**ЛЕКЦИЯ 9. КОГНИТИВНОЕ И ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ ПОДРОСТКОВ.**

С мыслью о том, что личностью человек не рождается, а становится, согласны сейчас большинство психологов. А.Н. Леонтьев говорил, что "личность рождается дважды": первый раз внутри социального индивида, восприятие "Я" как части коллективного "мы". Второй раз - как рождение самостоятельного субъекта. Характеризуется не только самостоятельностью решения, но и ответственностью за совершенный выбор. То есть происходит выход за рамки социального индивида. Чаще это "рождение" проходит в конце подросткового возраста. Тогда же происходит и формирование Я-концепции, а иначе говоря - Образа *Я*.

Что же такое Образ *Я*? Как он складывается?

 Образ *Я* - это представление человека о себе самом. Говоря научным языком, Образ Я - относительно устойчивая, не всегда осознаваемая, переживаемая как неповторимая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит взаимодействие с другими.

Образ *Я* не статичен и включает в себя 3 компонента:

1. Когнитивный компонент: представление о своих способностях (интеллекте), внешности, социальной значимости и т.д.
2. Эмоционально-оценочный компонент может включать в себя самоуверенность, самокритичность, себялюбие, самоуничтожение (т.е. самоотношение).
3. Поведенческий (волевой компонент): стремление быть понятым, завоевать симпатию, уважение, повысить свой статус (или желание быть незамеченным, скрыть свои недостатки).

Таким образом, в целом, Я-концепция включает в себя набор неких устойчивых характеристик, с помощью которых человек описывает себя самого и дает себе эмоциональную оценку. Эти характеристики очень разнообразны, но любая из них относится к одному из трех видов "*Я*":

1. Социальное "Я".  Социальное "*Я*" возникает благодаря включенности личности в жизнь общества в целом, а так же в игру "социальных ролей", в рамках которой поведение человека начинает подчиняться определенным правилам. "Человек", "школьник", "сын (дочь)", "друг", "спортсмен", "отличник", "юноша (девушка)" - это лишь краткий перечень ролей, которые могут исполняться в подростковом возрасте.
2. Физическое "Я". Внутренний мир каждого из нас во многом определяется свойствами этой физической оболочки: биологическим полом, физическим здоровьем, особенностями устройства нервной и гормональной систем. Внешний облик - предмет исследования, заботы, подражания и поиска индивидуальности.
  Подростку предстоит в сфере развития его самосознания приспособиться к своему телесному, физическому облику. От отрицания себя через кризисные переживания и подвиги физического самосовершенствования он должен прийти к принятию уникальности своей телесной оболочки и принять ее как единственно возможное условие своего материального бытия. Идентификация с телом происходит в соответствии с традиционным отношением к нему в культуре, к которой принадлежит подросток.
3. Психологическое "Я". Психологическое "*Я*" представляет собой набор характеристик, с помощью которых каждый из нас описывает себя как индивидуальность, как существо, обладающее психологическими свойствами: характером, личностными особенностями, способностями, привычками, странностями и склонностями. И здесь мы можем выделить:

"Я - реальное" - переживание как представление о себе в момент самого переживания,

"Я - идеальное" - то, каким он (человек) должен был бы стать, чтобы соответствовать внутреннему критерию успешности,

"Я - глазами других" - то, как нам кажется нас видят другие.

Мнения психологов на то, каким законам подчиняется развитие личности, значительно расходятся. Эти расхождения касаются понимания движущих сил развития, в частности значения общества и различных социальных групп для развития личности, закономерностей и этапов развития, наличия, специфики и роли в этом процессе кризисов развития личности, возможностей ускорения процесса развития и других вопросов. С каждым типом теорий связано свое особенное представление о развитии личности. В последние десятилетия усиливается тенденция к целостному рассмотрению личности с позиций разных теорий и подходов, и здесь намечается интегративная концепция развития, принимающая во внимание согласованное, системное формирование и взаимозависимое преобразование всех тех сторон личности, акцент на которые делался в русле различных подходов и теорий. Одной из таких концепций стала теория, принадлежащая американскому психологу Э. Эриксону, в которой, более чем в других, данная тенденция оказалась выраженной.

