Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразвательная школа № 42»

**Доклад на тему:**

**«Психология современного подростка»**

Выполнила: Дрожжина М.Н.,

педагог-психолог МБОУ СОШ № 42

Тверь

2021

**1. Физическое и психическое развитие подростка.**

**Хронологические рамки подросткового возраста -** 10-14 лет.

Для **физического развития** характерна активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов, которые вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Происходит увеличение роста и веса, что сопровождается изменением пропорций тела, появляются вторичные половые признаки. Возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга, что вызывает перепады сосудистого и мышечного тонуса, а это, в свою очередь, быструю смену физического состояния и, соответственно, настроения.

**Социальная ситуация развития** характеризуется тем, что в подростковом возрасте появляется устойчивое стремление к независимости, к самостоятельной жизни. В то же время ближайшее окружение (прежде всего, родители и другие взрослые) относятся к подростку как к ребенку.

**Ведущая деятельность** ‑ построение взаимоотношений и действование в них. Общение со сверстниками – установление эмоциональных контактов с целью удовлетворения информационных, эмоциональных и других потребностей, которые не могут быть удовлетворены во взаимодействии с взрослыми.

**Психическое развитие:**

* Происходит интеллектуализация восприятия, которая зависит от усложняющегося обучения.
* Формируется произвольное **внимание**. Внимание становится хорошо управляемым, контролируемым процессом, приобретает характер увлекательной деятельности.
* Происходит интеллектуализация **памяти**. Усложнение и значительное увеличение объема изучаемого материала приводит к окончательному отказу от дословного заучивания с помощью повторений. Подростком активно осваиваются мнемические приемы.
* Продолжает развиваться **теоретическое рефлексивное мышление.** Операции становятся формально-логическими. Подросток способен рассуждать гипотетико-дедуктивно, умеет оперировать гипотезами, решая интеллектуальные задачи. Происходит осознание собственных интеллектуальных операций и управление ими. Формируется установка на развитие мышления. Развиваются такие операции, как классификация, аналогия, обобщение и др.
* Происходит сближение **воображения** с теоретическим мышлением, что дает импульс к развитию творчества. Также на активное развитие воображения влияют потребности, эмоции, чувства, переполняющие подростка, все это выплескивается в воображаемые ситуации. В своих фантазиях подросток лучше осознает собственные влечения и эмоции, впервые начинает представлять свой будущий жизненный путь.
* Более контролируемой и управляемой становится **речь**. Расширяется богатство словаря. Легко улавливает неправильные или нестандартные формы и обороты речи. Обнаруживает нарушение правил письменной и устной речи. Интересуется значением незнакомых слов. Подросток способен варьировать свою речь в зависимости от стиля общения и личности собеседника.

**2. Развитие личности подростка. Новообразования и кризис.**

Происходит качественный сдвиг в развитии самосознания. Последовательно проявляются особые формы самосознания: **чувство взрослости и «Я-концепция»**. Это происходит благодаря новым отношениям с окружающими, и с миром ценностей.

Подросток открывает для себя свой внутренний мир. Появляются: склонность к уединению, чувства одиночества и тоски. Самооценка оказывается низкой по своему общему уровню и неустойчивой.

**В** подростковом возрасте появляются новые мотивы учения, связанные с формированием жизненной перспективы. Учение для многих приобретает личностный смысл.

В **эмоциональной сфере** происходят существенные изменения. Подростковый период – это период бурных внутренних переживаний и эмоциональных трудностей. Для подростка характерны социальные фобии. Подростки становятся застенчивыми и придают большое значение недостаткам своей внешности и поведения, что приводит к нежеланию встречаться с некоторыми людьми.

**Отношения** со сверстниками выделяются в сферу личной жизни, обособленной от влияния, вмешательства взрослых. Подросток стремится к **общению** и совместной деятельности со сверстниками, хочет иметь близких друзей, быть принятым, признанным, уважаемым сверстниками благодаря своим индивидуальным качествам, занять удовлетворяющее положение в группе сверстников. В подростковой группе как психологическом пространстве возникают основные новообразования подростков.

**Новообразования подросткового возраста:** абстрактное мышление; рефлексия (обращение внимания субъекта на самого себя и на своё сознание, в частности, на продукты собственной активности, а также какое-либо их переосмысление); воображение (опосредовано абстрактным мышлением и «уходит в сферу фантазий»); самооценка и Я-концепция (система внутренне согласованных представлений о себе, образов «Я»).

Центральное новообразование ‑ **чувство взрослости** – отношение подростка к себе как к взрослому, ощущение и осознание себя в какой-то мере взрослым человеком.

