

Психологія навчання й виховання підлітків

У підлітковому віці провідними є навчально-професійна діяльність та інтимно-особистісне спілкування з однолітками. Головну роль у психічному розвитку відіграє система установалення соціальних взаємин з оточуючими

Контрольні запитання:

1. Особливості навчання в підлітковому віці. Діагностика сформованості навчальної діяльності.
2. Розвиток мислення та практичного інтелекту в дітей підліткового віку.
3. Особливості профорієнтаційної роботи в середній школі.
4. Розвиток професійних знань і навичок у підлітків.
5. Особливості особистості підлітка.
6. Причини відхилень у поведінці в підлітковому середовищі та шляхи її корекції.
7. Спілкування підлітків з батьками та вчителями.
8. Девіантність і деліквентність підлітків.
9. Психічні й особистісні розлади в підлітків.

Загальна ситуація розвитку

Основні новоутворення: прагнення до дорослості, самостійності, активний розвиток самосвідомості.

Домінуючі потреби: у спілкуванні з однолітками, самоствердженні й пізнанні світу, інших і самого себе.

Підлітковий вік - це період статевого дозрівання. Цими процесами обумовлюється багато феноменів різних проявів підлітка. Зокрема, спостерігаються підвищена збудливість нервової системи, нестійкість і суперечливість емоцій, підвищена тривожність, пов'язана зі спілкуванням з однолітками.

Що стосується інтелектуального розвитку, то в підлітковому й ранньому юнацькому віці завершується формування когнітивних процесів. Думка остаточно поєднується зі словом, й утворюється внутрішня мова як основний засіб мислення та організації пізнавальних процесів. Інтелект стає мовним, а мова інтелектуалізованою. Виникає повноцінне теоретичне мислення і йде процес активного формування наукових понять.

Особливості навчання

У підлітковому віці інтелектуальний розвиток можна прискорювати в таких напрямках:

1. Розвивати понятійний шар мислення й мовний інтелект. Цьому сприяє вивчення риторики, що формує вміння планувати та складати публічні промови, вести дискусію та відповідати на запитання.

2. Удосконалювати внутрішній план дій, становленню якого допомагають спеціальні вправи, спрямовані на те, щоб одні й ті самі реальні дії якнайчастіше відбувались не з предметами, а в розумі. Наприклад, уважати «про себе», а не на папері; знаходити шляхи рішення задачі «у розумі». Можна ввести таке правило: «Поки рішення не продумане «у розумі», поки не складений план включених у нього дій і поки він не вивірений на логічність, до практичного рішення приступати не слід. Якщо цим правилом користуватись у стосунку до всіх предметів, то внутрішній план дій буде формуватися значно швидше».

У середній і старшій школі не слід вимагати від учнів механічного запам'ятовування «застиглих» визначень наукових понять. Нехай діти самі знаходять визначення для них або хоча би передають зміст поняття своїми словами. Наскільки учень може відхилитись від визначення, даного вчителем, - непоганий прийом діагностики його інтелектуального розвитку.

Формування «практичного інтелекту»

Підлітковий і ранній юнацький вік - сприятливий період для формування й розвитку «практичного інтелекту», атрибутами якого прийнято вважати здоровий глузд, кмітливість, інтуїцію та «золоті руки».

Структура практичного інтелекту включає (за Р. Немовим):

- заповадливість як здатність людини у складних життєвих ситуаціях знаходити кілька варіантів рішення проблеми;
- ощадливість (людина у стані знайти такий спосіб дії, що у сформованій ситуації з найменшими витратами призведе до потрібного результату);
- ощадливість як уміння заглядати вперед, передбачаючи наслідки тих чи інших дій, точно визначати результат та оцінювати, чого він може бути вартий;
- уміння швидко й оперативно вирішувати задачі (це динамічна характеристика практичного інтелекту, що виявляється в кількості часу, який проходить з моменту виникнення задачі до її практичного рішення).

Уміння вирішувати практичні задачі багато в чому визначається темпераментом дитини, особливостями її нервової системи й уже придбаним життєвим досвідом. Важливо навчити дитину одного правила: як тільки проблема виникла, необхідно відразу приступати до її рішення.

Можливості для формування в дітей практичного інтелекту у школі: учнівське самоврядування, участь у громадських організаціях і комерційній праці, а також надання самостійності в домашніх справах.

При організації навчального процесу в середніх класах важливо пам'ятати, що головне для дитини в цей період - це спілкування з однолітками. Тому, наприклад, домашні завдання можна давати у групах із 2-3 осіб, що дозволяє враховувати та використовувати дану провідну потребу. Заборона «колективних» домашніх завдань призводить до поголового списування на перервах. У цей період, звичайно, краще використовувати групові форми роботи на уроках.