Э. Эриксон в своих взглядах на развитие придерживался так называемого эпигенетического принципа: генетической предопределенности стадий, которые в своем личностном развитии обязательно проходит человек от рождения до конца своих дней. Наиболее существенный вклад Э. Эриксона в теорию личностного развития состоит в выделении и описании восьми жизненных психологических кризисов, неизбежно наступающих у каждого человека:

* Кризис доверия - недоверия (в течение первого года жизни).
* Автономия в противоположность сомнениям и стыду (в возрасте около 2-3 лет).
* Появление инициативности в противовес чувству вины (примерно от 3 до 6 лет).
* Трудолюбие в противоположность комплексу неполноценности (возраст от 7 до 12 лет).
* Личностное самоопределение в противоположность индивидуальной серости и конформизму (от 12 до 18 лет).
* Интимность и общительность в противовес личностной психологической изолированности (около 20 лет).
* Забота о воспитании нового поколения в противоположность "погружению в себя" (между 30 и 60 годами).
* Удовлетворенность прожитой жизнью в противоположность отчаянию (старше 60 лет).

Становление личности в концепции Эриксона понимается как смена этапов, на каждом из которых происходит качественное преобразование внутреннего мира человека и радикальное изменение его отношений с окружающими людьми. В результате этого он как личность приобретает нечто новое, характерное именно для данного этапа развития и сохраняющееся у него (по крайней мере, в виде заметных следов) в течение всей жизни. Сами личностные новообразования, по Э. Эриксону, возникают не на пустом месте - их появление на определенной стадии подготовлено всем процессом предшествующего развития личности. Новое в ней может возникнуть и утвердиться, лишь когда в прошлом уже были созданы соответствующие психологические и поведенческие условия.
     Подростковый возраст - это период жизненного самоопределения, становление Я-концепции. Концентрация душевных сил направлена на самопознание. У подростков сильно выражено стремление разобраться в самом себе, зачастую даже в ущерб развитию отношения с внешним миром и людьми: активный поиск себя и экспериментирование в разных ролях, развитие временной перспективы, построение планов на будущее.
     Говоря об особенностях развития ребенка, можно отметить, что существуют определенные биологические и социальные показатели, но которым можно судить о переходе на новую возрастную ступень. В этом смысле отрочество не является исключением. Так, в качестве биологического критерия перехода от детства к подростковому возрасту принимается достижение половой зрелости, характеризующееся созреванием репродуктивных функций.

Бурное физическое развитие, которое, как правило, совпадает с началом половой зрелости и выражается в так называемых "скачках роста" (ускоренное прибавление в росте и весе), является самым существенным биологическим показателем начала подросткового возраста.

С другой стороны отрочество позволяет ребенку получить новый статус, близкий к статусу взрослого человека, и соответствующие ему права и обязанности. Этому периоду присущи и новые способы мышления, особая чувствительность к здравому смыслу, моральным и этическим идеалам. Одним из типичных феноменов подросткового возраста, особенно в ряде западных стран, является страстное желание овладеть новыми интеллектуальными навыками и продемонстрировать их другим. Почитание авторитетов, глубокое понимание литературы, религии, искусства и истории культуры - все это требует особого, системного способа мышления.

Д. Китинг выделил 5 особенностей мышления подростка, отличающих его от мышления конкретными операциями, типичного для стадии среднего детства:

* Умение размышлять о возможностях, которые не даны непосредственно.
* Опережающее мышление, планирование.
* Гипотетико-дедуктивное мышление. Процесс мышления включает выдвижение и систематическую проверку гипотез. Это - одна из особенностей научного мышления.
* Мышление о мышлении. Это так называемое метапознание, или мышление второго порядка.
* Мышление, выходящее за общепринятые рамки, которое часто связывают с юношеским идеализмом.

Описанные Китингом особенности мышления подростка во многих отношениях совпадают с выделенной Пиаже стадией мышления посредством формальных операций. Он определил эту новую стадию в развитии интеллекта как системный способ организации мышления, позволяющий ребенку рассматривать все возможные комбинации решений в рамках общей проблемы и делать умозаключения по поводу абсолютно гипотетической ситуации. Ребенок же, находящийся на стадии конкретных операций, овладевает некоторыми принципами системного мышления, но может отслеживать лишь отдельные, конкретно представленные отношения. Овладев же формальными операциями, он добивается успеха, поскольку начинает решать задачу как целое, систематически варьируя ее элементы.

