

## Родительское собрание

### «Особенности подросткового возраста. Формирование самосознания»

В подростковом возрасте формируются две формы самосознания – «Я-концепция» и *чувство взрослости*. Физически, психологически и социально дети не готовы к взрослой жизни, но претендуют на равные права со взрослыми.

В чём проявляется чувство взрослости?

В подражании взрослым: манера поведения, одежда, развлечения, романтические отношения. Подростки ощущают, осознают и относятся к себе как к взрослому человеку. Они претендуют на равноправие в отношениях, стремятся к самостоятельности, «ограждают» некоторые стороны своей жизни от родителей и идут на конфликты, отстаивая свою «взрослую» позицию. Появляются собственные оценки, взгляды, вкусы.

Подросток ищет и пытается понять себя, открывает свой внутренний мир. Происходит сложный самоанализ, переходящий в самокопание, что приводит к недовольству собой. Самооценка в этот период низкая и неустойчивая.

После поисков себя формируется «Я-концепция» – система представлений о себе, образов «Я».

Физическое «Я» – представления о своей внешности, уме, способностях, личностных качествах, характере, образует *реальное «Я»*. Подростку важно знать не только каков он, но и каковы его индивидуальные особенности. Оценка себя зависит от системы ценностей, сложившихся под влиянием семьи и сверстников. Подростковые оценки неустойчивы и изменчивы и зависят от оценки извне. Насмешки или случайные фразы иногда приводят к сдвигу в самосознании. Если оценка значимого человека расходится с оценкой подростка, он будет отстаивать свою. Такое рассогласование приводит к болезненным переживаниям и ранимости ребёнка.

*Идеальное «Я»* – это завышенные представления о своих возможностях. Оно может сильно отличаться от *реального «Я»*. Как правило, этот разрыв происходит, и у подростка появляется разочарование и неуверенность в себе. Он становится агрессивным, упрямым и обидчивым.

Образ *идеального «Я»*, если он реально достижим, сподвигает подростков к самовоспитанию: они упорно стараются развить желаемые качества. Занимаются в спортивных секциях, много читают дополнительной литературы, изучают языки и т.д. Это требует силы воли, терпения и настойчивости. Это возможно, потому что в подростковый период активно развивается саморегуляция.

Оценочные представления о себе стабилизируются в конце подросткового возраста, на границе с ранней юностью (15 –16 лет).

Подросток – ещё не зрелая личность. Теперь вы понимаете, почему происходят частые конфликты подростка с родителями по поводу

внешности, поведения, взглядов и увлечений. Они очень хотят выглядеть привлекательными и обращать на себя внимание других. Главный вопрос этого возраста: «Кто я?» Чтобы осмыслить и дать ответ, подростку приходится проходить сложный путь самопознания.