Психологічне значення шпаргалки

Хотілось би відзначити позитивну роль шпаргалок для навчального процесу. Найкраще шпаргалки легалізувати і виготовляти їх разом з учителем. Добре, якщо вони будуть барвисті, у вигляді схем, малюнків тощо. У цьому випадку шпаргалка перетворюється на опорний конспект і в остаточному підсумку призведе до доброго розуміння й запам'ятовування матеріалу. Складання шпаргалок за конкретною темою можна запропонувати і як домашнє завдання, а на наступному уроці провести своєрідний конкурс шпаргалок.

Особливостями навчальної діяльності в середній школі є виборча готовність до різних сторін навчання та їх підвищеного сприйняття, здатність до всіх видів навчальної діяльності. Дітей у цьому віці залучають самостійні завдання, але іноді самостійна робота не реалізується через те, що дитина не володіє всіма способами навчальної діяльності.

Несформованість навчальної діяльності може бути однією з причин неуспішності й «відходу» дитини від школи. Сформованість навчальної діяльності включає вміння: самостійно виділити навчальну задачу, вибрати прийоми та способи її рішення, контролювати й оцінювати свою роботу.

Навчальні мотиви в підлітків формуються на базі пізнавальної потреби. Тому дуже важливо у процесі занять показувати значущість і можливість застосування й використання тих чи інших знань у конкретних сферах життя.

Особливості профорієнтації в середній школі

Підлітковий вік - це сенситивний період для формування професійно-орієнтованих знань. Це час хоча й попереднього, але все-таки професійного самовизначення.

У цей період закладаються трудові вміння й навички. Підліткам бажано дати можливість спробувати себе в як можна більшій кількості професійних сфер, щоб вони могли «приміряти» на себе ті чи інші професії, перевірити, наскільки вони відповідають їхнім здібностям, індивідуальним особливостям та інтересам. Наприклад, японські школярі за час навчання проходять більше 300 професійних проб. Якщо в дитини немає можливості реально спробувати себе в

якійсь професійній ролі, то якусь професійну реальність можна створити й у грі (див. докладніше: Пряжников М. Профорієнтаційні ігри: проблемні ситуації, задачі, карточні методики. - М., 1991).

Крім того, стимулювати розвиток у дитини трудових умінь і навичок можна, звертаючись до неї по допомогу: «Допоможи мені зробити це...», причому треба обов'язково хвалити її за успіхи та досягнення.

Особливості виховання підлітків

У психологічній і педагогічній літературі підлітковий вік представлений як найбільш проблематичний і суперечливий. Основне протиріччя корениться в бажанні підлітка бути «як дорослий», мати повну свободу та самостійність, однак батьки, як і раніше, намагаються утримати його в рамках свого контролю, як у дитинстві. Проблеми підлітка підсилюються змінами гормонального тла його організму, тіла й відчуттів, що здійснює додатковий внесок у хитливу поведінку.

Важкі діти і що з ними робити

Зазвичай прийнято говорити про так званих «важких» підлітків. Неслухняних дітей прийнято обвинувачувати («злі наміри», «порядні гени»). Із психологічної точки зору до числа «важких» попадають не гірші, а особливо чутливі й ранимі діти. Вони під впливом життєвих навантажень швидше «сходять із рейок», а тому потребують допомоги, а не осуду. Причини ж стійкого неблагополуччя треба шукати у глибинах психіки, і вона найчастіше емоційна, а не раціональна (Ю. Гіппенрейтер).

Психологічно можна виділити чотири основні причини порушення поведінки дітей:

- боротьба за увагу - неслухняність варто розглядати як спосіб привернення уваги до себе;
- боротьба за самоствердження - діти дуже чутливі до обмеження своєї свободи та до різких заборон;
- бажання помститись - у цьому виявляється образа на батьків;
- утрата віри у власний успіх - це глибоке переживання дитиною власного неблагополуччя. При цьому може спостерігатися зсув даного неблагополуччя: дитина переживає неблагополуччя в одній сфері, а невдачі виникають в іншій (наприклад, не складаються стосунки з товаришами, а в результаті стає запущеним навчання; або неуспіхи у школі провокують конфлікти вдома).

Задача дорослого (батька) зрозуміти, що з дитиною відбувається насправді. Зробити це можна, звернувши увагу на свої переживання та почуття. Якщо дитина бореться за увагу, то дорослий, як правило, відчуває роздратування; якщо дитина протистоїть дорослому, то останнього переповняє гнів; якщо це помста

дитини, то дорослий відчуває образу; якщо ж дитина переживає неблагополуччя, дорослого охоплюють безнадійність і розпач.

