



Підлітки: від дитинства до дорослості

Що треба знати про період дорослішання

Наталія ХАРЧЕНКО, старший науковий співробітник Інституту проблем виховання НАПН України, м. Київ

Підлітковий вік — це один зі складних і водночас важливих періодів у розвитку та становленні особистості. Він є сензитивним для формування різних особистісних якостей.

Зазвичай підлітковий вік характеризують як переломний, перехідний, критичний, тому він є одним із найскладніших у процесі становлення.

Це час остаточного формування особистості.

Це пора пошуку, життєвих виборів, самопізнання, утвердження ідеалів, саме в цей період вибудовується програма життя.

ДЖЕРЕЛА САМОПІЗНАННЯ

Психолог Ерік Еріксон вважав підлітковий вік найважчим періодом у житті людини, підкреслюючи його психологічну напруженість. Основна проблема цього вікового періоду виявляється в конфлікті між відчуттям ідентичності, що формується, та рольовою невизначеністю підлітка.

Тому основне завдання підліткового віку — формування ідентичності та пошук відповідей на запитання «Хто я?», «Який мій подальший шлях?»

У цей період спостерігають складні й суперечливі зміни, які виявляються у фізичному, розумовому, моральному, соціальному та духовному розвитку особистості.

Водночас, якби розвиток особистості був тільки кількісним накопичуванням певних змін, за такого розуміння не було б місця для якісно нових рівнів. Кожен віковий етап характеризується появою специфічних новоутворень, які свідчать про подолання певної віхи в процесі дорослішання.

Ще одним джерелом розвитку самопізнання підлітка є оцінка іншими людьми його поведінки, діяльності та якостей.

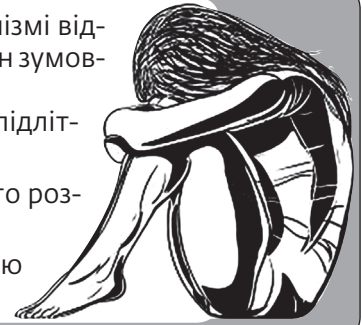
Суспільна оцінка виконує дві функції у формуванні самосвідомості: по-перше, вона виступає критерієм відповідності поведінки підлітка вимогам соціуму, вказує підлітку на характер його взаємин із оточенням і, тим самим, визначає його поведінку та ставлення до самого себе як суб'єкта поведінки; по-друге, суспільна оцінка допомагає підлітку виділити певну якість із конкретних видів поведінки й діяльності та зробити її предметом свідомості та оцінки самого підлітка.

з кожним номером!



Поряд зі складними анатомо-фізіологічними змінами в організмі відбувається інтенсивний розвиток психіки підлітка. Вияв цих змін зумовлений низкою об'єктивних причин, а саме:

- розбіжністю між вимогами, які висуває суспільство перед підлітками, та їхніми можливостями, правами та обов'язками;
- надзвичайно швидким темпом змін психічного та фізичного розвитку;
- зміною емоційної сфери підлітка, що впливає на регуляцію його поведінки та діяльності.



ФОРМУВАННЯ ЖИТТЕВОЇ ПОЗИЦІЇ

Характеризуючи підлітковий вік, Людмила Божович зазначала, що в цей період розвиваються процеси самосвідомості та самовизначення підлітка, які формують його життєву позицію, перебудовується ставлення підлітка до самого себе та навколишнього світу. Для ставлення до себе вирішального значення набуває

формування внутрішньої позиції особистості. Ця позиція складається з того, як підліток на основі свого попереднього досвіду, своїх можливостей, своїх потреб та мотивацій ставиться до тієї позиції, яка для нього є актуальною в житті в конкретний момент та яку позицію він хоче займати в майбутньому.