**Кризис в подростковом возрасте** проявляется снижением продуктивности и способности к учебной деятельности; негативизмом (подросток отталкивается от среды, враждебен, склонен к спорам, одновременно испытывает внутренне беспокойство, недовольство, стремление к одиночеству, самоизоляции).

1. **Психологические особенности современных подростков. Поколение Z.**

|  |
| --- |
| Поколение Z (Generation Z, Generation M, Net Generation, Internet Generation, цифровое поколение, потерянное поколение, период «зима»). Годы рождения начиная с 2001-2003 года по разным источникам.  Это поколение, родившееся в информационном обществе. Представители Поколения Z «связаны» между собой благодаря таким вещам, как Интернет, поколение Z становится синонимом англоязычного термина Digital Native («Цифровой Человек»).  Они более зависимы от цифровых технологий, чем их родители. Они нетерпеливы и сосредоточены в основном на краткосрочных целях, при этом они менее амбициозны. Они более ориентированы на потребление и более индивидуалистичны. Z не склонны становиться частью определённых групп - они настаивают на собственном праве принимать решения.  Людей этого поколения отличает, прежде всего, максимальная приближенность к информации, с которой они умеют отлично работать.  Вот как описывает поколение Z американский детский психолог Шерри Постник Гудвин: «Они предпочтут текстовое сообщение разговору. Они общаются в сети часто с друзьями, с которыми никогда не виделись. Они редко бывают на улице, если только родители не организуют их досуг. Они не представляют себе жизни без мобильных телефонов. Они никогда не видели мира, в котором не было высоких технологий или терроризма. Компьютеры они предпочитают книгам и во всём стремятся к немедленным результатам. Они выросли в эпоху экономической депрессии, и от них всеми ожидается лишь одно - быть успешными. Большинство из них очень быстро взрослеют, видя себя значительно старше своих лет»  **Особенности познавательной сферы поколения Z:**   * Клиповое мышление. Клиповость - это способность краткого и красочного восприятия окружающего мира посредством короткого, яркого посыла, воплощенного в форме видеоклипа. Клиповое мышление – это процесс отражения множества разнообразных свойств объектов, без учета связей между ними, характеризующийся фрагментарностью информационного потока, алогичностью, полной разнородностью поступающей информации, высокой скоростью переключения между фрагментами информации, отсутствием целостной картины восприятия окружающего мира. В связи с этим, намечается такая тенденция - неспособность многих людей системно воспринимать информацию, системно мыслить и, соответственно, излагать свои мысли. С другой стороны, возрастает способность к многозадачности. * Учащиеся становятся все более и более эрудированными, но все менее и менее знающими. С помощью интернета они попадают в мир, где все уже известно и где нужно только правильно сориентироваться, чтобы найти необходимый ответ. * Устойчивость внимания у школьников уменьшается в десятки раз по сравнению с предыдущим поколением, а вот переключение и распределение внимания развиты хорошо. * У детей цифрового поколения будет больше развита кратковременная память, чем долговременная. Кратковременная память является хранилищем небольших порций информации. * Сегодняшние дети не умеют строить проблемную коммуникацию и вообще перестают ценить живое общение. Например, они все меньше понимают, как относиться к учителю, и зачем он вообще нужен, поскольку компьютер «знает», т.е. помнит в миллионы раз больше, чем учитель.   **Личностные особенности поколения Z:**   * Гиперактивность как результат клипового сознания. Избыток информации, который обрушивается на детскую голову с первых лет жизни, приводят к нарушению возрастного развития нервной системы. Современные дети повышенно возбудимы, впечатлительны, непоседливы, менее послушны. И хотя со временем эти черты детского поведения частично сглаживаются, но все-таки в будущем нас ждет общество бывших гиперактивных детей. Гиперактивный социум, в котором люди будут отличаться большей потребностью в новизне, поиске ощущений, меньшей терпеливостью и терпимостью, склонностью к повышенной конфликтности. * Склонность к аутизации - способ взаимодействия с миром людей, с детства погруженных в себя и неспособных общаться с окружающими. * Интровертированный индивидуализм. С одной стороны, поколение Z становится менее общительными, более погруженными в себя и виртуальный мир и фантазии.