Найважливіша психологічна порада батькам і вихователям: не реагуйте у звичний спосіб і не створюйте тим самим порочне коло. На практиці це здійснити досить складно, тому що наші емоції включаються автоматично.

Якщо вашій дитині необхідна увага, то дайте її їй у спокійні моменти, коли ніхто нікому не досаждає (під час гри, спільних занять тощо). Витівки в цей час краще залишити без уваги. Якщо дитина бореться за незалежність, то менше включайтесь у її справи. Якщо ви розумієте, що дитина мстить вам, то спробуйте зрозуміти, за що.

Якщо дитина зневірилась у собі, то зведіть «до нуля» усі свої очікування та претензії до неї. Знайдіть доступний для неї рівень задач й організуйте спільну діяльність, тому що сама вона не може вийти із глухого кута. Постарайтесь не критикувати дитину й шукайте будь-який привід, щоб її похвалити.

Батькам і вихователям варто пам'ятати, що при перших спробах поліпшити взаємини з дитиною вона може підсилити виявлення своєї поганої поведінки, тому що не відразу повірить у щирість їхніх намірів і буде постійно їх перевіряти. Шлях нормалізації відносин із дитиною, яка дорослішає, довгий і важкий. Дорослим у якомусь сенсі доведеться змінювати себе, але це єдиний шлях виховання «важкої» дитини. Головне ж - навчитись переключати свої негативні емоції на конструктивні дії. Підліткову стадію дітей треба вміти пережити.

Спілкування підлітків із дорослими

Найголовніші дорослі, з якими взаємодіють підлітки, - це їхні батьки. Діти та батьки насправді люблять один одного, але намагаються звично маніпулювати, щоб одержати якийсь вигреш. Ось деякі приклади маніпулятивних прийомів підлітків:

- Плач (якщо вони хочуть одержати що-небудь, то ниють або плачуть).
- Погроза («Ага! Раз так, я кину школу»).
- Спекуляції («Ти мене не любиш, інакше б ти...»).
- Порівняння («У всіх уже є такі мотоцикли»).
- Вимагання чи шантаж («Напевно, я занедужаю»).
- Налаштування одного батька проти іншого («Мама не пускає мене в кіно, як же так, тато!»).
- Неправда («Я тут ні до чого»).
- Пригнічений стан (демонстративна депресія, щоби змусити батьків зробити саме те, що він хоче).

Батьки, звичайно, не залишаються в боргу й застосовують свої маніпуляції:

- Вабливі яблука («Віднеси сміття, і я підкину тобі на кишенькові витрати»).

- Погрози («Я думаю, що мені варто сходити до школи й довідатись про твої успіхи»).
- Порівняння («Наш сусід учитесь краще, ніж ти, і він такий увічливий»).
- Нещирі обіцянки («Я поговорю з одною людиною про літні заняття в туристичному клубі»).
- Шантаж («Я поскаржусь батькові, а вже він-то з тобою розбереться»).
- Хвороба (використовується як засіб контролю: «Якщо ти не перестанеш цього робити, у мене буде серцевий напад»).
- Любов як засіб досягнення результату («Ти б не робив цього, якби хоч крапельку мене любив»).

Таким чином, замість того щоби створювати пекло дітям, заганяючи їх у нездійсненні стандарти поведінки, дорослі повинні показати можливість творчо вирішувати проблеми спільними зусиллями. Існує чотири чудових способи переключення негативних почуттів, що часом захльостують дітей, на соціально прийнятні дії.

- Дати виговоритись і перетворити невдоволення, що жевріє в душі, на слова.
- Чітко позначити словами свої негативні почуття. Після цього вони зазвичай зникають.
- Змоделювати вихід із ситуації.
- Регулярно грати у спортивні ігри (теніс, шахи, футбол), щоби зняти напруження, що виникла в результаті боїв у родині та школі.

Допомогти підлітку уникнути небезпечної поведінки можна двома шляхами: задовольняти ті інтереси, що прийнятні (походи, риболовля, спорт), і допомагати йому пояснювати та називати свої негативні почуття. Підлітки повинні чітко розуміти, що є три моменти, що обмежують їхні дії. Вони зобов'язані стримати себе, якщо:

- цього вимагає безпека й існує реальна загроза здоров'ю;
- це загрожує їм, батьківській або чужій власності;
- цього вимагають закон і порядок прийнятності.