Мышление подростков, мышление в подростковом возрасте. Наука, изучая развитие подростков, определяет подростковый возраст с биологической точки зрения, то есть, как физический переход к наступлению половой зрелости и прекращением физического роста; с психологической, так как происходят изменения в способности к абстрактному мышлению и нескольких других изменениях; или с социальной точки зрения как период подготовки к взрослой роли [[1]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftnref1).

Основные пубертатные (переходные) и биологические изменения включают в себя изменения в половых органах, росте, весе и мышечной массе, а также основные изменения в структуре мозга и его организации. Когнитивные (познавательные) изменения охватывают как увеличение объема знаний и способности к абстрактному мышлению, так и более эффективной способности рассуждать. В этой статье рассмотрим результаты научных исследований охватывающих мышление подростков, мышление в подростковом возрасте.

Мозг человека всё ещё полностью не развит, когда человек достигает половой зрелости. В возрасте от 10 до 25 лет, мозг продолжает подвергаться изменениям, которые имеют очень важное значение для поведения подростка, о которых мы поговорим ниже.

Подростковый возраст является временем быстрого когнитивного (познавательного) развития [[2]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftn2), т.е. время бурного развития мышления подростков. Швейцарский психолог [Жан Пиаже](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B8%D0%B0%D0%B6%D0%B5) описывает юность как этап жизни, в котором мысли человека начинают принимать более абстрактную форму и начинают снижаться эгоцентрические мысли. Это позволяет молодому человеку думать и рассуждать в более широкой перспективе. Исследования, сочетающие поведенческие и функциональные магнитно-резонансные томографии (МРТ) показали, что познавательные навыки, которые позволяют контролировать и координировать мысли и поведение, связанны, как правило, с префронтальной корой (совокупность областей лобных долей) [[3]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftn3). Поэтому мысли, идеи и концепции, разработанные в этот период жизни существенно влияют на всю будущую жизнь, играя важную роль в характере и формировании личности.

Мозг достигает 90% своего взрослого размера к тому времени, когда человеку исполняется шесть лет. [[4]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftn4) Таким образом, мозг значительно не увеличиваются в размерах в подростковом возрасте. Тем не менее, складки в мозге становятся все более сложными к концу подросткового возраста. Наиболее значительные изменения в складках мозга в это время происходят в участках коры, отвечающие за процесс обработки когнитивной и эмоциональной информации.

Биологические изменения в структуре мозга и связях в мозгу напрямую связаны с увеличением опыта, знаний и изменениях в социальных требованиях. Возраст, в котором происходят эти изменения, индивидуален для каждого человека, но эти изменения, рассматривающиеся ниже, обычно начинаются в период полового созревания или вскоре после него вместе с некоторыми навыками, развивающимися в подростковом возрасте.

Подростковое мышление, мышление подростков, мышление в подростковом возрасте

Есть две точки зрения на подростковое мышление. Одной из них является конструктивистская точка зрения когнитивного развития. На основе работы Пиаже и [Д.Б. Эльконина](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%B8%D0%BD), она выдвигает гипотезу, что когнитивные улучшения, т.е. развитие мышления у подростков относительно внезапны и резки. Вторая точка зрения вытекает из изучения искусственного интеллекта и попытки объяснить когнитивное развитие с точки зрения роста отдельных компонентов мыслительного процесса.

К тому времени, когда человек достигает около 15 лет, его основные способности мышления сопоставимы со взрослыми. Эти улучшения происходят в пяти областях: внимание, память, скорость обработки данных и самоконтроль.

Улучшения наблюдаются в избирательном внимании, процесс которого сосредоточен на одном стимуле, а также в раздельном внимании – способности обращать внимание на два или более стимулов. Улучшения видны и в оперативной памяти, и долговременной памяти.

Подростки думают быстрее, чем дети. Скорость обработки резко растет в возрасте от пяти лет и до среднего подросткового возраста. Скорость повышения эффективности обработки данных начинает останавливаться в возрасте 15 лет и не изменяется до конца подросткового и взрослого возраста [[5]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftn5).

Подростки более осведомлены о своих собственных мыслительных процессах и могут использовать [мнемонические техники](http://balmolod.ru/link.php?url=https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BD%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0) и другие стратегии, которые позволяют думать более эффективно. Поэтому важной ролью социально-психологических служб при работе с подростками, является просвещение о подобных техниках. Сюда можно включить мнемотехнику, решение разнообразных логических задач, в некоторой степени [тайм-менеджмент](http://balmolod.ru/link.php?url=http://vremeni.net63.net) или энерджи-менеджмент.

