

## **Возрастные психологические особенности подростка от 10 до 15 лет**

### **Нарушение детско-родительских отношений**

Определение детско-родительских отношений очень широкое и трактуется как:

- а) собственно эмоциональные отношения детей и родителей;
- б) характер взаимодействия ребенка со взрослым, характер родительского воспитания, как реализация одной из основных функций семьи.

Взаимодействие родителей с ребенком отличается тем, что взрослый в силу своей компетентности и ответственности становится в них ведущим. Именно он организует и направляет это взаимодействие, в то время как ребенок постепенно осваивает эти возможности, приобретая коммуникативную компетентность. В силу этого отношения ребенка и родителя часто рассматриваются как отношения руководства и подчинения. Стили этого руководства Д. Эллер определяет в зависимости от выраженности власти родителя: автократический, авторитарный, демократический, эгалитарный, разрешающий, попустительский, игнорирующий. В 3 последних случаях об осуществлении руководства родителем говорить практически не приходится. В рамках гуманистического подхода в психологии наиболее благоприятным для личностного развития подростка признается демократический стиль общения, при котором ему предлагается равноправное участие в обсуждении проблем, однако, при принятии решения учитывается мера компетентности участников<sup>1</sup>.

Создание гармоничных отношений, благополучного, психологически комфортного климата в семье должно стать первой задачей супругов и родителей, так как без этого невозможно формирование здоровой полноценной личности ребенка. Отклонения в семейных отношениях негативно влияют на формирование личности ребенка, его характера, самооценки и других психических качеств личности; у этих детей могут возникать различные проблемы: состояние

---

<sup>1</sup> Бодалев А.А. Психология общения. Энциклопедический словарь. М.: Когито-Центр, 2011. 600 с.

повышенной тревожности, ухудшение успеваемости, трудности в общении и многие другие. Детско-родительские отношения влияют на психическое здоровье детей<sup>2</sup>.

### **Педагогам-психологам**

Конгруэнтность коммуникации (доверительность в сотрудничестве на основе эмпатического принятия) создает условия для позитивного личностного роста и развития ребенка. Особенности родительского руководства описываются с помощью таких характеристик, как целенаправленность, особенности введения инструкции, ориентация на действия партнера, контроль и оценивание. При организации взаимодействия родителя с ребенком не менее важной является ее эмоциональная составляющая, которая включает в себя родительскую чувствительность, эмоциональное отношение к ребенку, особенности поведения, в которых это отношение проявляется. Родительское отношение к ребенку описывается с помощью обозначения знака этого отношения (позитивное - отношение принятия, амбивалентное, индифферентное, негативное - отношение отвержения) и дистанции отношений. Многие классификации указывают на двойственность родительского отношения. С одной стороны, центральной его характеристикой считается родительская любовь, которая определяет доверие к ребенку, радость и удовольствие от общения с ним, стремление защитить и поддержать, безусловное принятие как признание права на собственную индивидуальность и неповторимость. С другой стороны, реализация родительских функций предполагает наличие требовательности и контроля в отношении к ребенку. Предполагается, что в связи с взрослением ребенка меняется выраженность личностного и предметного начала в детско-родительских отношениях. Если в младенческом возрасте основой родительского отношения является личностное начало, а предметный его компонент (требовательность, контроль, оценка и т. д.) выражен минимально, то по мере взросления ребенка преобладание личностного

---

<sup>2</sup> Лосева С.Г. Межличностное взаимодействие в семейной среде и его влияние на развитие личности и формирование поведения подростка / Социально-психологическая служба и вызовы современного образования. Волгоград, 26–27 апреля 2018 года: Материалы VII Всероссийской конференции педагогов-психологов, социальных педагогов, учителей и воспитателей образовательных учреждений, специалистов, работающих в системе среднего и высшего профессионального образования. 2018. С. 53-57.

начала сменяется доминированием предметного. М. И. Лисина описывает процесс общения ребенка со взрослым, как особый вид деятельности, продуктами которого являются не только объекты материального мира, но и такие важные психические образования, как представления о партнере по общению (функция познания людьми друг друга) и представления о самом себе (функция самопознания). Причины трудностей общения в детско-родительских отношениях описаны О.А. Карабановой:

1. неадекватность образа ребенка у родителя, при котором в ориентирующем образе неадекватно отражены потребности и мотивы ребенка, его возрастно-психологический статус, индивидуально-личностные особенности;

2. неадекватность образа «Я как родитель», выступает в форме нереалистического образа «идеального родителя» и несогласованности образов «Я-реальное» и «Я-идеальное»;

3. неадекватность образа детско-родительских отношений у родителя и у ребенка, обусловлена ценностными установками каждого из участников и ошибочными атрибуциями;

4. неадекватность образа родителя у ребенка обусловлена возрастно-психологическими особенностями ребенка, характером детско-родительских отношений. Психологическая практика ставит вопрос о путях повышения коммуникативной компетентности родителя<sup>3</sup>.

