

## МЛАДШИЙ ПОДРОСТОК И ЕГО ОСОБЕННОСТИ

*Подростковый возраст - возраст стремительного развития физических и умственных сил.*

*Начало анатомо-физиологической перестройки организма младшего подростка. Первые признаки возникновения чувства взрослости. Склонность к самоанализу.*

*Начало перестройки взаимоотношений подростка с товарищами, особенности отношений мальчиков и девочек. Подросток и взрослые. Воспитание у учащихся умения анализировать и правильно оценивать свои поступки.*

*Особенности поведения младших подростков. Влияние на их поведение повышенной утомляемости.*

*Некоторые общие условия успешного воспитания подростков в семье: учет психических и физиологических особенностей, знание основных показателей функциональных расстройств в организме ребенка; сочетание уважения личности подрастающего человека с требовательностью к нему, согласованность воздействий семьи и школы.*

**Форма проведения** - беседа, консультация.

У вас в семье растет подросток. Это действительно ко многому обязывает. Он может оказаться «трудным», если вы не поймете, что ваш милый, славный, послушный ребенок, который еще вчера ходил во второй, третий класс, держась за вашу руку, и послушно выполнял ваши распоряжения, наставления, прилежно делал домашнее задание, а в минуту радости мог подскочить к вам, обнять, при всех поцеловать, приласкаться - сегодня уже не тот. Он сердито выдергивает руку, когда вы по старой привычке пытаетесь взять ее, чтобы перейти дорогу, с возмущением протестует против категорических распоряжений, с раздражением отклоняется от нежных родительских объятий (особенно при свидетелях).

Не удивляйтесь, не огорчайтесь, не возмущайтесь... У вас в семье растет подросток. Непослушание, своеволие, упрямство отнюдь не представляют собой обязательных особенностей подросткового возраста. Лишь как следствие ошибочного подхода к подростку, когда не учитываются его психологические особенности, как результат непродуманных воспитательных воздействий, возникают конфликты и кризисы, ни в коей мере не являющиеся неизбежными. Так, непонимание воспитателями истинных мотивов поведения подростка, реагирование лишь на внешний результат его действий приводят его к сопротивлению воспитательным воздействиям.

В то же время мир воспринимается и осваивается подростком прежде всего с помощью взрослых. Подростку необходимо общение со взрослыми, совместная с ними деятельность. И эти взрослые, в том числе и родители, должны знать особенности подросткового возраста, учитывать его своеобразие.

Если родители знают об этих особенностях, готовы к встрече с ними, их ждет радость общения с этим особым «народом», идущим по пути мужания и социального созревания. Если нет - неизбежны конфликты, бессонные ночи, сердечные мучения и состояние бессилия, страшнее которого трудно что-либо придумать.

Само слово «подросток» указывает на основную тенденцию развития как внутреннего мира, так и внешнего облика детей этого возраста. С физиологической точки зрения этот период характеризуется:

- интенсивным ростом;
- резким повышением функции обмена веществ;
- усилением деятельности желез внутренней секреции.

В эти годы рост увеличивается на 5-8 см, причем девочки растут быстрее в 11-12 лет и поэтому в это время кажется, что мальчики меньше ростом. Мы хорошо знаем, каким нескладным, угловатым выглядит подросток. Это объясняется неравномерным

физическим развитием: особенно интенсивно происходит рост скелета и конечностей в длину, а грудная клетка в развитии отстает. Подросток осознает свою угловатость; старается замаскировать свою нескладность - принимает порой неестественные, вычурные позы, пытается бравадой и напускной грубостью отвлечь внимание от своей наружности. Даже легкая ирония и насмешка в отношении его фигуры, позы или походки вызывают часто бурную реакцию: подростка угнетает мысль, что он смешон и нелеп в глазах людей.

Увеличение роста, мышечной силы с радостью воспринимаются подростком как явные признаки его взрослости. Вместе с тем работа сердца, легких, кровоснабжения мозга не обеспечивают полноценную работу организма в целом. Отсюда быстрая и внезапная смена состояний и настроений подростка: то он с энтузиазмом и азартом берется за трудную физическую или умственную задачу и может работать, забыв о времени и усталости, то вдруг сникает, чувствует слабость, головокружение, упадок сил. Мы порой не замечаем или не понимаем таких неровностей поведения, нас обескураживает и непомерный азарт, и необъяснимая усталость ребенка. И мы чаще всего, раздражаясь, говорим: «Конечно, гонять в футбол — так в первых рядах, а дело делать не допросишься».