Мышление подростков не так сильно связано с конкретными событиями по сравнению с детьми: они могут рассматривать возможности, которые в настоящее время не существуют. У подростков повышается качество дедуктивого рассуждения, что приводит к развитию гипотетического мышления. Это дает возможность заранее планировать, видеть будущие последствия действий и альтернативные объяснения событий. Это также делает подростков более опытными участниками дебатов, так как они могут ставить себя на место оппонента. Подростки также более глубоко понимают теорию вероятностей.

Появление более систематического, абстрактного мышления имеет один примечательный аспект когнитивного развития, развития мышления в подростковом возрасте. Например, подростки легче, чем дети, понимают высшую абстрактную логику, которым присуща игра слов, а также пословицы, метафоры и аналогии. Такие изменения в когнитивном познании позволяют увеличить богатство языка и начать понимать такие жанры как сатира, метафора и сарказм. Дети в возрасте до девяти лет часто вообще не могут понять сарказм. Эти изменения также позволяют качественно рассуждать, применяя логику в социальной и идеологической сферах, а также в таких вопросах, как межличностные отношения, политика, философия, религия, нравственность, дружба, вера, демократия, справедливость и честность.

Третий выигрыш в познавательных способностях предполагает способность мыслить о самом мышлении и сам этот процесс называют «метапознанием». Зачастую он включает в себя мониторинг собственной познавательной деятельности во время своего мыслительного процесса. Улучшение у подростков знания о собственных шаблонах мышления приводит к улучшению самоконтроля и более эффективному обучению. Эти процессы важны и в социальном познании, так как в результате повышается самоанализ, самосознание и рационализация. Подростки гораздо лучше, чем дети могут понять, что люди не имеют полного контроля над их умственной деятельностью.

**ПОДРОСТКОВЫЙ ЭГОЦЕНТРИЗМ**

Однако способность к самоанализу может привести к двум формам подросткового эгоцентризма: мнимая аудитория (imaginary audience) и личная сказка (personal fable) [[6]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftn6). Подростки настолько ориентированы на мнения других о себе, что независимо от того, где они находятся, подростки думают, что их внешнее поведение и внешний вид всегда находится под наблюдением как за актёром на сцене, и все взгляды зациклены на них и каждая деталь или ошибка будут замечены.

Феномен «личной сказки» связан с чрезмерной дифференциацией опыта своих чувств от других, что приводит к установке уникальности своих переживаний: «Никто меня не понимает», «Меня только что бросила девушка, которую я люблю и никто никогда не мог испытать ту грусть, которую я испытываю». Феномены «мнимой аудитории» и «личной сказки» достигают пика в возрасте пятнадцати лет, вместе с самосознанием.

Подростки достигают стадии развитости социального мышления, когда они могут понять, как мысли или действия одного человека могут влиять на другого человека, даже если они лично не взаимодействуют.

**ПОДРОСТКИ И АВТОРИТЕТЫ**

По сравнению с детьми, подростки, скорее всего, поставят под вопрос любое утверждение, и менее вероятно примут факты за абсолютную истину. Через опыт за пределами семейного круга, они узнают, что правила, которые они учили как абсолютные в семье, на самом деле имеют [релятивистскую](http://balmolod.ru/link.php?url=https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B8%D0%B7%D0%BC)(относительную) природу. Они начинают различать правила, возникшие из здравого смысла, и те, которые основаны на культурно-относительных стандартах (кодексы этики, некоторые традиции и ритуалы), разграничение, которое младшие дети не делают. Это может привести к периоду сомнения в авторитетах во всех областях.

**ПОДРОСТКИ И МУДРОСТЬ**

Мудрость, или степень освоения знаний и подсознательного опыта, которое выражается в способности уместного применения их в обществе в зависимости от конкретной ситуации. Мудрость у человека растёт в возрасте от четырнадцати до двадцати пяти лет, а затем останавливается. Таким образом, именно в подростковом возрасте, люди приобретают мудрость. Мудрость – это не то же самое, что и интеллект: подростки не существенно улучшают тесты на интеллектуальное развитие (IQ-тесты), так как баллы сравниваются с другими в той же возрастной группе.

