***Зрозуміти підлітка***

*Підлітковий період виділяється не у всіх суспільствах, а лише з високим рівнем цивілізації. У літературі описаний під різними назвами: підлітковий, перехідний, пубертальний, пубертатний, отроцтво, подростнічество, негативна фаза віку статевого дозрівання, вік другого перерізання пуповини. Різні назви відображають різні сторони змін, що відбуваються в житті підлітка.*

***Статеве дозрівання***

*Настання підліткового віку зі всією очевидністю виявляється в різкому змужнінні організму, раптовому збільшенні зростання і розвитку вторинних сексуальних ознак. У дівчаток цей процес починається приблизно на 2 роки раніше і триває протягом коротшого часу (3-4 року), ніж у хлопчиків (4-5 років). Цей вік вважається періодом вираженого збільшення сексуальних бажань і сексуальної енергії, особливо у хлопчиків.*

*З фазами біологічного дозрівання у підлітків співпадають фази розвитку інтересів. З одного боку, втрачається інтерес до речей, які його цікавили раніше (презирливе відношення до дитячих забав, “небилиць” і т.д.). При цьому не втрачаються ні навики, ні механізми поведінки, що склалися. З іншого боку, виникають нові інтереси: нові книги, в основному, еротичного характеру, гострий сексуальний інтерес.*

*Під час зміни інтересів є момент, коли здається, що у підлітка взагалі відсутній який би то не було інтерес. Ця руйнівна, спустошлива фаза розставання з дитинством і дала привід Л.Толстому назвати період “пустелею отроцтва”.*

*Пізніше, на початку нової фази, у дитини з’являється безліч нових інтересів. З них шляхом диференціації вибирається ядро інтересів. Причому спочатку це відбувається під знаком романтичних прагнень, під кінець - реалістичний і практичний вибір одного стійкого інтересу, пов’язаного з основною життєвою лінією, що обирається підлітком.*

***Провідна діяльність***

*Провідна діяльність - інтимно-особове спілкування з однолітками. Ця діяльність є своєрідною формою відтворення між однолітками тих відносин, які існують серед дорослих людей, формою освоєння цих відносин. Відносини з однолітками більш значущі, ніж з дорослими, відбувається соціальне відособлення підлітка від своєї генеалогічної сім’ї.*

***Основні новоутворення***

*1. Формування “Ми” - концепції*

*Іноді воно приймає дуже жорсткий характер: “ми - свої, вони - чужі”. Поділені території, сфери життєвого простору. Це не дружба, відносини дружби ще тільки належить освоїти як відносини близькості, побачити в іншій людині такого ж, як сам. Це, скоріше, поклоніння загальному ідолу.*

*2. Формування референтних груп*

*У підлітковому віці серед дітей починають виділятися групи. Спочатку вони складаються з представників однієї підлоги, згодом виникає тенденція до об’єднання подібних груп в крупніші компанії або зборища, члени яких щось роблять спільно. З часом групи стають змішаними. Ще пізніше відбувається розділення на пари, так що компанія складається тільки із зв’язаних між собою пар.*

*Цінності і думки референтної групи підліток схильний визнавати своїми власними. У його свідомості вони задають опозицію дорослому суспільству . Багато дослідників говорять про субкультуру дитячого суспільства, носіями якої і є референтні групи. Дорослі не мають в них доступу, отже, канали дії виявляються обмеженими. Цінності дитячого суспільства погано узгоджені з цінностями дорослого.*

*Типова межа підліткової групи - надзвичайно висока конформність. До думки групи і її лідера відносяться некритично. Дифузне “я” потребує сильного “ми”, інакомислення виключене.*

*3. Відчуття дорослості*

*Об’єктивної дорослості у підлітка ще немає. Суб’єктивно вона виявляється в розвитку відчуття дорослості і тенденції до дорослості:*

*Емансипація від батьків. Дитина вимагає суверенності, незалежності, пошани до своїх таємниць. У віці 10-12 років діти ще намагаються знайти взаєморозуміння у батьків. Проте розчарування неминуче, оскільки цінності їх різні. Але дорослі поблажливі до цінностей один одного, а дитина - максималіст і не приймає поблажливості до себе. Розбіжності відбуваються в основному з приводу стилю одягу, зачіски, відходу з дому, вільного часу, шкільних і матеріальних проблем. Проте в найголовніше діти все ж таки успадковують цінності батьків. “Сфери впливу” батьків і однолітків розмежовані. Зазвичай від батьків передається відношення до фундаментальних аспектів соціального життя.*

