

Лєскова А. А. Психологічні особливості молодшого підліткового віку / Теоретичні та практичні засади діяльності класного керівника 6-го класу. Науково-методична збірка. / упорядник О. І. Чешенко. – Одеса, 2014. – 552 с. – С. 68-76.

ЛЄСКОВА Ангеліна Анатоліївна,
старший викладач кафедри психолого-педагогічної
та суспільно-гуманітарної освіти Одеського обласного інституту
удосконалення вчителів

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОЛОДШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Підлітковий вік – період дорослішання, поступовий перехід від дитинства до дорослості. Зверніть увагу, підліток – вже не дитина (хоча деякі риси поведінки можуть бути ще, як у дитини), але ще і не дорослий (він лише вчиться бути дорослим).

Завдання дорослих – допомогти йому успішно подорослішати.

Підлітковий період – час змін, бурхливого розвитку. Відбуваються якісні зміни і в пізнавальній діяльності, і в особистості, і в міжособових стосунках. У кожного ці зміни відбуваються в різний час. Деякі підлітки розвиваються швидше, деякі в чомусь відстають від інших, а в чомусь випереджають їх. Наприклад, дівчатка у багатьох відношеннях розвиваються швидше, ніж хлопчики. Але і розвиток кожної людини відбувається нерівномірно.

В межах підліткового періоду психологи виділяють молодший підлітковий вік – 11-12 років і старший підлітковий вік – 13-14 років.

Зупинимося детальніше на особливостях молодших підлітків.

Основні завдання розвитку періоду 11-12 років

(за Г. М. Прихожан)

- 1.** Формування нового рівня мислення, логічної пам'яті, виборчої, стійкої уваги.
- 2.** Формування широкого спектру здібностей та інтересів, виділення кола стійких інтересів.
- 3.** Формування інтересу до іншої людини як особистості.
- 4.** Розвиток інтересу до себе, прагнення розібратися в своїх здібностях, вчинках, формування первинних навичок самоаналізу.
- 5.** Розвиток і зміцнення відчуття дорослості, формування адекватних форм ствердження самостійності, особистісної автономії.
- 6.** Формування відчуття власної гідності, внутрішніх критеріїв самооцінки.
- 7.** Розвиток форм і навиків особистісного спілкування в групі однолітків, способів взаєморозуміння.
- 8.** Розвиток моральних відчуттів, форм співчуття і співпереживання іншим людям.

9. Формування уявлень про зміни, що відбуваються, пов'язані із зростанням і статевим дозріванням [5], [7].

ХАРАКТЕРНІ РИСИ ПІДЛІТКА

- **Формування і розвиток теоретичного дискурсивного мислення (яке ґрунтується на міркуванні), логічної пам'яті.**

В 11-12 років починається перехід від мислення, заснованого на оперуванні конкретними уявленнями, до теоретичного мислення, від безпосередньої пам'яті до логічної. При цьому в 11 років частіше переважає конкретний тип мислення, але відбувається його перебудова, а з 12-ти років активно формується і розвивається мислення, засноване на оперуванні поняттями, на умінні зіставляти ці поняття і переходити в процесі міркування від однієї думки до іншої. Але ці зміни відбуваються в різні терміни і мають індивідуальні відмінності.

- **Почуття дорослості.**

Підліток поступово усвідомлює, що він вже не дитина, що він дорослішає. І хоче, щоб це визнавали ті, хто його оточують, особливо дорослі. Виникає почуття дорослості, приблизно, в 11-12 років и набуває свого піку у 14 років.

Проявляється це в прагненні до самостійності, незалежності. Підліток добивається рівних прав у відносинах з дорослими. На думку Г. М. Прихожан почуття дорослості виступає як стимул активності підлітка, спрямованої на переорієнтацію з «дитячих» норм на «дорослі», на засвоєння цінностей, норм, установок, які з точки зору підлітків підтверджують уявлення про них як про дорослих [7]. Важливий аспект почуття дорослості – це прагнення робити щось «не іграшкове», а реально корисне, соціально значуще.

Цікаво також, що, з одного боку, підлітки прагнуть відстояти свою самостійність і незалежність від дорослих, з іншого – чекають від них захисту, підтримки і допомоги. Річ у тому, що *для підлітків важлива не стільки сама по собі можливість самостійно розпоряджатися собою, скільки визнання дорослими цієї можливості, рівних з дорослими прав.*

- **Прагнення до самопізнання.**

Підліток 11-12 років прагне розібратися в собі, побільше про себе дізнатися, зрозуміти себе. В процесі самопізнання величезне значення має розвиток рефлексії – здатності до аналізу власних думок, почуттів, станів, вчинків.

