

ОБЩАЕМСЯ С РОДИТЕЛЯМИ

Для того чтобы понять подростка, его мысли, действия, необходимо знать особенности данного возраста, изменения, происходящие в организме и психике ребенка. Данный материал поможет школьному психологу и классному руководителю построить диалог с родителями, оказать помощь в преодолении трудностей общения с детьми, учащимися 7–8-х классов.

Л.А. Боршевецкая,
педагог-психолог гимназии № 1518, г. Москва



Психофизиологические особенности подростков

Для каждого подростка мнение о нем окружающих является важным. Здесь и таится отражение важного, для многих так и не решенного вопроса: как же остаться самим собой? Как совместить радостную непосредственность детского "Я сам!" с взвешенной мудростью взрослого "Мы вместе"? В этом и заключается проблема в становлении личности и самоопределении человека. Связана она с самым тонким, переходным возрастом жизни наших детей.

Уже совсем не ребенок, но еще и не вполне юноша, он возникает на жизненной сцене, хрупкий и тонкий, странно отчужденный от всех. Резкий профиль. Голос, словно сорвавшийся, перегоревший. Улыбка, от которой лицо не хорошеет, а сдвигается в гримасе. Вызов, холодность во всем... Мучительная проблемность и внутри, и снаружи, и в сознании, и в поведении.

При всех индивидуально-неповторимых деталях "вступление в жизнь" происходит в три основных этапа. Первый, собственно подростковый, начинается в 11–12 лет и продолжается до 14–15 лет. Это переходный в биологическом плане отрезок.

Основной особенностью этого возраста являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. Процесс анатомо-физиологической перестройки является фоном, на котором протекает психологический кризис.

Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Уве-

Физиологические особенности детей "переходного" возраста

личиваются рост и вес ребенка, причем у мальчиков в среднем пик "скачка роста" приходится на 13 лет, а заканчивается после 15 лет, иногда продолжаясь до 17. У девочек "скачок роста" обычно начинается и кончается на два года раньше (дальнейший, более медленный рост может продолжаться еще несколько лет).

Изменение роста и веса сопровождается изменением пропорций тела. Сначала до "взрослых" размеров дорастают голова, кисти рук и ступни, затем конечности (удлиняются руки и ноги) и в последнюю очередь туловище. Интенсивный рост скелета, достигающий 4–7 см в год, опережает развитие мускулатуры. Все это приводит к некоторой непропорциональности тела, подростковой угловатости. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими.

В связи с быстрым развитием возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. Поэтому для подростков характерны изменение артериального давления, повышенная утомляемость, перепады настроения, гормональная "буря" и, как следствие, – эмоциональная неуравновешенность.

Социальный статус подростка мало чем отличается от детского. Его суть – иждивенчество и учеба. Психологически это назревание конфликта. Пока он проявляется в детских формах, подросток требует свободы и самостоятельности в распоряжении:

- собственным временем ("снимите контроль за приходом-уходом");
- внешностью (начиная от одежды – "они меня закутывают, хотя на улице жара" – до причесок и появляющейся косметики у девочек);
- друзьями ("хочу дружить, с кем хочу").

Одним из центральных моментов развития в младшем подростковом возрасте становится формирующееся "**чувство взрослости**": школьник остро ощущает, что он уже не ребенок, и требует признания этого, прежде всего равных с окружающими взрослыми прав. Чувство взрослости выражается в стремлении к независимости, самостоятельности, утверждению своего личного достоинства и требовании ко взрослым уважать эти стремления и считаться с ними.

Чувство взрослости определяет стремление подростков приобрести умения и качества, характеризующие, по их мнению, взрослого человека и воплощенные в существующих у них образах "настоящего мужчины" и "идеальной женщины".

Вместе с тем подросток осознает, что его взрослость еще не совсем "подлинная", **чувствует неуверенность в своей новой позиции**. Он остро нуждается в признании и подтверждении этой позиции взрослыми и сверстниками.

В 12–13 лет появляются первые признаки "ценностного" конфликта. В подростковый период такой конфликт выражается в активном отстаивании школьниками собственного понимания справедливости в самых разных областях: от замечания учителя, "несправедливой" отметки до политических, экономических

психологические
особенности детей
переходного
возраста:

появление
ценностных
конфликтов
и их решение

Роль педагогов
 и родителей
 в развитии
 самооценки
 подростков

Влияние возраста
 на учебную
 деятельность
 и мотивацию

проблем. Подросток с каким-то особым удовольствием начинает "обличать" родителей и вообще взрослых в том, что они сами не следуют тем нормам, которые проповедают, обвиняя их в лицемерии. Он как бы специально **"нацелен" на выискивание недостатков у взрослых.**

Решение "ценностных" конфликтов не в том, чтобы пассивно соглашаться с подростком, а в том, чтобы выразить и аргументированно отстаивать собственную позицию. Именно подобное **спокойное, доброжелательное противодействие оказывается наиболее значимым для подростка**, поскольку позволяет ему "оттачивать" свою логику, утверждать свои принципы в достаточно мягком и безопасном противоборстве.