*З однолітками ж радяться по частині “сьогохвилинних” питань.*

*4. Нове відношення до учення. Підліток прагне до самоосвіти, причому часто стає байдужим до відміток. Деколи спостерігається розбіжність між інтелектуальними можливостями і успіхами в школі: можливості високі, а успіхи низькі.*

*5. Дорослість виявляється в романтичних відносинах з однолітками іншої статі. Тут має місце не стільки факт симпатії, скільки форма відносин, засвоєна від дорослих (побачення, розваги).*

*6. Зовнішній вигляд і манера одягатися.*

***Емоційний розвиток підлітка***

*Підлітковий вік вважається періодом бурхливих внутрішніх переживань і емоційних труднощів. За наслідками опиту, проведеного серед підлітків, половина 14-річних часом відчувають себе настільки нещасними, що плачуть і хочуть кинути всіх і все. Чверть повідомила, що їм здається іноді, що люди дивляться на них, говорять про них, сміються над ними. Кожному 12-у в голову приходили ідеї самогубства.*

*Типові шкільні фобії, які зникли в 10-13 років, тепер знову з’являються в злегка зміненій формі. Переважають соціальні фобії. Підлітки стають соромливими і надають велике значення недолікам своєї зовнішності і поведінки, що приводить до небажання зустрічатися з деякими людьми. Іноді тривожність паралізує соціальне життя підлітка настільки, що він відмовляється від більшості форм групової активності. З’являються страхи відкритих і закритих просторів.*

***Уява і творчість підлітка***

*Гра дитини переростає у фантазію підлітка. В порівнянні з фантазією дитини вона більш творча. У підлітка фантазія пов’язана з новими потребами - із створенням любовного ідеалу. Творчість виражається у формі щоденників, твору віршів, причому вірші пишуть в цей час навіть люди без всякої крупиці поезії. “Фантазує зовсім не щасливий, а тільки незадоволений”. Фантазія стає на службу емоційного життя, є суб’єктивною діяльністю, що дає особисте задоволення. Фантазія обернена в інтимну сферу, яка ховається від людей.*

*Дитина не приховує своєї гри, підліток ховає фантазії як сокровенну таємницю і більш охоче признається в провині, чим виявить свої фантазії.*

*Є ще друге русло - об’єктивна творчість (наукові винаходи, технічні конструкції). Обидва русла з’єднуються, коли підліток вперше нащупує свій життєвий план. У фантазії він передбачає своє майбутнє.*

*Базальна потреба віку - розуміння. Щоб дитина була відкрита для розуміння, повинні бути задоволені попередні потреби.*

***Типи виховання***

*Описано декілька типів відносин батьків і підлітків:*

*1.* ***Емоційне відкидання.*** *Зазвичай воно приховане, оскільки батьки неусвідомлено пригнічують неприязнь до дитини як негідне відчуття. Байдужість до внутрішнього світу дитини, що маскується за допомогою перебільшеної турботи і контролю, безпомилково вгадується дитиною.*

***2. Емоційне потурання.*** *Дитина - центр всього життя дорослих, виховання йде за типом “кумира сім’ї”. Любов тривожна і недовірлива, дитину демонстративно захищають від “кривдників”. Оскільки винятковість такої дитини визнається тільки домашньою, у нього будуть проблеми у взаєминах з однолітками.*

***3. Авторитарний контроль.*** *Виховання - головна справа життя батьків. Але головна виховна лінія виявляється в заборонах і в маніпулюванні дитиною. Результат парадоксальний: виховного ефекту немає, навіть якщо дитина підкоряється: він не може сам ухвалювати рішення. Такий тип виховання спричиняє за собою одне з двох: або соціально неприйнятні форми поведінки дитини, або низьку самооцінку.*

***4. Потураюче невтручання.*** *Дорослі, ухвалюючи рішення, частіше керуються настроєм, а не педагогічними принципами і цілями. Їх девіз: трохи менше клопоту. Контроль ослаблений, дитина надана сама собі у виборі компанії, ухваленні рішень.*

*Самі підлітки оптимальною моделлю виховання вважають демократичне виховання, коли немає переваги дорослого.*

***Аномалії розвитку підлітків***

*Підлітковий вік - маніфестація тих аномалій особового розвитку, які в дошкільному періоді існували в латентному стані. Відхилення в поведінці властиві майже всім підліткам. Характерні риси цього віку - чутливість, часта різка зміна настрою, боязнь насмішок, зниження самооцінки. У більшості дітей з часом це проходить само собою, деяким же потрібна допомога психолога.*

*Розлади бувають поведінкові і емоційні. Емоційні переважають у дівчаток. Це депресія, страхи і тривожні стани. Причини зазвичай соціальні. Порушення в поведінці в чотири рази частіше бувають у хлопчиків.*