- **Пошук ідеалів, прагнення бути схожим на свій ідеал.**

Підлітки шукають приклад, еталон особистості, стилю поведінки. Знаходять приклади для наслідування різні: актори, музиканти, бізнесмени, спортсмени, родичі або знайомі, які є для них авторитетом, лідери підліткових угруповань.

Для чого це потрібно підліткам?

Вони вчаться бути дорослими. Для цього їм потрібні приклади того, як бути дорослим, як домогтися успіху та ін.

У підлітковий період активно формується бажаний образ «Я». Підліток вибудовує його на основі своїх уявлень про те, як має бути в ідеалі (але ідеали у всіх різні) і того, який він зараз. Тобто своєрідне поєднання ідеального і реального образу «Я».

- ***Перехід від орієнтації на оцінку оточуючих до орієнтації на самооцінку.***

Спочатку підліток дивиться на себе як би «ззовні», зіставляє себе з іншими (дорослими і однолітками), порівнює. Так формуються власні критерії оцінки себе та оточуючих. Поступово він починає оцінювати себе, орієнтуючись на свій ідеальний образ «Я», тобто яким він хоче, повинен бути.

- ***Підвищена чутливість до оцінок оточуючих, вразливість.***

У багатьох підлітків виникають комплекси неповноцінності з приводу їх зовнішності, манери поведінки, через те, що вони не відповідають тим вимогам, які самі до себе пред'являють. Тому думка оточуючих на тлі таких переживань може бути сприйнята дуже болісно. Наприклад, необережно сказане слово може затвердити комплекс неповноцінності, який формується.

Іноді підлітки приховують свої переживання з приводу зауважень дорослих або незадоволеність собою. Але зазвичай це лише захисна «маска», за якою можуть бути бурі та страждання. Тому дорослим варто бути обережними з жартами на адресу підлітків.

- ***Прагнення спілкуватися з однолітками.***

Спілкування з однолітками займає основне місце в житті підлітка, є **провідною діяльністю для цього періоду**. У 10-11 років він ще відносно багато спілкується з батьками і взагалі з дорослими, а починаючи з 12-13 років відбувається стрімка переорієнтація на спілкування з ровесниками. Деякі батьки скаржаться, що їх син або донька може годинами говорити по телефону з друзями «ні про що», і вважає, що це важливо. Хоча з батьками перекидається лише парою слів.

Спілкування з однолітками дійсно важливе. Так підлітки вчаться встановлювати і підтримувати контакти, добиватися успіху в суспільстві. Крім того, одноліткам вони часто довіряють більше, ніж батькам. Батьки дають вимогами, читають моралі. Таке спілкування навряд чи може бути приємним.

- ***Відчуження від дорослих.***

Підліток прагне добитися певної автономії від дорослих. Цей процес активізується з 12-13 років. *Мета:* довести, що він вже теж дорослий і може бути самостійним; щоб йому просто «дали спокій». Крім того, існує ще і відчуття власної території, власного простору, в який ніхто не повинен

втручатися. Це його внутрішній світ, а також його кімната, речі і так далі. Так реалізується прагнення до самостійності і незалежності.

Емоційне відчуження відбувається в тих сім'ях, де батьки продовжують поводитися з підлітком, як з маленькою дитиною, використовують тиск, всупереч бажанню підлітка проявляють надмірну цікавість до його особистих справ.

- ***Прагнення отримати визнання серед однолітків.***

Тобто мати компанію друзів, де цінують, а головне – визнають успішним, гідним, просто дорослим. Така мета особливо важлива для тих, чії батьки не визнають нових потреб свого сина або доньки.

- ***Прагнення до групування.***

Це прагнення до спілкування в групі однолітків, до приналежності до певної групи. Активно проявляється, приблизно, з 12-ти років і набуває свого піку у 13-15 років. Причому тенденція до групування проявляється сильніше у хлопів, ніж у дівчат.

Для чого це потрібно підліткам:

- реалізація потреби в спілкуванні, яка підвищується у цьому віці;
- можливість спілкування в своєму середовищі, де тебе розуміють;
- спілкування за інтересами;
- визнання з боку однолітків;
- група однолітків для підлітків – це середовище, де вони відчувають свою самостійність і незалежність, де можуть це проявити, а деколи і спеціально демонструвати з метою самоствердження.