Усиленный рост органов и тканей предъявляет свои особые требования к сердечно-сосудистой системе. Интенсивный рост сердца приводит ежегодно к его увеличению на четверть. Сосуды же в своем росте несколько отстают, именно поэтому у подростков часто повышается кровяное давление, так как возрастающая нагнетательная сила сердца встречает сопротивление со стороны еще относительно узких кровеносных сосудов. Исключительную перестройку в подростковом возрасте претерпевают железы внутренней секреции. Изменения здесь настолько значимы, что ученые склонны описывать их, как настоящую «гормональную бурю». Под влиянием гормонов - физиологически активных веществ, вырабатываемых железами внутренней секреции, происходит бурное физическое развитие организма, под их же влиянием идет половое созревание, окончательно формируются органы, а также вторичные половые признаки.

Физиологическая перестройка организма подростков сопровождается повышенной утомляемостью. Вначале появляется повышенная двигательная активность, а затем сильная возбудимость или сопливость. Ясно, что все это неблагоприятно сказывается на его поведении. По наблюдениям ученых, у младших подростков в утомленном состоянии (чаще во второй половине дня) наблюдаются немотивированные поступки, поединки, стремление поступать вопреки чужой воле, упрямство, проявления раздражительности. Так, в известной книге «О подростках» А. И. Краковский пишет: «В период обучения в 5 классе упрямиться стали учащиеся в среднем в 6 раз чаще, чем наблюдалось в 4 классе; в 10 раз возросло количество случаев противопоставления себя учителям; в 7 раз увеличилось число ребят, в поведении которых проявилось стремление поступить вопреки чужой воле; в 9 раз чаще наблюдалось бравирование недостатками и в 5 раз чаще - своеволие; наконец, в 42 раза больше стало недостаточно мотивированных поступков». Мы должны учитывать, что подросток впадает в это состояние не по своей вине и не по своей воле, чаще всего он и не осознает своего состояния, а мы с вами не вправе требовать от него способности к исчерпывающей и постоянной самооценке.

Одно из самых существенных мест во внутренней позиции подростка занимает чувство взрослости. Впервые возникшее в этом возрасте, оно доставляет немало хлопот и неприятностей как учителям, так и родителям. Чувство взрослости выражается в отношении подростка к себе как к взрослому и желании утвердить свою взрослость. Он претендует на такое же отношение к нему окружающих, проявляет желание оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства взрослых, отстаивает свои взгляды и убеждения, несмотря на противодействие взрослых. Чувство взрослости вызывает стремление подростков к самостоятельности и известной независимости, отсюда - их болезненная чувствительность к оценкам взрослых, острая реакция на попытки взрослых (действительные или кажущиеся) умалить их достоинство, игнорировать их взрослость,

недооценить их права. Подросток добивается того, чтобы взрослые считались с его мыслями, взглядами, уважали их, причем не только на словах, но и на деле. Отношение к нему старших, как к «маленькому», глубоко обижает его. «Борьба за независимость» подростка не означает, что родителям надо резко прекратить свое руководство. Подросток ведь «борется» не против родителей, а против своей зависимости от них. Он должен понять позицию своих родителей в том или ином случае, чтобы иметь к ней свое отношение. Все подростки осознают, что они нуждаются в руководстве, но они редко говорят об этом своим родителям. В то же время родители должны понимать необходимость разумного обсуждения с детьми некоторых вопросов. Важно, чтобы родители проявляли уверенность в своих детях, проявляли в общении с ними тактичность и находчивость. Подростков нужно освобождать от мелочной опеки, излишнего контроля, навязчивой заботливости, назойливого руководства, того, что было в какой-то мере оправданно по отношению к дошкольнику или младшему школьнику. По отношению к подростку необходимо отказаться от злоупотреблений тоном категорических распоряжений и приказов, безоговорочных и безапелляционных. С подростком лучше разговаривать тоном убеждения, совета, просьбы.

Одним из самых важных моментов в развитии личности подростка является формирование у него самосознания, потребности осознавать себя личностью. В младшем возрасте нет желания оценить себя. «Что я за человек?», «Какая от меня польза?», «Что у меня хорошего?», «Какие у меня недостатки?». У подростка возникает интерес к себе, к своей внутренней жизни, к качествам собственной личности, потребность в самооценке, в сопоставлении себя с другими людьми. Он начинает всматриваться в самого себя, как бы открывая для себя свое «я», стремится познать сильные и слабые стороны своей личности. На первых порах в основе самосознания подростка лежат суждения о нем других - взрослых, родителей, коллектива товарищей. Младший подросток словно смотрит на себя глазами окружающих. Особенность самосознания младших подростков заключается также в том, что хотя они стремятся понять самого себя, они еще не умеют достаточно глубоко анализировать свои поступки, свои успехи и неудачи. Поэтому каждый неуспех часто вызывает у подростка чувство неуверенности и даже переживание своей неполноценности. Поэтому для подростков характерна недостаточная устойчивость переживаний, намерений и оценок. Этими же особенностями самосознания объясняется повышенная чувствительность подростков к тому, как относятся к ним окружающие, их «ранимость», выражающаяся в обидчивости, упрямстве, вспыльчивости, а иногда в грубости и резкости. Именно это является причиной возникновения уже с 5-го класса частых конфликтов, вспыхивающих между детьми, а чаще между детьми и взрослыми. Очень важно правильно оценивать личность подростка, чтобы не вызвать у него двух противоположных, но одинаково отрицательных переживаний - чувства превосходства над другими и чувства неполноценности.

