

Психологические особенности юношеского возраста и конструктивные подходы к общению



До сих пор нет четких границ, которые определяют юность как возрастной период жизни, многие отечественные и зарубежные психологи признают, что она является этапом перехода от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни. Нижняя граница юношеского возраста определяется от 15 до 16 лет (период ранней юности 15-18 лет), а верхняя – возрастом 22-24 года (период поздней юности или ранней зрелости (зрелости) – 18-24 года).

Так как нет четких границ перехода подросткового возраста в юношеский, то достаточно трудно разделять проявления подросткового и юношеского кризисов, особенно в период ранней юности. Однако если подростковый кризис больше связан с процессом полового созревания и возникновением определенных психофизиологических изменений, которыми и объясняется изменение поведения подростка, в ранней юности на первый план выходят проблемы социального становления.

Главными понятиями в анализе юности являются социализация и роль. У индивидуума появляется множество возможностей в плане как выбора, так и принятия новых социальных ролей. Ослабление влияния прежних авторитетов и открывающаяся возможность экспериментирования в области социально-ролевого поведения часто приводит к возникновению у молодых людей сомнений и нерешительности, непоследовательности в решениях, конфликтов и других трудностей ролевого выбора.

Во многом результат этого выбора зависит от родителей и от нас, педагогов. В общении с юношами следует учитывать их психологические особенности, знание которых помогает строить равные отношения.

Сегодня я остановлюсь на психофизиологических реакциях юношей, обусловленных их психическим развитием, а также сформулирую ряд рекомендаций по конструктивному общению с юношами.

Рассмотрим основные психофизиологические проявления юношеского кризиса.

Реакция группирования со сверстниками.

Компания необходима юноше, так как только в ней есть возможность удовлетворить основные потребности: протестовать против привычного уклада жизни и опеки старших; способ чувствовать себя физически и психологически защищенным; возможность получить важную информацию, которую не смогут получить от взрослых. В компаниях юноши находят эмоционально близкие отношения: теплоту, тесное общение, общее дело, общие цели, атрибуты взрослости и собственной значимости. В своем окружении юноша проигрывает разные роли, он может быть кем угодно, для многих – это единственная возможность получения необходимого опыта общения и отношений.

Негативизм проявляется как негативная установка по отношению ко всему окружающему, в том числе к предметам недавнего интереса. Иногда проявляется более мягко, иногда – в форме разрушительной активности. Употребление спиртного – одна из реакций протеста, которая часто проходит после травмирующих факторов. Субъективные переживания – угнетенное состояние, тоска, подавленность могут, к сожалению, скрываться и проявляться только в интимной жизни (дневниках, с близкими друзьями и т.д.).

Интеллектуализация как средство психологической защиты состоит в погружении в абстрактные, философские вопросы и восприятие их, как предметов непосредственного интереса, часто отражают личное, глубоко затаенное чувство беспокойства. Юноши часто рассуждают над абстракциями, но проявляют абсолютную беспомощность в банальных ситуациях. Они часто выглядят замкнутыми и высокомерными, отстаивают свое мнение только в узком кругу, так же читают много книг.

Повышенное внимание к своему внутреннему миру проявляется в страсти к бесконечному самоанализу, обычно со знаком минус – не в свою пользу, что часто приводит к суицидальным мыслям и попыткам. По статистике юноши с 13 до 18 лет в 50% случаев имеют мысли о суициде, из них его пытаются реализовать 15-20%. Пик попыток приходится на 16-18 лет.

Юношеская депрессия бывает двух видов:

- безразличие и чувство пустоты; ощущение, что детство уже кончилось, а взрослым он себя еще не чувствует. Возникает некоторый вакуум, который воспринимается как скорбь по утраченному человеку, части самого себя. Непродолжительна, легко лечится.

- результат полосы жизненных поражений (старался решить поставленные проблемы, но безуспешно: либо окружающие не понимают его, либо он ощутил ограничение своих потенциальных возможностей). В то же время адаптивные механизмы взрослого человека еще отсутствуют. Прогноз тяжелый. Так, значительное число самоубийств в юности происходит не после длительного поиска альтернативных решений сложной проблемы, а вследствие мгновенного порыва. Часто последней каплей становится потеря ощущения значимости связи с родителями или с другом.

Проблемы восприятия своего физического образа.

Позитивное самовосприятие складывается у юношей в той мере, в какой их тело выражает индивидуальную эффективность.

Низкая оценка своего физического Я может стать причиной нарушений в поведении (по механизму гиперкомпенсации), плохой успеваемости и т.д.

Пример: мальчик постоянно демонстративно нарушает дисциплину, старается привлечь к себе внимание, характеризуется как трудный и т.д. При высоком IQ учится ниже своих возможностей. Анализ показал, что он испытывает сильнейшее чувство внутренней тревоги, собственной неадекватности и отверженности из-за своего недостаточного физического развития.

Таким образом, оценка индивидуумом своей физической зрелости может существенно влиять на характер его личностной и социальной адаптации (то есть и он себя, и другие, в том числе взрослые, его оценивают неадекватно, если его физическое развитие замедлено). Дело в том, что к физически маленьким социум относится как к психически и социально маленьким, что, в свою очередь, замедляет их развитие. Однако у подростков-акселератов часто возникают психологические затруднения, связанные с тем, что окружающие, ориентируясь на их внешность, ожидают от них непосильно много. Поэтому актуальными являются вопросы развития у юношей конструктивной самокритики.

Опробование различных социальных ролей проявляется в различных сферах. Общение с противоположным полом – один из способов самоутверждения юношей. Чаще всего они ищут не чувственно-сексуальных отношений, а понимания, откровенности и доверительности. В юношеской любви много идеализаций и фантазий, юноши часто выстраивают в своей голове отношения, которых в реальности нет, но переживают их так, как будто они происходят на самом деле.

