равных” и статус надо заслужить, человеку не удастся выработать определенных “взрослых” качеств.

В-третьих, это специфический вид эмоционального контакта, который дает ощущение благополучия и устойчивости, солидарности и взаимопомощи и потому облегчает процесс формирования личностной суверенности социально-психологической адаптации к миру взрослых! (И. С. Кон).

Общение со сверстниками удовлетворяет не только потребность в аффилиации (потребности в принадлежности общности, включенности в группу), но и потребность в обособлении. Формируется феномен неприкосновенности своего личного пространства, выражаемого в стремлении “уединиться, помечтать, побродить по городу, а потом вернуться к ребятам”. В целом, общение юношей и девушек доброжелательно и избирательно, многим из них свойственна высокая конформность в силу того, что неокрепшее “Я” нуждается в сильном “Мы”.

Наряду с развитием приятельских отношений со сверстниками в этом возрасте особую ценность приобретаем понятие дружбы. **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. Каждый родитель может подтвердить, если будет внимателен, как меняется настроение дочери от разговора “ни о чем”. Этот пустой разговор психологически важнее любой содержательной беседы в данном возрасте.

### **Взаимоотношения со взрослыми**

Сложно складываются отношения со взрослыми. Старшеклассники считают важным для себя общение со взрослыми, с родителями.

Среди тем, которые желательны в общении с ними:

- выбор будущей профессии;
- взаимоотношения с окружающими;
- учебные дела;
- вопросы морали;
- о себе и своем прошлом, настоящем и будущем (различные аспекты самоопределения).

Однако есть одна поправка - общение со взрослым ценится только в том случае, если оно имеет Доверительную форму. Реальность такова: общение со сверстниками имеет доверительный характер в 88 % случаев, с родителями - в 29 %, преимущественно с матерями.

Отсутствие доверительных отношений со взрослым, в том числе с учителем, в этом возрасте - одна из главных причин тревожности, которую испытывают старшие школьники. Для них невыносимо вмешательство в личные дела извне, тем более - принуждение, однако за тактичную помощь они будут благодарны.

Известно три типа ситуаций, являющихся источниками тревожности в данном возрасте:

- 1) ситуации, связанные со школой, общением с учителями;
- 2) ситуации, актуализирующие представления о себе;
- 3) ситуации общения.

Исследования показывают, что существует зависимость личностной тревожности от возраста: к 10-11-му классу уровень тревожности возрастает. Кроме того, выявлена прямая зависимость между стилем родительского воспитания и уровнем тревожности. Так, наиболее стрессогенными стилями родительского воспитания являются:

- отсутствие позитивного интереса со стороны матери;
- директивность матери при навязывании ребенку чувства вины;
- враждебность отца;
- непоследовательность в воспитании.

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

Является работа с родителями по следующим направлениям:

- 1) формирование у родителей отношения к ребенку как к личности, имеющей сильные стороны и все необходимые возможности для достойной жизни;
- 2) повышение в глазах родителей ценности общения со своими детьми, осуществление заинтересованного взаимодействия;
- 3) формирование системы навыков, обеспечивающих партнерское взаимодействие с детьми.

Столь же актуальна и работа со школьниками по проблемам их взаимоотношений с родителями и формированию навыков конструктивного общения.

Наиболее сложными для данного возраста являются:

- ситуации, в которых нужно самому оказать поддержку, а также принять поддержку и сочувствие от других людей;
- ситуации, связанные с умением реагировать на задевающее, провоцирующее поведение и умением отвечать на несправедливую критику.

### **Отношение к себе**

Главное психологическое приобретение ранней юности - обнаружение ценности своего внутреннего мира. Внешний мир начинает восприниматься через себя.

Развивается способность к самоанализу и потребность систематизировать, обобщать свои знания о себе. Юноши и девушки стремятся глубже разобраться в своем характере, своих чувствах” действиях, поступках. Они часто задаются вопросами: “Как узнать свой характер?”, “Как освободиться от дурных привычек?”, “Может ли человек со слабым здоровьем иметь сильный характер?”, “Какой я человек?” и т. п. Актуальной становится проблема самовоспитания. Требования к себе значительно возрастают и становятся более устойчивыми.