Проблеми відхилень у поведінці й підлітковому та ранньому юнацькому віці

У підлітковому та юнацькому віці часто зустрічаються різні відхилення в поведінці. Розрізняють девіантну (система вчинків, що відхиляються від загальноприйнятої норми психічного здоров'я, права, моралі тощо) та делінквентну (протиправна, кримінальна або злочинна) поведінку.

Як причини девіантної й делінквентної поведінки виділяють:

- внутрішні труднощі перехідного періоду дорослішання, коли відбувається перебудова «Я-концепції»;

- граничність і невизначеність соціального стану особистості, яка дорослішає;
- протиріччя механізмів соціального контролю - дитячі форми контролю, засновані на дотриманні зовнішніх норм і слухняності, не діють, а дорослі способи свідомої дисципліни та контролю ще не склались і не зміцніли.

Види відхилень у поведінці

Алкоголізм. Деякі психологічні причини.

1. Оскільки алкоголь знижує почуття тривоги, то пияцтво частіше зустрічається там, де більше соціально-напружених конфліктних ситуацій.
2. Випивка пов'язана зі специфічними формами соціального контролю: ритуали (церемоніальне пияцтво) й антинормативна поведінка як спосіб звільнення від зовнішнього контролю.
3. Бажання почуватись і видаватись сильнішим - основний мотив пияцтва в жінок.
4. Алкоголізм корениться частіше у внутрішньому конфлікті: прагненні особистості перебороти відчуття залежності (якщо в дитинстві суворий контроль змінювався установкою на самостійність та особистісні досягнення, то людині важко було їх сполучити, що викликало почуття залежності й мотиваційний конфлікт, які при алкогольному сп'янінні знаходять тимчасове рішення).
5. Як причина може виступати і прагнення до експериментування або негативний приклад батьків.

Наркотизм. Основні стадії:

1. Одиничне й рідке вживання наркотиків;
2. Багаторазове вживання наркотиків, але без ознак фізіологічної та психологічної залежності;
3. Наркоманія першого ступеня: сформувалась психічна залежність, наркотик використовується, щоб одержати приємні відчуття; ще немає фізичної залежності, і припинення прийому наркотиків не викликає болісної абстиненції;
4. Наркоманія другого ступеня: склалась фізична залежність від наркотика, і його пошук пов'язаний із запобіганням мук абстиненції;
5. Наркоманія третього ступеня: повна фізична та психічна деградація.

П. Нобл вважає, що перша та друга стадії оборотні.

Причини наркоманії різні, але найчастіше зустрічаються такі: експериментування («що там - за гранню забороненого») й наслідування (90 % починають про-

бувати наркотики в компанії). Наслідком наркоманії, як правило, є залучення у кримінальне середовище.

Агресивна поведінка. Як правило, агресивна поведінка проявляється у групі. У жорстокості можна знайти сплав помсти, самоствердження й самоперевірки. У момент прояву антисоціальної й антигуманної поведінки групова солідарність доходить до ейфорії, яку підлітки потім не можуть ніяк пояснити.

Суїцидальна поведінка. За статистикою, серед 15-19-річних старших підлітків кожна четверта у Франції й кожна третя у США причина смерті - самогубство. Причинами суїциду можуть бути:

- помста або протест проти чого-небудь чи кого-небудь (як остання репліка в діалозі з іншими);
- спроба привернути увагу до нестерпної ситуації;
- спроба уникнути покарання;
- наслідування - самогубство під впливом прикладу;
- переживання глибокого особистісного неблагополуччя, утрата сенсу життя.

Остання причина складніше за все піддається усуненню, але в підлітків вона зустрічається рідко. За даними вітчизняної статистики, кількість дитячих самогубств за останні 10 років зросла на 100 %.

Л. Гінзбург так охарактеризував стан людини, готової до самогубства: «Коли немає найважливішого - усе стає неважливим, і все неважливе стає важливим, і кожне може стати смертельним».

Спроба самогубства в підлітків у 9 випадках із 10-ти - це крик про допомогу, тому що 80 % дітей здійснюють суїцид удома вдень або ввечері, коли хтось може втрутитись. До деякої міри тут можна навіть говорити про суїцидальний шантаж.

Практично з усіма формами девіантної поведінки пов'язана знижена повага дитини до себе. Щоби підвищити свій статус, вона самостверджується, здійснюючи якісь негативні поведінкові акти. Підліток насправді хоче відповідати вимогам, але з якихось причин не може цього зробити (конституціональні особливості, соціальна ситуація, невміння визначити свою соціальну ідентичність і соціальну роль, інші суперечливі очікування значущого, погана соціальна адаптація й ін.).