#### **Диагностический инструментарий:**

1. направленная беседа;
2. наблюдение;
3. модификация «Незавершенных предложений»;
4. опросник «Поведение родителей и отношение подростков к ним» (ПОР; Шафер Е.);
5. методика ДРОП П. Трояновской;
6. методика «Семейная социограмма» (для подростков и для родителей);

---

<sup>3</sup> Бодалев А.А. Психология общения. Энциклопедический словарь. М.: Когито-Центр, 2011. 600 с.

7. методика PARI опросник родительских установок Е.С. Шефер и Р.К. Белл (адаптация Т.В. Нещерет);
8. опросник «Взаимодействие родитель-ребенок» (Марковская И.М.) (подростковая версия и родительская версии);
9. тест-опросник родительского отношения Варга А.Я., Столин В.В.;
10. опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ) (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис);
11. комплексная психологическая диагностика общения (КПДО) (Г.В. Акопов, Т.В. Семенова);
12. методика Рене Жилия (до 13 лет);
13. «Рисунок превращенной семьи», «Рисунок семьи», «Кинетический рисунок семьи» и др.

**Основные направления и методы работы педагога-психолога с подростками, имеющими трудности в отношениях с родителями:**

1. снижение агрессивных проявлений:

– тренинговое упражнение «Разные ответы». Каждый участник получает карточку с проблемной ситуацией. Его задача – ответить тремя разными способами: спокойно и уверенно, весело и с юмором, и грубо, и агрессивно. Возможные ситуации:

- тебя вызвали к доске, а ты не выучил урок. Ты говоришь учителю...;
- ты играешь в увлекательную игру, а родители хотят, чтобы ты шел делать уроки. Ты им говоришь...;
- вам сильно наступили на ногу в автобусе, ты говоришь обидчику...;
- друг не вернул вовремя твою вещь, а она тебе очень нужна. Ты ему говоришь... и т.п.

Какой способ реагирования самый результативный? Почему?

2. формирование адекватной самооценки:

- упражнение «20 хочу». Подростку предлагается 20 раз закончить предложение «Я хочу...». Нужно записывать все, что приходит в голову, не заботясь об их реальности и приемлемости;

3. развитие мыслительной деятельности:

– упражнение «Прочти правильно». Перед вами фразы, в которых перепутан порядок слов. Как быстро вы сумеете прочесть все предложения?

– Пожалуй, не, формой, человека, восхищался, бы, снежинок, который, нет, изумительной, найдется (ОТВЕТ: не найдется, пожалуй, человека, который не восхищался бы изумительной формой снежинок).

– Две, цифры, да, единица, всего, ноль, в двоичной системе (ОТВЕТ: в двоичной системе всего две цифры – ноль и единица).

– Загрязнение, растений, и, рек, и, морей, делает, рыб, непригодными, для, их, жизни (ОТВЕТ: загрязнение рек и морей делает их непригодными для жизни рыб и растений)<sup>4</sup>;

4. развитие зрительной, слуховой и логической памяти:

– упражнение «Запомни!». Педагог-психолог показывает подростку на 30 секунд десять трудных в написании слов, затем убирает. Подросток должен под диктовку написать эти слова. В данном упражнении задействуется и зрительная, и слуховая память;

5. развитие устойчивого внимания:

– упражнение «Будь внимателен!». Упражнение проводится для тренировки переключения и распределения внимания. Подростку дается текст из любого журнала, газеты. Его задача в течение 15 минут найти в тексте буквы «о», «и» и «е», причем «о» - зачеркнуть, «и» - подчеркнуть, а «е» - обвести кружком;

6. развитие навыков самоконтроля и саморегуляции;

7. развитие коммуникативных навыков:

– ролевая игра-общение «Волшебный магазин». Основная игровая задача – мотивирование своих выборов и осознание человеческих ценностей. Работа в парах. Продавец заполняет свои карточки с жизненными благами, которые он собирается продавать: слава, сила, карьера, здоровье, успех, счастье, машина, самолет, дача, любовь и т.д., а покупатель – карточки со своими ценностями,

---

<sup>4</sup> Коломинский Я.Л. Человек: психология: Кн. для учащихся ст. классов. М.: Просвещение. 1986. 223 с.