В юности каждому приходится неизбежно приспособливаться и к физиологическим переменам. Гормональная перестройка, сопровождающая половое созревание, приводит к усилению сексуальных переживаний. Для большинства юношей характерен резкий рост сексуального возбуждения. У девушек в этом плане индивидуальные различия довольно значительны. Одни из них испытывают сексуальные ощущения, сходные по интенсивности с теми, что испытывают юноши. У других эти ощущения, носят более диффузный характер и тесно связаны с удовлетворением других потребностей, например в самодвижении, поддержке, привязанности, любви. Наблюдается существенный рост сексуальных форм поведения и интереса к сексуальным вопросам.

### **Любовь**

В юности любовь - сильное, но не очень продолжительное эмоциональное переживание, хотя иногда оно переходит в серьезную, постоянную привязанность.

Психологи обнаружили следующие закономерности в отношении девушек к любви:

1. Девушки с высокой самооценкой не стремятся сделать первую любовь последней, их взаимоотношения с мужчиной менее продолжительны и не столь серьезны. Обратная картина - у их сверстниц с пониженной самооценкой.
2. Девушки, для которых взаимоотношения между родителями являются образцом их будущего супружества, гораздо реже влюбляются в школьные годы и реже стремятся к супружеству до 21 года. Девушки, которые не хотят подражать своим родителям, значительно чаще влюбляются в это время.
3. Старшеклассницы, живущие в полной семье, обычно более реалистично относятся к любви, чем те, чьи родители разведены или одного из них нет в живых

### **Юношеская депрессия**

Специалисты по юношеской психиатрии считают, возраст 14-18 лет представляет собой критический период для возникновения психопатий, Кроме того, в этом возрасте особенно остро проявляются, акцентируются некоторые черты характера. Например, усиление такого свойства, как гипертимность - повышенная активность и возбудимость, которое делает юношу неразборчивым в выборе знакомств, побуждает ввязываться в рискованные предприятия.

Отмечается появление депрессивного состояния, которое продуцируется часто возникающим чувством печали, безнадежности, самоуничижения. Юношеская депрессия скрывается за показной скукой, агрессивностью, беспокойным поведением, ипохондрией, капризами или недозволенным поведением вплоть до противоправных поступков. Депрессия в этом возрасте бывает двух видов.

Первый - это безразличие и чувство пустоты. При этом самочувствие таково, что возникает ощущение, что детство уже кончилось, а взрослым человек себя еще не чувствует. Этот вакуум и порождает повышенную возбудимость. Такое состояние напоминает чувство скорби по утраченному человеку, близкому настолько, что его воспринимают как часть самого себя. Данный вид депрессии наименее продолжителен и имеет благоприятный исход.

Второй вид депрессии возникает вследствие полосы жизненных поражений. Старшеклассник изо всех сил старается решить поставленные задачи и возникшие проблемы, добиться значимых целей, но безуспешно. Возможно, окружающие не могут или не хотят понять, чего он хочет и в какой поддержке он нуждается. Тогда приходит осознание, что его или ее потенциальные возможности ограничены, а вместе с ним - мысль о самоубийстве. Примерно 20% людей в этом возрасте думают о самоубийстве. К концу юношеского возраста на первый план выступают "кризис оторванности", чувство изоляции от мира, одиночества, с которыми юноши и девушки не всегда способны справиться самостоятельно.

## Литература

1. Психология юношеского возраста <http://www.oursouls.ru/> Кон И.С. Психология юношеского возраста <http://vprosvet.ru/biblioteka/kon-psihiologiya-yunosheskogo-vozrasta/>
2. Волков Б.С. Психология юности и молодости
3. Хухлаева О. Психология развития: молодость, зрелость, старость. <http://www.syntone.ru/library/books/content/7750.html>
4. Е.Е. Сапогова, Г.Н. Абрамова, В.С. Мухина. Материалы электронной хрестоматии (ниже приложены)  
Источник: <https://forpsy.ru/works/psihologicheskie-osobennosti-yunosheskogo-vozrasta/>