САМОПОВАГА ТА ГІДНІСТЬ

На особливу увагу заслуговує самоповага як важливий компонент самосвідомості підлітка. Це поняття об'єднує і задоволеність собою, і прийняття себе, і позитивне ставлення до себе, і узгодження свого наявного та ідеального Я. Самоповага вказує, якою мірою підліток вважає себе спроможним, значущим, успішним та гідним.

Взаємини підлітків виступають чинником, який може суттєво впливати на становлення особистості та формування в неї власної гідності, оскільки цей віковий період пов'язаний із бажанням самоствердитися в очах оточення (особливо серед однолітків та дорослих), здобути повагу інших.

Це ціннісне судження, яке виражене в установках індивіда до себе. Людина з високою самоповагою вважає себе не гіршою за інших, вірить у себе і в те, що може перебороти свої недоліки.

Підліток досить вразливо реагує на посягання на свою гідність у колі однолітків. Хоча варто зазначити, що нерідко гідність у підлітків залежить від авторитету, який вони завойовують у колі ровесників. Прагнення мати авторитет, повагу серед однолітків підлітки часто розуміють як відповідність очікуванням інших.

У підлітковому віці починають розвиватися ті внутрішні процеси, які призводять до формування самостійних та стійких поглядів, оцінок, щодо стійкої системи ставлень підлітків до людей навколо та до себе.

Прагнення заслужити авторитет інколи спонукає підлітка до того, що він готовий поступитися своїми поглядами та переконаннями, здійснювати вчинки всупереч власним моральним цінностям.

У цьому віці активно формується самосвідомість особистості, виробляється власна незалежна система еталонів самооцінювання й самоставлення.

У таких ситуаціях підліток опиняється перед складним моральним вибором і саме власна гідність може виступати тим регулятором поведінки, який зможе спрямовувати подальший розвиток особистості, допоможе виробити систему критеріїв оцінювання поведінки підлітка.

Підліток починає усвідомлювати свою особливість і неповторність, у свідомості відбувається поступова переорієнтація із зовнішніх оцінок (переважно батьківських) на внутрішні.

Формуємо освіту



СПІЛКУВАННЯ ЯК ПОТРЕБА

У підлітковому віці, як підкреслює психолог Артур Реан, набуває виняткового значення спілкування з однолітками, що стає гострою потребою підлітка та пов'язане з його багатоманітними переживаннями. Спілкування з товаришами — джерело не лише появи нових інтересів, а й становлення норм поведінки.

Це пов'язано з тим, що серед підлітків виникають певні вимоги до дружніх відносин — до чуйності, вміння зберігати таємницю, розуміти та співпереживати. Саме в цей період підліток починає цінувати власні взаємини з однолітками.

Досвід спілкування, який підліток отримує в цей період, відіграє важливу роль у його подальшому самостійному житті. Окрім цього, спілкування виконує й інші специфічні функції:

- спілкування з однолітками сприяє напрацюванню навичок соціальної взаємодії, відчуттю своєї приналежності до групи;

- спілкування є особливим каналом інформації, яку вони можуть отримати лише в спілкуванні з однолітками і яка закрита у процесі спілкування з дорослими.

Задовольняючи потребу в спілкуванні, підліток переживає почуття автономії від дорослих, захищеності, впевненості та емоційного комфорту.

САМОТВЕРДЖЕННЯ МОЛОДШИХ І СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

Саме цей віковий період є сензитивним для вирішення завдань, котрі пов'язані із самоствердженням особистості. Їх вирішення в цьому віці стає життєвою необхідністю, що виражено в прагненні не лише знайти сферу самоствердження, але й зайняти певну позицію.

Самоствердження підлітків набуває різних форм вираження в межах цього вікового періоду. Для молодших підлітків важливо зайняти гідну позицію серед ровесників.

Для старших підлітків важливо самоствердитися для себе, а вже потім — в очах інших. Цей

процес відбувається за вектором злиття з групою, групової підтримки та єдності з групою, однак із часом ситуація змінюється: підліток шукає не просто групу, а колектив однодумців.

