

ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

С большим уважением и тактом к сложному внутреннему миру ребенка необходимо относиться всегда. Но в особо чутком отношении нуждаются дети, когда они вступают в подростковый возраст. Увы, именно в это переходное, трудное для ребенка время родители бросаются порой из одной крайности в другую. С одной стороны, слишком велика ещё инерция отношения к ребенку как к маленькому, целиком зависящему от нас, от нашей воли, слишком сильна привычка управлять каждым движением ребенка, желание руководить им безоговорочно, как и раньше. С другой стороны, многие родители, готовые предоставить своим детям самостоятельность, полностью выпускают их из-под контроля, не интересуясь, где, с кем и как проводят время сын и дочь, что их волнует, о чем они думают, к чему стремятся.

Становление – трудное дело. В подростке все меняется: поведение, взгляды, вкусы, интересы. В нём так много нового, неустойчивого, и потому ему совершенно необходимы помощь, поддержка, понимание.

«Уже не ребенок, но ещё и не взрослый» - эта характеристика подростка общеизвестна. Обычно её понимают упрощенно: «не ребенок» и «не взрослый». Отсюда и истоки постоянных конфликтов с подростком: требования к нему предъявляют: «Ты уже не ребенок», а прав ещё не дают: «Ты ещё не взрослый». На самом деле всё гораздо сложнее.

1. Физиологические изменения.

В ходе бурного роста и физиологической перестройки организма у подростка может возникнуть чувство тревоги, повышенная возбудимость, депрессия, многие из них порой начинают чувствовать себя неуклюжими, неловкими из-за несовпадения темпов роста разных частей тела и резкой смены его пропорций («гормональная буря», «скачок роста») Начинается половое созревание. Важно отметить, что даже у абсолютно нормальных подростков, возраст, в котором появляются первые признаки полового созревания, равно как и последовательность этих признаков, колеблется в значительных пределах. Это нередко ведет к мучительным переживаниям подростка, обусловленным тем, что уровень его физического и физиологического созревания

отличается от большинства сверстников.

2. Психологические изменения.

Подростковый возраст – переходный период от детства к взрослости. Этот период характеризуется выходом подростка на новую социальную позицию: сознательное отношение к себе как к члену общества.

Появление ЧУВСТВА ВЗРОСЛОСТИ

Основные моменты – самосознание, самопознание, самооценка, самореализация, появление острого интереса к самому себе. Подросток хочет разобраться в себе и в тех все более усложняющихся отношениях, которые связывают его с окружающим миром. Он познает себя в постоянном сравнении с другими людьми. Оценивает себя.

Он чувствует себя взрослым и стремится быть взрослым. Большая потребность в признании чувства взрослости.

Виды взрослости:

- Внешние атрибуты: одежда, прическа, косметика, курение. Самый легкий и самый опасный вид взрослости. При внешних признаках взрослости утрачиваются познавательные интересы и складывается специфическая установка на проведение времени.
- Подражание кумирам, которых они себе выбрали.
- Социальная зрелость. Сотрудничество ребенка и взрослого в разных видах деятельности, когда ребенок выступает в роли помощника взрослого.
- Интеллектуальная взрослость. Подросток стремится, что-то узнать, что-то уметь по максимальной шкале, стимулирует развитие познавательных интересов.

Но подростку приходится сталкиваться с тем, что у взрослых порой существует как бы 2 разных свода правил – для детей и для себя. И если маленький ребёнок спокойно живёт в рамках норм, установленных взрослыми, и не протестует против многочисленных «не ходи», «не говори», «не делай», то подростку в этих рамках тесно. Он чувствует себя более взрослым и самостоятельным и требует признания этого. Он обижается и негодует, когда с ним обращаются «как с маленьким», опекают, контролируют. Подросток хочет видеть со стороны взрослого уважение к себе, доверие, он ждет, что ему будет предоставлена самостоятельность.

Вот почему взрослым необходимо изменить отношение к подростку: увидев то, новое, что в нем появляется, в чем он уже стал взрослым, проявлять к нему больше доверия, уважения, такта. А если родители продолжают относиться к нему как к маленькому, он сам ломает ставшие тесными для него нормы отношений. Столкновения становятся систематическими и все более резкими, а негативизм подростка расширяется и углубляется. Ребёнок замыкается, уходит в себя («Огорчаюсь, если родители не понимают меня, мои переживания и заботы; они всё скрывают от меня, а в мои секреты вторгаются» - 8 класс).