Интерес к своей личности не ослабляет у подростка интереса к внешнему миру. Напротив, в этом возрасте у детей укрепляются связи с коллективом, товарищами. Для подростков характерно определенное отчуждение от взрослых и усиление авторитета группы сверстников. Резко выраженное стремление занять достойное место, утвердить себя приводит не всегда к положительному результату, и если у подростка не получается решить эти задачи в классе, он непременно будет искать другие пути. Помочь найти себя и занять адекватное место могут взрослые.

В этом возрасте ярко проявляется стремление к общению с товарищами, стремление к жизни в коллективе сверстников. Для младших подростков характерно заметное развитие чувства личной дружбы, настоящей потребности в дружеском общении. «Не представляю себе жизнь без дружбы», «Дружба - это самое лучшее, что может быть у человека», - считают подростки. Мотивы дружбы становятся более глубокими. Дружат уже не только потому, что сидят за одной партой или живут в одном доме, как это часто бывает у младших школьников, а на почве общих интересов, увлечений, совместной

деятельности, взаимного уважения и симпатии, доверия и понимания, родственных взглядов и вкусов. Если раньше друг находился сам собой, то теперь подросток не склонен пассивно ждать, когда придет дружба. Он активно стремится найти близкого товарища, друга, присматривается с этой точки зрения к своим одноклассникам, пробует их в соответствующем качестве. Дружеские отношения в подростковом возрасте являются более глубокими, содержательными и устойчивыми, носят эмоционально-напряженный характер. Прекращение дружеских отношений часто воспринимается очень болезненно.

Нам, взрослым, нельзя игнорировать половой компонент личности младшего подростка. Последствия начинающейся в данном возрасте физиологической перестройки организма не одинаковы для представителей различных полов, осознаются эти последствия мальчиками и девочками не в равной мере, что не может не сказаться на «картине их поведения». Осознание этих последствий девочками приводит к мучительной «переоценке ценностей», и пятиклассницы при этом не только становятся старше психологически, но и занимают впервые прочно столь характерную для них впоследствии внутреннюю позицию «женщины», в связи с чем в поведении их появляются уже отличия от девочек-четвероклассниц и мальчиков-пятиклассников. Так, девочки отличаются от мальчиков в выборе средств самоутверждения. Они реже обращаются к негативному с целью утвердиться во мнении одноклассников. Значительно реже они своевольничают. В большей, нежели мальчики, мере прибегают к маскировке осознанных недостатков. В 11 лет девочки проявляют высокую чувствительность к попыткам делить людей на группы по половому признаку, и неуважительное отношение к женщине, как таковой рассматривается ими как оскорбление. Интерес к внутреннему миру других людей в этом возрасте расчетливее выражен у девочек. У них легче сформировать чувство ответственности за порученное дело, они исполнительнее. Они же обычно острее реагируют на ущемление своих прав и дольше сопротивляются воспитателям, прибегающим к непедагогическим мерам воздействия. Сосредоточенность на личных переживаниях ярче выражена у девочек и встречается чаще, чем у мальчиков. У девочек присутствует интерес к своей наружности, в то время как у мальчиков внешность не обладает еще значимостью. Обращает на себя внимание, что мальчики в этом возрасте дружат только с мальчиками, а девочки только с девочками, и это при том, что уже пятиклассникам не чужда романтика любви.

Таким образом, подросток - это противоречие между бурным физическим развитием и положением «ребенка»; между стремлением «казаться» и неумением «быть взрослым». Это противоречие между стремлением к личной свободе и неумением правильно распорядиться ею. Трудности подросткового возраста связаны с повышенной возбудимостью школьников, с острой реакцией на обиду, с повышенной критичностью по отношению к старшим. У подростков появляется стремление быть похожими на взрослых не только по внешним проявлениям, но и по определенным «стандартам поведения». Меняются их взгляды на себя, на окружающих. Возраст этот, хрупкий, ранимый, изменчивый, оказывается, может быть, больше, чем какие-либо другие, зависим от реальностей окружающей жизни, потому что подросток впервые открывает ее для себя. На гранях такого перелома от родителей требуется особая чуткость и поддержка. Будем же внимательны и добры.

### *Методические рекомендации*

По окончании беседы родителям предлагается составить свод рекомендаций по изменению характера общения с ребенком в связи со вступлением его в подростковый возраст. Вначале каждый в течение 3 минут составляет собственные рекомендации. Затем в процессе совместного обсуждения вырабатывается общий свод рекомендаций (7-10). При обсуждении предложений родителей обращается внимание на необходимость приведения аргументов и утверждений. Перед родителями ставится задача дать как можно больше рекомендаций в общий свод.