Групи можуть бути сприятливим середовищем спілкування, а може бути інакше. У деяких підліткових угрупованнях поширений, так званий, груповий тиск. У такій групі може бути свій «статут», свої «закони». Щоб стати її членом, потрібно прийняти ці правила, інколи навіть пройти якісь випробування. Бувають випадки, коли підлітки, щоб вступати до групи, вдають, що розділяють її погляди. Їх мета добитися визнання в цій групі. Але виникає інша проблема: у таких групах є лідери, вони вимагають від членів групи виконання яких-небудь дій. Під їх впливом члени групи можуть зробити те, що ніколи самі б не стали робити. Наприклад, моральний тиск, знущання з інших, групова крадіжка, випивка, наркоманія.

Як протистояти тому, щоб підліток попав в таку компанію?

Формувати у нього прагнення робити вибір самостійно, ґрунтуючись на власній думці, а не танцювати під чиюсь дудку. Це дає більше гарантій того, що в певний момент людина зробить кращий вибір, ніж безліч нотацій і заборон. Але звичка міркувати і орієнтуватися на власну думку виховується з дитинства і не може сформуватися, якщо батьки все вирішують самі, а від дитини

вимагають лише покори. Підкоряться батькам підлітку набридло. Але звичка залишиться. Такий підліток знайде собі нового лідера і підкорятиметься йому. Адже власної думки він не має.

СУТНІСТЬ ПІДЛІТКОВОЇ КРИЗИ

Підлітковий вік відносять до так званих критичних періодів життя людини, або періодів вікових психологічних криз. В основі кризи – конфлікт між новими психологічними потребами, які виникають у цьому віці, і відсутністю можливості та / або нездатністю їх задовольнити. Це протиріччя є відправним пунктом, поштовхом для особистісного розвитку та напрацювання нового досвіду, який допоможе у подоланні психологічної кризи і виході на новий рівень розвитку особистості.

Криза підліткового віку проходить *три фази*:

I фаза	<i>негативна, або предкритична</i> , – фаза ломки старих звичок, стереотипів, розпаду сформованих раніше структур (<i>орієнтовно в 11-12 років</i>);
II фаза	<i>кульмінаційна точка кризи</i> (приблизно, в 13 років, хоча можливі варіанти);
III фаза	<i>посткритична фаза</i> , тобто період формування нових структур, побудови нових відносин і т.д. [7].

ОСНОВНІ ШЛЯХИ ПРОТІКАННЯ ПІДЛІТКОВОЇ КРИЗИ

1. Криза незалежності - найбільш поширена.

Симптоми: норовистість, упертість, негативізм, свавілля, знецінення дорослих, негативне ставлення до їхніх вимог, які раніше виконували, протест-бунт, ревнощі до власності.

2. Криза залежності.

Симптоми: надмірна слухняність, залежність від старших або сильних, регрес до старих інтересів, смаків, форм поведінки.

Криза незалежності – це ривок уперед, вихід за межі старих норм, правил, а криза залежності – повернення назад до тієї своєї позиції, системи відносин, яка гарантувала емоційне благополуччя, почуття впевненості, захищеності.

З точки зору розвитку, подальшої життєвої перспективи більш сприятливим є перший варіант. Як правило, в симптомах кризи присутня і та, й інша тенденція. Питання в тому, яка з них домінує.

В силу недостатньої психологічної та соціальної зрілості підліток, пред'являючи дорослим і відстоюючи перед ними свої нові погляди, домагаючись рівних прав, прагнучи розширити рамки дозволеного, одночасно чекає від дорослих допомоги, підтримки та захисту [7].

ВІДПОВІДІ НА АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ БАТЬКІВ

- ***Як домогтися того, щоб підліток слухався батьків?***

1. Перестати на нього тиснути.
2. Поцікавитися його думкою.
3. Навчитися спілкуватися з ним на рівних.
4. Разом обговорювати проблеми, які стосуються всіх членів сім'ї. Приймати рішення спільно.
5. У питаннях, які стосуються особисто його, залишати право вибору за ним.
6. Пояснювати мотиви вимог.
7. За необхідності можна укласти договір. Тобто домовитися про те: хто і як зобов'язується поступати по відношенню один до одного, яку відповідальність несе в разі порушення договору. Зверніть увагу, вимоги пред'являються в рівній мірі і до підлітка, і до батьків, так само і з відповідальністю. Інакше договір не має сенсу.

- ***Чому думка друзів для нього важливіша, ніж думка батьків?***

Це не завжди так. Думка батьків цінна і важлива. Але не у випадку моди, смаків і не тоді, коли вона нав'язується. Підлітка цікавить думка батьків про життєві проблеми, складні ситуації, де самому не вистачає досвіду. Але якщо батьки заважають йому бути самостійним, то він сприймає це ворожнечо.