Пока никакого места среди взрослых подростку не отведено и на первый план выступает общение со сверстниками. Основная ведущая деятельность – интимно-личностное общение со сверстниками. Оно становится главным. Отношения с товарищами находятся в центре жизни подростка, во многом определяя все остальные стороны его поведения. Для подростка важно не просто быть вместе со сверстниками, но и, главное, занимать среди них удовлетворяющее его положение.

Задача взрослого – помочь подростку взрослеть, быть рядом с ним. Подростку необходима совместная деятельность с взрослым, значит, у них должны быть общие интересы, увлечения.

Взрослый рядом – это значит, что у подростка есть надежный и опытный друг, который умело и тактично проведет его через все трудности. Взрослый друг рядом – это должно быть важнейшим условием воспитания и развития. Потребность во взрослом друге ощущается подростком очень остро. Он ищет такого друга в семье, в школе, в других сферах общения, а где он его найдет, кем он окажется – во многом зависит от нас, старших.

КАК СТАТЬ ИДЕАЛЬНЫМ РОДИТЕЛЕМ ПОДРОСТКА

Жизнь в семье с подростком похожа на парный танец со сменой ролей. Вы выступаете то в роли ведущего, то в роли ведомого, то в роли авторитета, то в роли «чайника», ничего не понимающего в современной молодёжной субкультуре. Причём роли эти — не маски (главное — ничего не «играть»), а реальная готовность родителя адаптироваться к постоянно меняющейся ситуации и настроению, гибкая позиция по отношению к мнениям и взглядам собственного ребёнка и уважение к ДРУГОЙ отдельной личности.

Вам придётся признать, что период «непререкаемого авторитета родителей» больше никогда не вернётся, поэтому перестаньте командовать и руководить. Это — абсолютно проигрышная стратегия взаимоотношений с любым подростком. Попробуйте заново «заслужить» былой авторитет. На этом пути необходимо руководствоваться тем, что ребёнок больше не верит абстрактным словам и декларациям, он АНАЛИЗИРУЕТ Ваши действия, стратегии, статус.

Попробуйте не только слушать ребёнка, но и наблюдать за его реакциями. Подчас его поза, жесты и мимика лучше говорят о его состоянии, чем привычный вербальный (словесный) подростковый протест. Задавайте себе вопрос: «ПОЧЕМУ он так неадекватно реагирует?», «Что я могу сделать, чтобы сгладить противостояние?». Поверьте, он не хочет бороться, он хочет разобраться и приглашает Вас последовать за ним.

Не планируйте конкретного результата «воспитательного воздействия», и не заикливайтесь на нём. Он всё равно будет другим. Ведь это ПАРНЫЙ танец взаимоотношений (см. п. 1). Вы задумывали одно, а получилось совсем другое — радуйтесь. Ваш ребёнок избавил Вас ещё от одного стереотипа. Таким образом, он способствует Вашему личностному росту, провоцируя спонтанность реакции.

Помните, что одной из особенностей подросткового возраста является потребность в риске, порой не очень оправданном, продиктованном желанием самоутвердиться. Если Вы ещё этому не научились, время пришло. Не бойтесь рисковать вместе с ребёнком, но на своей территории. Чем более настойчивы и находчивы Вы будете в своём желании опробовать НОВЫЕ способы взаимодействия с ребёнком, тем скорее Вы начнёте

говорить с ним на одном языке. Главное, сделать так, чтобы подросток не переставал удивляться Вашей изобретательности.

Сохраняйте чувство юмора и пытайтесь передать ребёнку хотя бы небольшую часть своего оптимизма. Дело в том, что все происходящие с ним изменения как физические, так и духовные, Ваш подросток воспринимает очень трагично. Если Вы сами тоже начинаете застревать на анализе и разборе детских проблем и перспектив их разрешения, то ситуация дома становится похожей на непрерывное производственное совещание. Для того, чтобы лучше увидеть ситуацию, отстранитесь от неё и попробуйте посмотреть на неё с изрядной долей юмора. «Большое видится на расстоянии», желательно с более лёгких и оптимистичных позиций. Не стоит шутить над эмоциями подростка, гораздо эффективнее иронизировать над самой ситуацией. Шутка поможет немножко разрядить обстановку.

