*Готовчикова Мария Алексеевна*

*Студентка*

*ФГБОУ ВО «АГПУ»*

*Г. Армавир, Краснодарский край*

**Особенности мышления подростков**

***Аннотация****: Подростки живут в волнующее время перехода от детства к взрослой жизни. Возрастной диапазон подростков может быть полон захватывающих открытий по мере развития их уникальных личностных качеств и навыков. С другой стороны, переход от раннего подросткового возраста к юной взрослости сопровождается некоторыми трудностями. Поскольку мозг подростков принципиально отличается от мозга детей младшего возраста или взрослых, понимание их уникальной психологии в каждом подростковом возрасте может помочь вам укрепить ваши отношения и лучше поддерживать их по мере их взросления. В дополнение к ряду изменений, которые подростки обычно претерпевают физически и социально, их мозг подвергается многочисленным биологическим процессам и преобразованиям в процессе развития, которые вызывают своеобразное и часто иррациональное поведение, способное сбить с толку родителей. Например, вы можете заметить, что ваш когда-то уравновешенный ребенок теперь делает импульсивный выбор и участвует в новом рискованном поведении. Одна из наиболее широко признанных теорий когнитивного роста была выдвинута психологом развития Жаном Пиаже.*

***Ключевые слова****: подросток, взрослая жизнь, развитие, взросление, преобразование.*

В теории детского развития Пиаже возраст двенадцати лет и старше известен как стадия формального функционирования. Когнитивное развитие в это время - это когда люди обычно демонстрируют рост дедуктивной логики, понимания других точек зрения и абстрактного мышления. На этом этапе мозг подростков не просто обогащается знаниями, они приобретают способность мыслить совершенно по-другому. Понимание нескольких когнитивных и психологических изменений, которые, вероятно, способствуют этим изменениям, может помочь вам лучше справляться с ними по мере их возникновения. Вот две ключевые вещи, которые помогут объяснить развитие вашего ребенка на этом этапе.

Подростковый эгоцентризм

От раннего до позднего подросткового возраста на мышление человека обычно влияет концепция, известная как подростковый эгоцентризм. Три основные черты подросткового эгоцентризма включают:

Погруженность в себя, что означает, что они сосредоточены почти полностью на себе.

Личная история, которая означает, что они считают себя уникальными.

Воображаемая аудитория означает, что они думают, что другие сосредоточены на них, отмечая все, что они говорят и делают.

Если ваш ребенок кажется особенно погруженным в себя, убежденным, что никто не может понять, через что он проходит, или очень застенчивым, скорее всего, имеет место распространенное явление подросткового эгоцентризма. Понимание того, что это одно из нормальных подростковых поведений и естественная фаза человеческого развития, которая пройдет, может утешить родителей и напомнить им о необходимости делать все возможное, чтобы оказывать постоянную поддержку, несмотря на периоды разочарования.

Принятие решений и контроль импульсов

После быстрого роста и когнитивного развития, которые происходят в детстве, мозг подростка примерно равен размеру взрослого. Тем не менее, критические области все еще нуждаются в поддержке и времени для полноценного развития. Этот процесс, известный как ремоделирование, происходит во всем мозге и начинается от задней части мозга вперед. Во время ремоделирования неиспользуемые нейронные связи удаляются, поскольку другие часто используемые пути сохраняются и становятся более эффективными — особенно те, которые связаны с контролем поведения и эмоций и расчетом риска и вознаграждения.

Подросткам требуется поддержка взрослых — особенно родителей и учителей, — которая способствует созданию здоровой среды для их эмоционального роста и развития мозга. Ваше определение подросткового возраста и понимание меняются с вашей точки зрения, но истина остается той же, и это то, что подросткам нужно руководство. Однако вы можете не знать точно, как это обеспечить, особенно когда они отталкивают вас или действуют неустойчиво и иррационально. Вот несколько советов, как дать им руководство, в котором они нуждаются во время подросткового развития, даже перед лицом их порой непредсказуемого или сбивающего с толку поведения.

Лица, осуществляющие уход, могут сыграть определенную роль в оказании помощи подросткам в обретении независимости, позволяя им самим делать выбор, соответствующий их возрасту, и жить с последствиями. Вы также можете практиковать проявление любви и сострадания к подросткам, когда они совершают ошибки, чтобы научить их, что неудачи - это нормально и даже могут быть полезными возможностями для роста.

Моделируйте здоровое поведение

Для молодых людей нормально, что в своей жизни они смотрят на взрослых, чтобы узнать, как себя вести, поэтому вы также можете поддержать их, просто моделируя здоровое поведение. Например, может быть полезным показать им, как взвешивать варианты для принятия решений и общаться четко и спокойно для разрешения конфликта, а также помочь им выработать личные стратегии управления сложными эмоциями. То, что вы сначала применяете эти вещи на практике, может помочь им наполнить свои наборы инструментов этими инструментами, которые пригодятся им в процессе формирования идентичности и на протяжении всей остальной жизни.

Стремление поддерживать открытые линии общения, чтобы ваш ребенок чувствовал, что он может прийти к вам с проблемами или озабоченностями, обычно полезно и в этом возрасте, общение с подростками немного затруднительно, но очень важно помочь им. По мере развития социальных навыков и взаимоотношений в обществе ваш подросток, скорее всего, начнет эмоционально больше полагаться на сверстников и друзей в этом возрасте. Однако поддержание позитивных отношений с родительской фигурой остается особенно важным моментом для подростка, чтобы чувствовать себя в безопасности. Они по-прежнему хотят знать, что они также могут принести вам вызовы, проблемы, страхи или опасения, и что их встретят с сочувствием и теплотой, а не с осуждением.

***Список литературы***

1. Гуревич П. С. Психология и педагогика. Учебник и практикум для академического бакалавриата. — М.: Юрайт. 2019. 430 с.
2. Коржова Елена Психология личности. Учебное пособие. Стандарт третьего поколения. — СПб.: Питер. 2020. 544 с.
3. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 4. Речь. Психические состояния. — М.: Юрайт. 2019. 244 с.