Несмотря на наличие указанных форм утверждения взрослости и определенных проблем, возникающих между подростком и взрослыми, этот возраст еще достаточно благоприятный во взаимоотношениях взрослых и детей. **Школьники открыты по отношению к взрослым, в основном доверяют им** и, несмотря на все более усиливающее значение общения со сверстниками, продолжают в основном ориентироваться на взрослых, на их нормы и ценности. То новое, что возникает в этот период, охотно обсуждается с теми взрослыми, которым подростки доверяют.

На первостепенную роль педагогов и родителей в развитии самооценки школьников средних классов указывают данные, полученные при изучении известного "эффекта Розенталя". "Эффект Розенталя", или "эффект Пигмалиона", состоит в том, что у детей, о высоких способностях которых сообщается вне зависимости от реального уровня этих способностей, уровень интеллектуального развития действительно существенно возрастает. Специальные исследования показали, что этот эффект проявляется лишь в тех случаях, когда учителя и родители начинают объяснять удачу подростка его способностями, а неудачи – не недостатком способностей, а недостатком усилий и создают условия для того, чтобы ученик прилагал больше усилий.

Напротив, в тех случаях, когда взрослые (и учителя, и родители) постоянно подчеркивают неудачи подростка, его недостатки, промахи, а успех объясняют случайностью, у него формируется низкая самооценка, препятствующая нормальному развитию.

Отношение к учебной деятельности и учебная мотивация в 7–8-х классах имеет двойственный характер. С одной стороны, это **период, характеризующийся снижением мотивации учения**, что объясняется возрастанием интереса к окружающему миру, лежащему за пределами школы, а также увлеченностью общением со сверстниками. С другой стороны, именно в этот период начинают формироваться новые, зрелые формы учебной мотивации, самообразования и самосовершенствования.

В классах "повышенного уровня", гимназических, специализированных, ориентированных на продолжение учения, падение учебной мотивации, в т. ч. и непосредственного интереса к учению, можно наблюдать лишь у отдельных учеников, которые по той или иной причине не могут открыть для себя личностного смысла в учении (например, обучение в математическом

Интересы
подростка

классе при ярко выраженном интересе к живописи или существенное отставание в учебе).

В классах обычных, ориентированных в лучшем случае на получение среднего образования (краткосрочную образовательную перспективу), отмечается резкое снижение учебной мотивации именно вследствие того, что школьники не видят смысла в получении знаний, и ценность школьных знаний не включена в их представление о взрослости.

Проявления любознательности поверхностны, практически отсутствует их связь со школьной программой. Среди психологов распространена шутка, что **подросток знает все и интересуется всем, лишь бы это не входило в школьную программу**. Очевидно, что эта любознательность отражает увеличивающийся интерес школьника к миру за пределами школы, ощущение своих возросших возможностей и имеет существенное значение для "подпитки" чувства взрослости.

Спецификой интересов в 11–14-летнем возрасте является то, что они во многом обслуживают потребность в общении со сверстниками: общие интересы дают повод, содержание, средства общения. В значительной части случаев подросток интересуется тем, чем и его друзья, и если хочет войти в какую-то компанию, подружиться с кем-нибудь, то начинает действительно интересоваться или изображать интерес к той сфере, которой увлечена эта компания (например, какой-либо рок- или панк-группой, стилем одежды). С этим связана и характерная для подростков "мода на интересы", когда какое-либо увлечение как бы внезапно охватывает весь класс, параллель, а иногда даже чуть ли не всю школу и так же внезапно гаснет.

Отдельно следует сказать о музыкальных пристрастиях школьников. Именно в это время у подростков обычно возникает интерес к различным группам, исполнителям. Во многом он определяется существующей в школе, в компании сверстников модой на те или иные музыкальные направления. Интерес, можно сказать, даже страсть к определенным музыкальным стилям связаны с особенностями эмоциональной жизни подростка, с потребностью в эмоциональном насыщении.

Эмоции и чувства регулируют наше общение с детьми, помогают добиться контакта, а могут, наоборот, привести к разобщенности. Иногда возникает ощущение, что невозможно решить проблему так, чтобы это решение удовлетворяло интересы всех сторон в конфликте. Тем не менее определенная последовательность действий приводит именно к такому результату.

Задание для родителей

Предлагаем попробовать поэтапно решить одну из проблем, возникших между родителями и ребенком, с помощью алгоритма, приведенного ниже.

Алгоритм решения проблемы

Выберите реально существующую конфликтную ситуацию, в которой вы находитесь, и заполните таблицу.

1. Определение проблемы	
Если вы не придете к общему решению, то каковы будут последствия конфликта?	
Если конфликт будет разрешен, какие преимущества вы получите?	
2. Чувства	
Какие чувства испытывает каждый из участников?	
3. Событие	
Что вызвало эти чувства?	
4. Потребности	
Каковы мои основные потребности, надежды, заботы и страхи?	
Каковы потребности, надежды, заботы и страхи окружающих?	
5. Желания	
Чего именно я хочу сейчас?	
Чего сейчас хочется остальным?	
6. Препятствия и помехи	
Что мешает удовлетворению моих интересов и желаний?	
7. Цель	
Какова общая цель обеих сторон?	
8. Решения	
Какие возможны варианты решения конфликта?	
На что согласны враждующие стороны?	
9. Действия	
Как можно предотвратить появление подобной ситуации в будущем?	