**Я-КОНЦЕПЦИЯ ПОДРОСТКОВ**

В начале подросткового возраста, познавательное развитие, развитие мышленияприводит к большему самосознанию, большей осведомленности о других и своих мыслях и суждениях, способности думать абстрактно и осознании своих будущих возможностей, а также возможности рассматривать несколько возможностей сразу. В результате, подростки испытывают значительные изменения по сравнению с простыми, конкретными и глобальными описаниями, которые свойственны маленьким детям.

Подростки могут теперь осмыслить несколько «возможных себя», кем они могли бы стать, а также долгосрочные возможности и последствия своих решений. Изучение этих возможностей может привести к резким изменениям в самопрезентации, так как подросток выбирает или отвергает некоторые качества поведения, пытаясь вести себя фактически как идеал себя (кем подросток хочет быть) и кем боится стать. Таким образом, работает мотивация достижения через поведение в соответствии с Я-идеальным и Я-неидеальным.

Дифференциация Я-концепции происходит в середине подросткового возраста, при этом она должна быть непротиворечива, иначе это вызовет когнитивный диссонанс, что может являться основным источником бедствий этого возраста, с другой стороны, это бедствие может принести пользу подросткам, поощряя их структурное развитие.

Наравне с непротиворечивой Я-концепцией, не менее важна в этом возрасте социальная идентичность, представляющая собой взаимосвязанное (когерентное) чувство стабильности в соответствии с прошлым опытом и планами на будущее. Каждый человек имеет самооценку (Я-концепцию), но согласно [Эрику Эриксону](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D1%80%D0%B8%D0%BA%D1%81%D0%BE%D0%BD%2C_%D0%AD%D1%80%D0%B8%D0%BA_%28%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%29) – не все полностью достигают идентичности. Теория этапов развития Эриксона включает в себя кризис идентичности, в котором подростки должны исследовать различные возможности и интегрировать различные части себя перед построением своих убеждений. Он назвал разрешение этого процесса как этап «личности достижения», а также подчеркнул, что проблема идентичности «никогда полностью не решена раз и навсегда, в один момент времени» [[7]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftn7). Сначала подростки определяют себя в зависимости от членства в группах.

Таким образом, окончательным важным аспектом формирования личности является самооценка, мысли и чувства по поводу своей Я-концепции и социальной идентичности.Вопреки распространенному мнению, нет никаких эмпирических доказательств значительного снижения самооценки в течение подросткового возраста [[8]](http://balmolod.ru/psixologiya-podrostkovogo-vozrasta/podrostkovoe-myshlenie-podrostkovyj-egocentrizm-podrostkovaya-ya-koncepciya-ch-1-seriya-statej-mi-lovushki-psixologicheskogo-razvitiya-podrostkov/#_ftn8). «Ситуативная самооценка» колеблется быстро и может вызвать серьезные страдания и тревоги, но базовая самооценка остается стабильно высокой в подростковом возрасте.

**Список литературы:**

1. Arnett J. Emerging Adulthood: What Is It, and What Is It Good For? // Child Development Perspectives. – 2007. – № 1. – P. 68.

2. Choudhury S., Blakemore S., Charman T. Social cognitive development during adolescence // Social Cognitive and Affective Neuroscience. – 2006. – № 1. – P. 166. – Режим доступа: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2555426/?tool=pmcentrez

3. Choudhury S., Blakemore S., Charman T. Social cognitive development during adolescence // Social Cognitive and Affective Neuroscience. – 2006. – № 1. – P. 166. – Режим доступа: http: www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2555426/pdf/nsl024.pdf

4. Casey B., Getz S., Galvan A. The adolescent brain // Developmental Review. – 2008. – № 28. – P. 64.

5. Kali R., Ferrer E. Processing speed in childhood and adolescence: Longitudinal models for examining developmental change // Child Development. – 2007. – № 78. – P. 1762.

6. Rankin J., Lane D., Gibbons, F., Gerrard M. Adolescent self-consciousness: longitudinal age changes and gender differences in two cohorts // Journal of Research on Adolescence. – 2004. — № 14. – P. 16.

7. Steinberg L. Adolescence. NY: McGraw-Hill, 2008. – P. 287.

8. Steinberg L. Adolescence. NY: McGraw-Hill, 2008. – P. 270.