- ***Чому підліток закривається від батьків у своїй кімнаті, не дозволяє чіпати його речі, цікавиться його друзями?***

Так проявляється прагнення до автономії, незалежності від дорослих. Підліток хоче відчувати себе самостійним, оберігає свій внутрішній світ і свою територію.

Крім того, можливо, Ви самі проявляєте зайву цікавість до його особистих справах, намагаєтеся все контролювати. Тоді це природна захисна реакція. Чим більше Ви будете наполягати, тим менше підліток буде Вас впускати у свій внутрішній світ.

- ***Чому він весь час пред'являє нам претензії?***

1. Можливо, такий стиль спілкування він перейняв від Вас і просто відповідає тим же.
2. Хочє змінити Вас відповідно до своїх уявлень про ідеал (якою повинна бути доросла людина, батьки).

- **Чому підліток часто лається з батьками?**

Так він відстоює свої права, свою думку. Чим більше Ви тиснете, тим більше буде протест.

- **Чому він (а) сердиться, дратується, коли ми щось запитуємо?**

Зверніть увагу на інтонацію, з якою Ви питаєте: чи не звучить це як допит?

Підлітків дратує втручання в їх особисте життя. Якщо він(а) захоче, то сам(а) щось розповість. Чим більше Ви будете допитуватися і розслідувати, тим більш потайним стане Ваш підліток. Покажіть, що Ви на його (її) боці, любите і приймаєте таким, який він(а) є. Скажіть, що Вас хвилює, щоб у його (її) житті було все добре, що Ви завжди готові вислухати і допомогти. Але при нагоді виправдайте довіру підлітка: будьте уважним слухачем, а не суддею.

ЩО ЗАВАЖАЄ ДОРΟΣЛИМ У СПІЛКУВАННІ З ПІДЛІТКАМИ

- Звичка бачити у своєму синові чи доньці дитину.
- Прагнення будь-якою ціною добитися свого.
- Позиція: я вже «бачив життя», а ти – вчися.
- Очікування того, що підліток буде безумовно слухатися дорослого.

ЩО НЕ ЛЮБЛЯТЬ ПІДЛІТКИ

- ✓ Тиск з боку дорослих.
- ✓ Моралі, моралізаторство.
- ✓ Коли їм «лізуть в душу».
- ✓ Коли рішення приймають за них, тобто позбавляють їх самостійності.
- ✓ Заборони.
- ✓ Коли в сім'ї немає рівноправності між ними і дорослими.

ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ СПІЛКУВАННЯ З ПІДЛІТКАМИ

- *Поважайте особистість* підлітка.
- Пам'ятайте, *підліток* – не дитина, він – *особистість*, яка *дорослішає*.
- *Спілкування* ґрунтуйте на *позиції співробітництва*.
- Використовуйте *принцип партнерства*.

ЯК НАЛАГОДИТИ ЕФЕКТИВНЕ СПІЛКУВАННЯ І ВЗАЄМОДІЮ З ПІДЛІТКОМ

1. Прислухайтесь до думки сина (дочки), але не ґрунтуйтеся тільки на його (її) бажаннях.
2. Цінують в підлітку як слухняність, так і незалежність.
3. Обговорюйте проблеми і приймайте рішення разом.

4. Встановіть правила і твердо впроваджуйте їх у життя, але не вважайте себе непогрішними.
5. Пояснюйте мотиви своїх вимог і заохочуйте обговорення їх з підлітком.
6. Владу використовуйте лише в міру необхідності.
7. Якщо були не праві, визнайте це. Підліток пробачить Вам помилку. А ось миритися з тим, що Ви «завжди праві» він не буде.
8. Пам'ятайте, ваші відносини – у ваших руках.

ЛІТЕРАТУРА

1. Байярд Р. Т. Байярд Дж. Ваш беспокойный подросток. – М., 1991.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М., 1986.
3. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. – М. 1995.
4. Гиппенрейтер Ю. Общаться с ребенком. Как? – Издательский дом: АСТ, Астрель, Харвест, 2008.
5. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога. – М.: Изд-во Эксмо, 2005.
6. Немов Р. С. Психология: Учеб. Для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Кн. 2: Психология образования.
7. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. – М.: ТЦ «Сфера», 1997.
8. Прихожан А. М., Толстых Н. Н. Подросток в учебнике и в жизни. – М., 1990.
9. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб. Питер, 2012. – (Серия «Мастера психологии»).
10. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. – М., 1994.