Навіщо потрібно самоствердження? Особистість, яка здатна до самоствердження в напрямках самореалізації, саморозвитку, зможе вільно й успішно поводитися в різноманітних сферах життєдіяльності, самостійно та нетрадиційно мислити, сміливо розробляти власні стратегії поведінки, здійснювати моральний вибір і нести відповідальність за свої дії та власний розвиток.

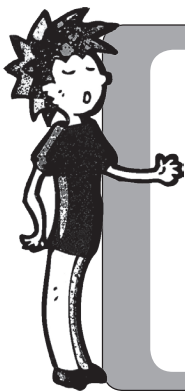
ЩО ПІДЛІТКИ ОЧІКУЮТЬ ВІД СПІЛКУВАННЯ Й ДРУЖБИ?

Найбільш важливим та суттєвим для підлітків у взаємодії з однолітками виявилися взаємопідтримка, допомога, впевненість у друзях, захист друга за його відсутності (що є своєрідним виявом гідності та захист гідності друга), емоційний комфорт у спілкуванні, зберігання таємниць.

Водночас, від інших підлітки очікують на повагу до свого внутрішнього світу, визнання своєї автономії, відсутність повчання та критики.

Дружба стає однією зі значущих цінностей у цьому віці. Саме через дружбу підліток за-

Зображення з: freepik.com



Саме в період переходу до «дорослого» світу власна гідність може набувати в підлітків гіперчутливого характеру. У підлітковому віці особистість прагне зрозуміти, що означає бути дорослим, проводить паралелі між вчинками дорослих і своїми.

Підліток зауважує прорахунки та помилки дорослих, нестерпно ставиться до спроб принизити його. Посягання на свою честь і гідність є однією з найболючіших проблем для підлітка. Саме тому він бурхливо реагує на нетактовні зауваження дорослого в присутності друзів, вважаючи це приниженням своєї особистості.

з кожним номером!



своює такі риси взаємодії людей, як співпраця, взаємодопомога, взаємовиручка, ризик заради іншого тощо. Належність до групи сприяє задоволенню багатьох потреб підлітків.

Для підлітків молодшого віку велике значення має можливість розділити зі своїми друзями

спільні інтереси, також важливі для них вірність, чесність і чуйність.

Старші підлітки орієнтовані на пошук такого контакту, який допоміг би їм знайти однолітка, здатного зрозуміти їхні почуття, думки, ідеї, який забезпечив би емоційну підтримку в подоланні різних проблем, пов'язаних із віковим розвитком.

ВІДЧУТТЯ ДОРΟΣЛОСТІ

Однією з важливих особливостей підліткового віку, на яку звертають увагу і вітчизняні, і зарубіжні дослідники, є відчуття дорослості, що його Л. Виготський запропонував виокремити як одне з головних новоутворень само-свідомості підлітка.

Підліток, якого уже не влаштовує роль «дитини», намагається дещо розширити свої межі, прагне діяти та виглядати, як дорослий, мати його права й можливості.

Для підлітка це — період «входження» у світ дорослих, де він намагається зайняти місце дорослого в системі реальних взаємин між людьми. У нього розвивається потреба в суспільному визнанні, відбувається усвідомлення не лише своїх прав, а й обов'язків, формується готовність до функціонування в дорослому

світі, бажання виявити себе, перевірити свої можливості.

Це спонукає підлітка до усвідомлення своєї соціальної приналежності, загострює його потреби в самовизначенні та самореалізації.

Такий перехід зі світу дітей у світ дорослих супроводжується для підлітка випробуваннями в пошуках власного шляху в новому для нього світі та пов'язаний з певними труднощами, з якими він стикається. Так, психолог Мішель Кле, зазначає, що основна складність полягає у прагненні підлітків до визнання власної дорослості з боку оточення, хоча насправді самі ще не відчувають себе дорослими повною мірою.