которыми он собирается расплачиваться: свобода, здоровье, любовь, честь, а также, те ценности, которые есть у продавца. Продавец предлагает товар, хвалит его, рекламирует, а покупатель выбирает все, что захочет, расплачиваясь своими ценностями и мотивируя вслух свое решение. Торг длится не более 2-3 минут, затем участники меняются ролями. По окончании игры все делятся чувствами и впечатлениями;

8. развитие эмпатии:

– тренинговое упражнение «Живые руки». Работа в парах. Участники завязывают глаза и ведущий рассаживает их попарно так, чтобы участники не знали, с кем они в паре. Инструкция: поздоровайтесь руками; поссорьтесь руками; помиритесь руками; попрощайтесь руками. Попробуйте угадать с закрытыми глазами, кто Ваш партнер;

9. развитие компенсаторных способностей, обучающихся:

– упражнения мозговой гимнастики «Слон». При его выполнении ухо надо прижать к плечу так плотно, чтоб между ними можно было держать лист бумаги. Затем одна рука вытягивается как хобот. Глаза следят за движениями кончиков пальцев, а рука рисует горизонтальную восьмёрку, начиная от центра зрительного поля и идя вверх против часовой стрелки. Упражнение выполняется медленно, 3-5 раз каждой рукой. Это упражнение активизирует и балансирует всю целостную систему организма «интеллект-тело», улучшает концентрацию внимания;

10. библиотерапия:

– Бернетт Ф. Таинственный сад: Повесть / Пер. с англ. Н. Демуровой. М.: Махаон, Азбука-Аттикус, 2012. 264 с;

– Жвалевский А.В., Пастернак Е.Б. Минус один: повесть. М.: Время, 2018. 224 с.;

– Ильина Е.Я. Четвертая высота: повесть. М.: Детская литература, 2019. 335 с.;

– Михеева Т.В. Легкие горы. М.: Издательский Дом Мещерякова, 2013. 176 с.;

– Старк У. Чудаки и зануды/ Пер. со швед. О. Мязотс. М.: Самокат, 2010. 160 с.

Практические рекомендации педагогу-психологу, направленные на повышение эффективной работы по оказанию помощи в гармонизации детско-родительских взаимоотношений в неблагополучной семье<sup>5</sup>.

Деятельность педагога-психолога с неблагополучными семьями довольно трудна. Многие семьи не готовы идти на контакт и сотрудничать, поэтому одна из главных задач педагога-психолога заключается в установлении этого контакта, коммуникации как между специалистом и неблагополучной семьей, так и между членами семьи. Для этого педагог-психолог должен войти в доверие к каждому члену семьи и при этом обязательно придерживаться принципов своей деятельности:

1. принцип центрального положения ребенка в семье;
2. принцип системности;
3. принцип направленности в будущее;
4. принцип добровольности;
5. принцип конфиденциальности;
6. принцип безопасности;
7. принцип толерантности.

Педагог-психолог при работе по оказанию помощи в гармонизации детско-родительских взаимоотношений в неблагополучной семье должен всегда помнить, что:

1. нельзя заниматься воспитательной деятельностью в плохом настроении;
2. нужно ясно и четко определить и сформулировать весь алгоритм деятельности и меры взаимодействия с семьей, при этом необходимо узнать мнение семьи на этот счет. Они должны дать свое согласие, для преждевременного избегания возникновения лишних проблем и конфликтов;

---

<sup>5</sup> Пронюшкина Т.Г., Зинцова А.С. Работа педагога-психолога по оказанию помощи в гармонизации взаимоотношений в неблагополучной семье // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Т. 8. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rabota-pedagoga-psihologa-po-okazaniyu-pomoschi-v-garmonizatsii-vzaimootnosheniy-v-neblagopoluchnoy-semie/viewer>

3. необходимо предоставить семье самостоятельно решать проблемы и лишь только оказывать содействие и помощь в этом, а не брать все на себя;

4. нельзя давать готовых рекомендаций и рецептов, а также не поучать родителей, это может вызвать конфликт;

5. необходимо поощрять и заострять внимание даже на незначительных успехах семьи;

6. если совершаются различные ошибки нужно обязательно показывать на них, чтобы семья исправила их;

7. нужно внутри в себе создать стойкость и положительное восприятие различных фактов о семье, с которой придётся взаимодействовать;

8. ни в коем случае не показывать, что пришли заниматься перевоспитанием родителей;

9. необходимо быть решительным во время работы, а также отзывчивым и добрым по отношению к каждому члену семьи;

10. всегда необходимо уметь находить индивидуальный подход к каждому члену семейства.

Педагог-психолог всячески обязан содействовать установлению и упрочению контактов между детьми и родителями. Он должен способствовать улучшению семейного климата, взаимодействия и взаимоотношений в семье. В семье должны установиться теплые и любящие взаимоотношения. Педагог-психолог обязан взять на себя роль помощника и переводчика в общении между детьми и родителями, становясь расшифровочным центром для их взаимодействия и коммуникации. При этом ему необходимо сконцентрироваться на верной передаче информации, а не на личностной сущности сообщения. Нужно просто-напросто помочь понять им друг друга. Таким образом, можно сделать вывод, о том, что рекомендации по оказанию помощи в гармонизации детско-родительских взаимоотношений в неблагополучной семье должны быть направлены на разрешение возникших проблем и конфликтов во взаимоотношениях между родителями и детьми, улучшение общего семейного климата и взаимодействия семьи с окружающим их социумом.