Наявність девіантної групи в цьому випадку, по-перше, полегшує здійснення девіантних дій, якщо особистість до них внутрішньо готова; по-друге, забезпечує психологічну підтримку й заохочення; по-третє, зменшує ефективність особистісних і соціальних контрольних механізмів, що можуть загальмувати девіантні схильності.

Вплив підліткової та юнацької девіантності та деліквентності на дорослу долю неоднозначний (чим сильніше така поведінка була виражена в юності, тим більша ймовірність, що вона буде продовжуватись).

Психічні розлади. Різні порушення, як правило, уже намічені в дитинстві, а в підлітковому віці вони тільки проявляються, тому що до індивіда пред'являються непосильні вимоги. Пубертат провокує вияв прихованої патології розвитку і сам може бути причиною або ведучою ланкою в серії патогенних змін.

Іноді до психічних розладів відносять акцентуації характеру, коли окремі риси характеру надмірно посилені й виявляється виборча уразливість до визначених психогенних впливів.

У перехідний період можуть виникати такі особистісні розлади:

1. Синдром відчуження, коли світ сприймається не тільки як дивний і чудовий, а і як далекий, сторонній, емоційно незначущий; має місце відчуття втрати емоційного зв'язку зі знайомими місцями, особами, ситуаціями, що як би відсуваються і стають чужими, хоча індивід і усвідомлює їх фізичну реальність.

Відчуження може бути спрямоване на середовище - дереалізація («далеким представляється зовнішній світ предметів») і на власне «я» - деперсоналізація (далеким і дивним здається власне тіло, утрачає зміст будь-яка діяльність, притупляються емоції й розвивається апатія).

2. Депресія, що уражає емоційне життя особистості, тому що вона є сплавом сильної туги, тривоги та розпачу. Психіатричне поняття депресії включає: «негативний» погляд на себе, на світ і на майбутнє; стан «навченої безпорадності», відчуття нездатності контролювати події власного життя; нездатність поступати так, щоб одержувати необхідне позитивне підкріплення.

Початок депресії пов'язаний з якимись драматичними подіями в родині та з «часткою контролю», тобто з тим, кому людина приписує відповідальність за найважливіші події свого життя.

До специфічних розладів підліткового та юнацького періоду відносять:

1. Дисморфоманію - уявлення фізичних недоліків, коли підлітку здається, що він абсолютно непривабливий або в якихось своїх індивідуальних зовнішніх особливостях не відповідає стандартам краси референтної групи чи дисморфоманій, особливо дівчинок, нервова анорексія - надмірно завзяте прагнення схуднути. Страх потовстіти й небажання бути товстою змушує дівчинок робити надзвичайні зусилля: відмовлятися від їжі, навіть у випадках голодної неприємності, спеціально викликати блювоту або заморювати себе клізмами, щоб не придбати зайві кілограми після прийому їжі, практикувати найтвердіші дієти, вимотувати себе непосильними фізичними навантаженнями. Після таких заходів підліток неминуче попадає у стаціонар з повним виснаженням та іншими

порушеннями функціонування організму. Відновлення сил і здоров'я займає згодом дуже багато часу.

2. Дисморфофобію - страх зміни свого тіла (у 80 % зустрічається в дівчинок).

3. Синдром філософської інтоксикації, коли має місце патологічний інтерес до глобальних проблем буття; бажання знаходити загальні закони світобудови й перебудови світу; уява непродуктивна, і можуть виникати надцінні ідеї як ознака в'ялопротікаючої шизофренії.

4. Синдром патологічних захоплень проявляється в патологічних хобі, основні ознаки яких (за А. Личко): крайня інтенсивність (закидаються всі інші заняття, і дитина готова навіть до правопорушень); незвичайність і витонченість (предмет захоплення дивний і малоймовірний); непродуктивність (занадто багато сил витрачається «вхолосту»).

Шкільні фобії та неврози проявляються в поганій успішності, конфліктах з учителями та напружених стосунках з однокласниками.

Складність розпізнання підліткової та юнацької психопатології полягає в тому, що девіантна поведінка здебільшого лише гіпертрофує риси нормальних, здорових дітей. Зокрема це стосується акцентуацій.

Фундаментальні причини форм відхилень у поведінці та порушення психіки в підлітків лежать у порушених відносинах любові між батьками та дітьми.

Крім того, конфлікти, що виникають у підлітковому віці, своїми коренями уходять у раннє й дошкільне дитинство. Щоби правильно зрозуміти, що відбувається з конкретним підлітком, необхідно мати інформацію не тільки про його сьогоденну життєву ситуацію, а і про події його недавнього минулого.