Сексуальное влечение в 15-17 лет нормальное явление, это природа и физиология человека. Навряд ли, запрет на интимную жизнь сохранит физическое и душевное здоровье юношей. Вопрос вступать в эти отношения

или нет, носит нравственный характер, это личный и индивидуальный выбор каждого.

Опробирование новых ролей касается и выбора профессии. Выбор профессии и подготовка к ней, с точки зрения психологии, должны вначале тоже носить игровой характер. Юноши бросаются в ту или иную профессиональную деятельность, не зная ни ее характера, ни своей к ней пригодности, работают в ней с субъективной серьезностью, потом бросают ее и пробуют другую и т.д.

Поэтому нужно предоставлять юношам возможно большую свободу различным пробным проигрываниям социальных ролей.

Э. Эриксон выделяет кризис юношеского возраста, определяя его как кризис идентичности, то есть формирование идентичности (ответа на вопрос «кто я в различных жизненных и социальных ситуациях» и сведения всех этих ролей во внутренне непротиворечивый комплекс) в противовес ролевой неопределенности детского личностного Я.

Чувство идентичности формируется постепенно. Его источником служат различные идентификации, уходящие корнями в детство. Ценностные и моральные стандарты детей преимущественно отражают ценности и мораль их родителей; чувство собственной значимости у детей определяется в основном отношением к ним родителей (любят - не любят, принимают - не принимают и т.д.). В учебе мир юноши значительно расширяется, для него становятся все более важными ценности, разделяемые его сверстниками, и оценки, высказываемые учителями и другими взрослыми. Поиск идентичности значительно усложняется, если ценностные представления родителей, учителей и сверстников не согласуются между собой.

Различные проявления кризиса идентичности.

Нередко случается, что молодой человек, достигший возраста, в котором выбор идентичности становится необходимым, реально оказывается к этому неспособен.

Пример: хочу только играть на гитаре; в то же время понимаю, что это не решит проблему зарабатывания денег, социального статуса и, шире, самореализации.

Еще пример: влюбился; она – красавица (или я ее таковой считаю); выясняется, что у нее отнюдь не возвышенно-чистая душа. Сведение этих понятий в душе может стать предметом горчайших переживаний (пока не выработается способность видеть подлинную ценность человека).

В таких ситуациях индивидуум пассивно ожидает момента, когда ему представится возможность найти себя, или «берет социальный тайм-аут» (уходит в коммуны, религиозные группы и т.д., как временное пристанище для молодых людей, ищущих свой образ жизни). Возможен также вариант,

когда он вовсе минует кризис идентичности, безоговорочно принимая ценности своей семьи и их социально-ролевые ожидания.

В ряде случаев прочное ощущение самоидентичности так и не достигается. Тогда развивается тенденция ухода от близких взаимоотношений, их формализации и стереотипизации. Размываются способности к продуктивной работе: либо человек ни на чем не может сосредоточиться, либо с головой уходит в одну деятельность, пренебрегая всеми остальными). Может также возникнуть негативная идентичность (презрительное и враждебное отношение к той роли, которая считается нормальной в семье и ближайшем окружении), приводящая к различным социальным протестам.

Эти явления могут быть преодолены относительно легко, а могут стать причиной правонарушений, неврозов и психозов – в зависимости от предшествующего опыта подростка. Нужно, чтобы у ребенка в детстве было достаточно впечатлений собственной успешности, положительных реакций на него; должно быть также в детстве сформировано убеждение, что его ждет вполне доступное для него положительное будущее. Тогда эти убеждения дадут только временную просадку, но не исчезнут навсегда.

Любой, даже самый благополучный ребенок может стать трудным в условиях неправильного с ним обращения в подростковом и юношеском возрасте.

Психологи, занимающиеся исследованиями проблем обеспечения условий эффективного взаимодействия педагога с учащимся, сформулировали ряд требований к педагогу:

1. Если педагог не способен исключить неприязнь из своего отношения к личности учащегося, ему следует отказаться от роли воспитателя.
2. Необходимо научиться видеть себя глазами своих воспитанников, это помогает не только лучше понять их, но и контролировать своё отношение к ним.
3. Уверенность и сила педагога не должны подавлять учащихся. Необходимо так вести себя с учащимися, чтобы он понял, что педагог искренен, правдив и достоин доверия с его стороны.
4. Давать понять учащемуся, что педагог, как и любой человек, может находиться в любом состоянии: беспокойства, огорчения, обиды. При этом эти состояния не обязательно могут быть связаны с учащимися.
5. Не претендовать на свободу и независимость учащегося, позволить ему иметь своё мнение, свои пристрастия, ценности и особенности.
6. Важно учиться слушать учащегося в те редкие моменты, когда он захотел поговорить с вами. Обязательно дослушать до конца, даже если вы не согласны с тем, что он говорит.

7. Необходимо развивать способность испытывать тёплые чувства по отношению к учащемуся, проявлять симпатию, уважение, заинтересованность, даже если этот учащийся доставляет огорчения или вызывает чувство досады.

8. Стараться полностью проникнуть во внутренний мир чувств, мыслей, желаний и представлений учащегося. Принимать его индивидуальность во всех её проявлениях.

9. Избегать в отношениях демонстрации угрозы и агрессии. Никакие насильственные меры не только не ведут к исправлению, перевоспитанию, но и напротив, усиливают многие дефекты личности учащегося.

10. Развивать в себе способность воспринимать учащегося как постоянно изменяющуюся и развивающуюся личность.

Учитывая выше перечисленные психологические особенности юношей и, соблюдая требования, предъявляемые к общению с детьми данной возрастной группы, уверена вы сможете избежать проблем в работе с учащимися-юношами.