С другой стороны, детский эгоцентризм (применительно к взрослым – индивидуализм). * Инфантилизация. Она проявляется в том, что взрослые люди сохраняют детские черты и соответственно во «взрослых» ситуациях ведут себя по-детски, не осознавая этого. Соответственно, подростки будут менее ответственными, менее исполнительными, они не готовы признавать свою вину за срывы и неадекватное выполнение каких-то работ. Но при этом, как дети, будут постоянно ожидать от окружающих и от учителя безусловной положительной оценки всего, что они делают. * Обострение конфликта отцов и детей. Углубляется разрыв поколений, и то, что дети должны воспринимать от родителей – жизненный опыт и т.д., сейчас они в основном отбрасывают. Для них взгляды родителей безнадежно устарели.   Современные молодые люди смотрят на окружающий мир через очки ролевых компьютерных игр, для них предстоящая жизнь - это игра, где есть уровни, которые надо пройти, есть определенные условия и правила прохождения всех этапов (если что-то не получится, можно еще раз повторить, исправить). В этой игре главным становится потребление - информации, товаров, услуг, развлечений. Дети поверхностно и легкомысленно относятся к учебе, с оптимизмом смотрят в будущее и естественно рассчитывают на успешное завершение каждого «уровня», даже не представляя всей серьезности и опасности реалий жизненного сюжета. Вероятно, вследствие противоречивости установок у школьников отмечается высокий уровень личностной тревожности: они уверены в себе, в своей незаурядности и способностях, но бессознательно чувствуют угрозу со стороны внешних условий.   1. **Особенности обучения поколения Z.**   **Рекомендации педагогам:**   * Учащийся в центре внимания. Доброжелательное отношение к каждому учащемуся класса, даже к слабому. * Создание учебных планов, при разработке которых в центре внимания будет современный мир и возможность обучающегося эффективно действовать в нем. * Кооперация вместо конкуренции – работа в группах. * Применимость знаний. Мотивация обучающихся сейчас напрямую зависит от того, насколько хорошо они понимают, как и где смогут применить полученные знания. * Время - главная ценность. Поиск учителем идеального соотношения между затраченным временем, объемом полученной информации и пользой, которую учащиеся смогут из этой информации извлечь. * Главное – результат. Нацеленность учебного процесса на результат. Необходимо поставить перед учениками видимую цель, к которой они будут идти. * Учащиеся должны иметь возможность настроить в некоторой степени процесс обучения - чтобы каждому из них было максимально удобно, как получать знания, так и оценивать свои академические успехи. * Создание позитивной атмосферы диалога между педагогом и одноклассниками на каждом уроке. Учитель на равных, а не свысока. Использование «Я - сообщений» в диалоге с учениками. * Использование метода визуализации как основного способа предоставления новой информации на уроках. Инструкции в картинках или в форме видеоролика действуют на них эффективнее. Активное использование Интернет-ресурсов на уроках и в процессе подготовки домашних заданий. * Чаще хвалите, для них это как лайки в Интернете. * Говорите коротко, пишите развёрнуто и по пунктам   **Рекомендации родителям:**   * Говорите о своих требованиях коротко и четко. Используйте «Я-сообщения» в процессе воспитания. * Чаще хвалите. Похвала для них - не морковка для кролика, а топливо для поезда. Похвала и награды не мотивируют поколение Z, но их отсутствие выбивает из колеи. * Не отбирайте гаджеты. Они в них живут. Не отнимайте у них возможность соцсетей. * Займите их досуг. Они не хотят, чтобы их учили, но очень любят учиться. * Найдите им друзей. Индивидуалисты с кучей френдов на самом деле одиноки. Виртуальное общение всё ещё не может заменить дружеские посиделки. Приглашайте их друзей в гости. * Общаясь чаще и качественнее со своим ребенком, можно донести до него какие-то истины. Под качественным общением мы понимаем не дежурные «Как дела?» и «Есть будешь?», а совсем другие разговоры - без нравоучений, на равных. * Научите подростка адекватно оценивать ситуацию. Он должен понимать, когда можно «прогнуть» систему под свои условия, а когда это будет чистой воды эгоизмом. * Не пытайтесь изменить вашего ребенка и сделать из него человека, с такими же убеждениями, установками и взглядами как у вас. Примите как факт - он другой, он в чем-то лучше вас. Помогите ему войти во взрослую жизнь, поделитесь своим опытом и присмотритесь внимательнее - возможно, вам тоже есть чему поучиться у него. * Станьте Интернет-гуру для ребенка. Станьте положительным примером «умного» использования технологий для своего ребенка, и он, сам того не осознавая, будет тянуться за вами и брать с вас пример.   **Литература:**  <https://ebooks.grsu.by/semchuk/tema-7-psikhologiya-podrostkovogo-vozrasta.htm>  <http://leda29.ru/uploads/com_files/02_2018_psihologicheskie_osobennosti_pokoleniya_Z.pdf>  <https://www.b17.ru/blog/54665/> |