

## **ПРИЧИНЫ ПОДРОСТКОВЫХ КРИЗИСОВ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА**

*БНТУ, г. Минск*

*Научный руководитель: Лобач И.И.*

«Переходный», «трудный», «критический» – так зачастую называют подростковый возраст. Это обычно возраст от 10 до 15 лет. Подростковый возраст – это тот период в жизни ребенка, когда детство уже почти закончилось, а взрослая жизнь еще не началась. И именно в этот момент перехода по шаткому мосту от детства к взрослости является чуть ли не самым важным временем на пути развития и возникают кризисы. Кризис – это состояние душевного расстройства, вызванное длительной неудовлетворенностью человека собой и своими взаимоотношениями с окружающим миром. В возрастной психологии нет единого мнения по поводу кризисов, их места и роли в психическом развитии. Часть психологов считает, что развитие должно быть гармоничным, бескризисным. Кризисы – ненормальное, «болезненное» явление, результат неправильного воспитания. Другая часть психологов утверждает, что наличие кризисов в развитии закономерно. Более того, по некоторым представлениям в возрастной психологии, ребенок, не переживший по-настоящему кризис, не будет полноценно развиваться дальше.

Особенностями подросткового возраста является: повышенная конфликтность, тревожность, импульсивность, зависимость от сверстников, озабоченность вопросами пола, поиск своего «образа Я», чувство взрослости, рефлексия и др. Подростку для реализации своего потенциала необходимо принадлежать к определенной группе, где он будет понят и принят. Это может быть референтная группа, которая организовалась спонтанно во дворе, в спортивном клубе, музыкальной школе. Так же для самореализации и защиты от социума,

подросток может примкнуть к определенному объединению людей – субкультуре.

Учеба, спорт, творчество – именно в эти виды деятельности может уйти подросток в этот период. Как правило, любые успехи должны быть замечены родителями или педагогами, мнение которых ценится ими больше всего. Помощниками преодоления кризисных состояний являются друзья и семья.

Подростковая дружба – сложное, часто противоречивое явление. Подросток стремится иметь близкого, верного друга и лихорадочно меняет друзей. Обычно он ищет в друге сходство, понимания и принятия своих собственных переживаний и установок. Друг, умеющий выслушать и почувствовать (а для этого нужно иметь сходные проблемы или такой же взгляд на мир человеческих отношений), становится своеобразным психотерапевтом.

Крепкая семейная дружба, теплота взаимоотношений, адекватный стиль воспитания вот что нужно подростку в этот период. Родитель, эмоционально понимающий своего ребёнка, сочувствующий ему, своевременно реагирующий на его потребности, тем самым создаёт у подростка уверенность в том, что он нужен и интересен другим людям.

Проведенное нами исследование показало, что у 91% испытуемых преобладает средний уровень импульсивности. Это значит, что у подростков всё зависит от ситуации и окружения. Иногда они могут себя сдерживать, но иногда могут и не контролировать себя в общении и в деятельности.

С высоким уровнем импульсивности оказалось 9% испытуемых. Им характерен недостаточный самоконтроль в общении и деятельности. Импульсивные подростки часто имеют неопределённые жизненные планы, у них нет устойчивых интересов.

А с низким уровнем импульсивности, по итогам исследования, не оказалось. Обычно такие подростки целенаправлены, имеют ясные ценностные ориентации.