Відбувається переорієнтація з норм і цінностей «дитячого» світу на норми й цінності «дорослого» світу.

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ: САМООЦІНКА ТА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЗА СЕБЕ

Гендерна ідентичність є одним із елементів самосвідомості, який впливає на засвоєння підлітком норм поведінки та формування його особистісних характеристик та визначає різницю у виявах особливостей сприйняття та поведінки.

Постійна зміна образів мужності та жіночності, які багато в чому протягом років змінилися та продовжують змінюватися, створює певні труднощі для підлітка, який намагається інтегрувати різні соціальні ролі та зразки поведінки. Вибудовуючи «Я-образ», підліток не обмежується пасивним засвоєнням гендерних норм та ролей, а намагається самостійно й активно осмислити та сформулювати власну гендерну ідентичність.

Складові частини «Я-образу» хлопчика та «Я-образу» дівчинки виникають на основі усвідомлення дитиною оцінок її іншими людьми,

а згодом — на основі співвідношення власних оцінок та оцінок інших людей.

Згідно дослідженнями психологів, існує певна залежність між показниками впевненості в собі та статтю: загальні тенденції свідчать про те, що хлопчики загалом більш впевнені в собі та мають менший рівень тривожності, ніж дівчатка.

Характерно, що в дівчат підліткового віку більшою мірою виражені зміни емоційного плану: підвищена образливість, плаксивість, безпричинна зміна настрою, у хлопців — зміна поведінки та рухових реакцій. Їхні дії супроводжують супутні рухи рук, ніг, тулуба (не можуть сидіти спокійно, щось крутять у руках тощо).

Оскільки дівчата емоційніші за хлопців, для них емоційне тло різних ситуацій є більш значущим, ніж для хлопців.

Формуємо освіту



Дослідження Е. Маккобі доводять, що дівчата частіше за хлопців говорять про негативні емоції та, загалом, не соромляться демонструвати свої емоційні реакції. Окрім того, дівчата більше хлопців цінують свої соціальні якості — сензитивність та міжособистісну гармонію.

Прагнення до автономних досягнень більш помітне в дівчат, ніж у хлопців. Хлопці, своєю чергою, віддають перевагу колективним справам.

Щодо стійкості самооцінки підлітків, психологи доводять, що самооцінка є більш стійкою у хлопців, ніж у дівчат.

Щодо гендерних відмінностей викликають інтерес дослідження локус-контролю характеру відповідальності людини за свою долю. Вважають, що локус-контроль може бути інфернальним (внутрішнім) (коли людина приймає відповідальність за події у своєму житті на себе та бачить їхні причини у своїй поведінці та особистісних характеристиках) та екстернальним (зовнішнім) (коли відповідальність за те, що з нею відбувається, людина приписує зовнішнім чинникам — іншим людям, долі, випадку тощо).

Вважають, що чоловіки — переважно інтернальні, а жінки — екстернальні. Однак, метааналіз Мея Фейнгольда засвідчив відсутність

Психолог Тетяна Бендас виділяє 4 чинники, які впливають на статеві відмінності за стійкістю самооцінки:

1. Міра відкритості у взаєминах

Хлопці не розкривають своїх особистих думок та почуттів батькам або одноліткам так легко, як це роблять дівчата.

2. Реакція на зворотній зв'язок

Хлопці не реагують на негативний зворотній зв'язок, але реагують на позитивний. Дівчата ж — більш чутливі й, відповідно, реагують і на позитивний зворотній зв'язок, і на негативний. «Нечуттєвість» хлопців створює міцний захист від образ та невдач, хоча й може стати причиною проблем у взаєминах.

Така реакція хлопців допомагає їм відчувати свої потенціальні можливості, незалежно від суджень інших, а дівчатам чутливо реагувати на зміну ситуації.