Старайтесь «фильтровать» информацию, поступающую к Вам из СМИ и литературы по проблемам подросткового возраста. Во-первых, она сама далека от идеала в плане глубины анализа. Во-вторых, хорошим тоном публикаций последних лет стали «страшилки». Поверьте, что далеко не всё, что Вы прочли, относится именно к Вашему ребёнку. Попробуйте, как бы, примерить прочитанное на него, и Вы увидите, что «костюмчик» не всегда приходится впору. Далеко не все «ужастики», которые случаются с подростками, обязательно должно произойти с Вашим ребёнком.

Вспомните о тех семейных ценностях и традициях, которые существуют в Вашей семье. Проанализируйте, что из этого багажа стало общим для Вас и Вашего ребёнка, а где проходит очевидный водораздел. Это будет сопоставление и сравнение двух точек зрения на извечный ценностный вопрос: «Что такое хорошо, и что такое плохо?». Морально-нравственные и этические ценности нельзя механически передать, а уж, тем более, навязать, они формируются и становятся своими или остаются чужими в период всего детства. И если, какие-то, очень значимые для вас ценностные ориентиры, оказались для ребёнка в списке чужих, не хватайтесь за голову и не «пилите». Подумайте, не как рассказать и продекларировать, а как показать и убедить в преимуществах того или иного качества или свойства. Проанализируйте, что бы могли Вы позаимствовать у ребёнка, чему могли бы поучиться.

Одно из главных стремлений подростка — стремление к самостоятельности. Но самостоятельность предполагает полную ответственность за себя и посильную за жизнь семьи. Основная проблема заключается в том, что подросток стремится к ответственности только там, где она ему выгодна. Ваша же задача научиться делиться

своей ответственностью с ним и в других «маловыгодных», на первый взгляд, областях. Вам необходимо дать ему понять, что всё, что происходит в его жизни и в жизни семьи, происходит теперь не только благодаря Вам или по Вашей вине, как это было в раннем детстве, но и благодаря/вопреки его действиям.

Подросток — не глина, да и Вы — не скульптор. К сожалению, Вам не под силу вылепить скульптуру «идеального» ребёнка, воплощающую все Ваши устремления, мечты, фантазии и амбиции, из реального сына или дочери. У него -совсем другое «идеальное Я». Ваша цель — помогать ему меняться и взрослеть, исходя из его реальных устремлений и целей.

Помогайте ребёнку сделать конкретные шаги к его целям. Это — очень важно для самоопределения. Поскольку в подростковом возрасте цели глобальны, а возможности ещё немножко отстают, то его «идеал» так и может остаться в области мечтаний о несбыточном. Помогите ребёнку поверить в свои силы, и, если это необходимо, разработайте вместе стратегию достижения результата. Помните, что ведущая роль в подобной работе и ответственность за неё принадлежит ему, Вы — лишь «аксакал», способный поделиться собственным опытом по запросу ребёнка.

Подростковый период — это настолько интенсивный этап изменений в жизни ребёнка, что он поглощает его целиком. Дайте возможность подростку почувствовать непрерывность жизни и непрерывность изменений и саморазвития, а данный этап лишь как ещё одну, возможно, самую сложную и реальную, ступеньку к взрослой жизни. Покажите взаимосвязь и взаимовлияние детского жизненного опыта (прошлого), бурных изменений (настоящего), и самоопределения (будущего), ведь жизненный сценарий — это результат, объединяющий в себе все компоненты.

Научите ребёнка не бояться собственных ошибок и относиться к ним как к, возможно, не самому приятному, опыту для последующего анализа. Банальное: «не ошибается только тот, кто ничего не делает» помогает это осознать. Желательно показывать опыт «падений и взлётов» на примерах из собственной жизни и жизни других значимых для ребёнка людей, а не на постоянном проговаривании и бесконечном «разборе его полётов».

Обратите внимание подростка на то, что любому человеку свойственны внутренняя противоречивость, неоднозначность, конфликт желаний и мотивов поведения. Понятия

добро/зло, неудачник/победитель, свобода/зависимость, воля/безволие, правда/ложь и т.д. подчас бывают столь относительны, неоднозначны и непостоянны, что каждая новая ситуация и в жизни взрослого человека требует их проверки, анализа, а иногда и полного пересмотра. Тогда с ними уже легче справиться, поскольку из ряда уникальных и личностных проблем они переходят в ранг универсальных. Позиция «все через это проходят» гораздо меньше уязвима и более защищена, чем позиция «я такой непоследовательный».

Самопознание — прерогатива любого думающего и чувствующего человека, независимо от того, каков его возраст и статус. Связанные с этим чувства и эмоции, впервые возникшие — это только отправная точка, точка отсчёта на этом долгом, сложном, но таком захватывающем пути.