*Більшість батьків вважають, що в основі відмови дитини готувати уроки лежить звичайна лінь. Але часто та ж сама «ледача» дитина годинами щось майструє або читає, охоче миє посуд, пилососить квартиру, ліпить пиріжки. Виходить, справа не в природній ліні! А в чому ж?*

***В ПАНІЧНОМУ СТРАХУ НЕВДАЧІ***

*Страх настільки сильний, що він заважає дитині зосередитися, робить його поведінку хаотичною. Причому дитина, на відміну від дорослого, далеко не завжди усвідомлює те, що з нею відбувається. І від цього стає хаотичною ще більше.*

*А інші діти, навпаки, від страху розгальмовуються, частково або повністю відключаючись від того, що відбувається. Вигляд у них при цьому відчужений, майже безтурботний. На самій же справі дитина глибоко травмована шкільними невдачами, і, якщо вчасно цю травму не усунути, може розвинутися так званий «шкільний невроз». А він чреватий і нервовими зривами, і різними психосоматичними захворюваннями. Тому слід запастися терпінням і допомагати синові або дочці готувати уроки. Навіть якщо, на вашу думку, вони цілком здатні робити їх самостійно.*

***В ОБ’ЄКТИВНИХ ТРУДНОЩАХ***

*Якщо ваш син постійно ухиляється, наприклад, від занять по математиці, не поспішаєте навішувати на нього ярлик патологічного ледаря. Можливо, йому не дається логічне мислення. В цьому випадку, після того, як труднощі залишилися позаду, школяр зазвичай перестає ухилятися від уроків.*

***В БАЖАННІ ПРИВЕРНУТИ До СЕБЕ УВАГУ ДОРОСЛИХ***

*Таким дітям не вистачає батьківське тепло. Вони відчувають себе самотніми і розуміють, що шкільна неуспішність - це мало не єдиний спосіб викликати неспокій дорослих.*

*«Коли все нормально, мама мене не помічає. У неї дуже багато роботи», - чесно признався дванадцятирічний хлопчик, мати якого скаржилася на те, що син не сідає вдень за уроки, а чекає її приходу з роботи і потім цілий вечір «тягне гуму», не даючи їй ні хвилини спокою.*

*Погрози і покарання в даному випадку теж неефективні. Адже, по суті, виходить, що дитину карають за його жадання любові. Тому перш за все оточите сина або дочку теплом і турботою. Навіть якщо вам здається, що вони отримують все це з лишком.*

*Коли дитина робить уроки, присуньтеся до нього ближче, погладьте по голові, по спинці, пошепчіть на вухо що-небудь ласкаве і підбадьорююче. Часто дітям потрібна не стільки реальна допомога, скільки відкритий вираз батьківських відчуттів. Тому головне - не гарячитися і не вважати втраченим той час, який ви проведете, сидячи поряд з дітьми за письмовим столом.*

***В РОЗПЕЩЕНОСТІ***

*Тут головне дотримувати принцип «вранці гроші, увечері стільці». Наприклад, хоче син запросити приятеля - будь ласка, але раніше хай виконає домашні завдання. І ніяких авансів!*

*Профілактика «пофігизму»*

*Постарайтеся вселити дитині, що уроки - це його справа, бо вчиться він не для мами з татом і не для бабусі з дідусем. Батькам зазвичай здається, що, якщо дітям по сто разів не нагадувати про уроки, вони всі на світі забудуть. Але насправді це не так. Учні початкових класів ще дуже трепетно відносяться до всього, що пов’язане з школою. І признатися перед всіма, що ти не вивчив урок, їм набагато страшніше, ніж, скажімо, восьмикласникам, які часом навіть бравують своїм наплювацьким відношенням до навчання. Отже хай відчують наслідки власної безвідповідальності.*

*Хай пару разів сходять в школу з незробленою вправою з української мови або з невирішеним математичним завданням. Це набагато корисніше, ніж вам півдня тріпати собі нерви, благаючи чадо приступити до уроків і тим самим створюючи у нього враження, ніби він робить це тільки ради вас.*

*У питанні приготування уроків жорстко дотримуйтеся принципу «єдиної альтернативи». Так, домашні завдання - це справа дитини, і він може вибирати, робити їх чи ні. Проте за двійку, отриману в результаті невивчених уроків, слід позбавляти його якихось важливих життєвих благ. Тоді вибір на користь неробства виявиться невигідним, проте прямого примушення («Я кому сказала, марш за стіл»!) вдасться уникнути.*