Подростковый кризис.

В современном мире специалисты различных областей, такие как психологи, педагоги, врачи и социальные работники, стремятся понять закономерности психологического развития человека на разных этапах его жизни: в детстве, юности, зрелости и старости.

В результате в психологии появилось отдельное направление — возрастная психология. Она изучает особенности развития психики человека в разные периоды его жизни.

Наша жизнь полна событий. Мы постоянно принимаем решения, ставим цели и достигаем их. Кроме того, мы растём и меняемся.

Возрастные кризисы — это короткие периоды, когда происходят значительные изменения в характере. Они случаются, когда мы переходим от одного возраста к другому. Это часть взросления, которая помогает нам стать лучше.

Кризисные периоды обычно длятся недолго, несколько месяцев, но при неблагоприятных условиях могут затянуться до года или даже двух лет. Это короткие, но интенсивные этапы. В это время происходят значительные изменения в развитии ребёнка, он резко меняется во многих аспектах.

Вопрос о подростковом кризисе, о кризисном характере перехода от детства к взрослости, до сих пор вызывает споры.

Подростковый возраст — важный период становления и развития личности, и его особенности часто оказывают сильное влияние на всю последующую жизнь человека.

Подростковый период — это особый этап развития ребёнка, который длится примерно с 10–11 до 15 или с 11–12 до 16–17 лет и характеризуется определёнными особенностями развития.

А. М. Прихожан отмечает, что, согласно традиционной точке зрения Ж. Ж. Руссо, подростковый возраст относится к критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных кризисов.

Подростковый кризис, по мнению Т. П. Авдуловой, — самый серьёзный, так как включает в себя повторение всех предыдущих критических периодов развития, сознательное решение предыдущих задач и осуществление важного выбора. Это не конфликт между психологическими структурами, а конфликт внутри личности.

Кризис подросткового возраста — самый сложный для ребёнка, так как именно в этот период он впервые по-настоящему глубоко анализирует себя и способен осознавать многое из того, что с ним происходит, но не всегда может понять причины происходящего.

У подросткового кризиса есть как внешние, так и внутренние предпосылки:

1. Внешние предпосылки. Изменение характера учебной деятельности: многопредметность, содержание учебного материала становится более абстрактным и сложным для понимания, что вызывает новое отношение к знаниям. Также появляется множество учителей, каждый из которых даёт свою оценку окружающей действительности, поведению ребёнка, его деятельности, взглядам, отношениям, качествам и личности. Подросток начинает осознавать себя как участника общественно-трудовой деятельности, к нему начинают предъявляться новые требования в семье (помощь по дому, с ним начинают советоваться). Также подросток начинает активно анализировать себя.
2. Внутренние предпосылки. В этот период происходит интенсивный физический рост и половое созревание (появляются новые гормоны в крови, которые влияют на центральную нервную систему, происходит быстрый рост тканей и систем организма). Выраженная неравномерность развития различных систем организма в этот период может приводить к повышенной утомляемости, возбудимости и раздражительности.

По мнению Г. А. Курасова и Е. Н. Пожарской, подростковый возраст связан с перестройкой организма ребёнка — половым созреванием. Некоторые дети вступают в этот период раньше, другие — позже, и пубертатный кризис может начаться в возрасте от 11 до 13 лет. Этот период, начинающийся с кризиса, обычно проходит тяжело как для ребёнка, так и для окружающих его взрослых, поэтому подростковый возраст иногда называют затянувшимся кризисом.