3. Стрес, пов'язаний із взаєминами з близькими людьми

Різниця між дівчатами та хлопцями полягає в тому, що взаємини з близькими людьми дів-



чатка сприймають чутливіше та відкритіше. Інколи занижена самооцінка дівчат може зумовлювати переживання через погіршення взаємин із близькими людьми (наприклад, коли близька людина не бажає примирення або не вибачає образу). У хлопців подібна ситуація не так сильно впливає на самооцінку.

4. Захисні механізми (компенсаторна поведінка, стратегії самопрезентації та самопосилення)

Отримавши певний негативний зворотній зв'язок від інших про свої якості чи можливості, люди, зазвичай, застосовують стратегію «самопосилення після тривоги» (це виявляється в намаганні підтримати себе, запевнити в цінності власної особистості).

За таких обставин дівчат найбільше пригнічують ситуації, у яких піддається сумніву їхня здатність будувати хороші взаємини з іншими, а хлопців — зазіхання на їхню незалежність. Загалом хлопці є більш захищеними, оскільки менше звертають увагу на те, що може заподіяти шкоду їхній самооцінці.



розбіжностей на локус-контроль у чоловіків та жінок. Хоча відсутність розбіжностей не означає тотожності.

Утім багато поведінкових відмінностей між хлопчиками та дівчатами, які на перший

погляд не викликають сумніву, насправді зумовлені груповою та контекстною приналежністю. Велика кількість досліджень щодо особливостей особистості за статевою ознакою виявили досить незначну диференціацію між статями.

СПЕЦИФІКА ВИХОВАННЯ ПІДЛІТКІВ

Саме в цей період для підлітка набуває особливої актуальності визначення життєвих цілей і засобів їх досягнення, прагнення до самоаналізу, самостійного критичного мислення та моральної оцінки своїх вчинків і явищ суспільного життя.

Специфіка виховання підлітків обумовлена певною внутрішньою дисгармонією та суперечливістю в поведінці. Це виявляється, з одного боку, у глибокому розумінні громадського обов'язку, честі, демонстрації зразків дисциплінованості, а з іншого боку — в порушенні елементарних норм людського співжиття, демонстрації безвідповідальності, соціальної незрілості, надмірному прагненні до самоствердження.

Загалом, на думку дослідниці Ірини Булах, зростання особистості сучасного підлітка супроводжується низкою типових та специфічних властивостей:

- появою нової мотивації — глобального інтересу до власної особистості, особистісної

рефлексії як здатності до самоаналізу власних якостей, емоційно-ціннісного самоставлення як осмислення цілого світу нових власних емоцій та почуттів;

- виникненням особистісної саморегуляції як здатності довільно приймати й реалізовувати рішення;
- рольовим самовизначенням індивіда як представника референтної групи через прийняття певної рольової й моральної позиції;
- прагненням відійти від об'єктивної моралі й створити суб'єктивну (автономну) мораль;
- інтересом до моральних якостей власної особистості;
- вимогливістю до однолітків і до себе в дотриманні слова, обіцянок та виконанні обов'язків;
- усвідомленням власної наступності як здатності схоплювати реальне (взаємини, поведінку) та потенційне (ідеальне, належне).

Отже, у підлітковому віці починають розвиватися ті внутрішні процеси, які призводять до формування самостійних та стійких поглядів, оцінок відносно стійкої системи ставлень підлітків до оточення та самих себе.

Використані джерела

1. Безкоровайна О. В. Теоретико-методичні засади виховання культури особистісного самоствердження в ранньому юнацькому віці : дис. д-ра пед. наук : 13.00.07; Рівнен. держ. гуманіт. ун-т. Рівне: [б. в.], 2010.
2. Бендас Т. В. Гендерная психология: Учебное пособие. Санкт-Петербург: Питер, 2006.
3. Булах І. С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків : дис. д-ра психол. наук: 19.00.07. Київ, 2004.
4. Колесов Д. В., Мягков И. Ф. Учителю о психологии и физиологии подростка. Москва: Просвещение, 1986.
5. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2003.

