

Литература

1. Молтон М. Д., Сайкс Л. Э. Четыре вечные женщины. М.: Касталия, 2017. 300 с.
2. Нарты. Кабардинский нартский эпос / ред. колл.: К. Н. Кеферов, С. И. Липник, И. В. Тресков, А. Т. Шортанов. Нальчик: Эль-Фа, Ашамэз, 2002. 527 с.
3. Скржинская М. В. Культурные традиции Эллады в античных государствах Северного Причерноморья. Киев: Ин-т истории Украины НАН Украины, 2010. 324 с.
4. Чуркина Н. А. Маскулинность и феминность в современном обществе: состояние, тенденции трансформации // Социодинамика. 2018. № 5. С. 16–20.
5. Wolff T. Structural forms of feminine psyche. Zurich: K. G. Jung Institute, 1956. 23 p.

УДК 159.9

*Л. А. Лазаренко, Е. Г. Устинова (Краснодар, Россия)
Кубанский государственный университет*

Основы воспитания и развития личности подростка

Статья посвящена актуальному вопросу воспитания и развития личности детей подросткового возраста. Дана характеристика психологических и физиологических особенностей детей данного возраста, выделены поведенческие отличия мальчиков и девочек. Описана значимость семейных и детско-родительских отношений в становлении подростка. Охарактеризована роль родителей во взаимоотношениях с ребенком, выделены категории стиля родительского воспитания. Даются рекомендации по конструктивному разрешению возникающих проблем. Разработаны советы-рекомендации при общении с детьми подросткового возраста, представлена памятка родителям «Как помочь подросткам выйти из депрессии».

Ключевые слова: ребёнок, подросток, родитель, воспитание

Проблема воспитания и развития личности подростков на современном этапе актуальна, как никогда: продолжают кардинальные перемены в стране и обществе, старые ценности критикуются, а новые еще не выкристаллизовались, а ведь именно сегодняшние подростки в ближайшем будущем будут участвовать в избрании органов государственной власти и впоследствии определять политику, экономику и социальные инициативы.

Личность подростка формируется не сама по себе, а в окружающей его среде. Особенно важную роль в становлении подростка как личности играют малые группы, в которых он взаимодействует с другими людьми. Прежде всего это семья.

Хорошие родители должны всегда ставить перед собой вопрос о воспитании своего ребенка. Подросток – это тот же ребенок, который находится на границе между детством и взрослой жизнью. Родители должны сделать так,

чтобы их ребенок перешел через эту границу здоровым, адекватным и полностью готовым к жизненным испытаниям. Если же не воспитать ребенка как надо, то он не сможет спокойно влиться в водоворот жизненных трудностей, с которыми ему предстоит столкнуться так или иначе. Он будет постоянно терять контроль над ситуацией или не сможет видеть всю ситуацию за неимением опыта, храня в своем багаже лишь детские травмы. Находясь в таком безвыходном положении, все, что может сделать подросток – искать наипростейший выход из ситуации, который может привести к фатальным для него последствиям. Например, выходом могут стать алкоголь или наркотики. Следовательно, родителям необходимо обучать ребенка с раннего детства, показывать ему, что хорошо, а что плохо, научить его ценить свое здоровье.

Подростковый период оказывается сложным не только для детей, но и для родителей. Как найти подход к подростку? Какими должны быть отношения детей и родителей в этот период? Это сложные вопросы, ответы на которые волнуют многих. Среди различных типов родителей следует обратить внимание на две категории:

1) нетерпимые (авторитарные) родители: в таких отношениях ребенку необходимо делать только так, как скажут они, но это не всегда возможно и не всегда правильно; дети не могут и не должны в точности повторять путь родителей, часто дети другие, и в этом проявляется их индивидуальность, их развитие;

2) родители, посвятившие себя детям (живущие их жизнью): пока ребенок маленький, ему это нравится, но становясь старше, он начинает это отвергать, ему хочется большей автономии; у родителей должна быть своя жизнь, свои интересы; когда смысл жизни только в ребенке, это плохо и разрушительно для самих же родителей, а впоследствии и для детей.

В XXI веке депрессивное и подавленное состояние у подростков является распространенным, достаточно частым явлением. Провоцируют депрессию различные факторы. Чаще всего это эмоциональная и информационная перегрузка, пресыщенность от информационного потока, нарушение режима сна. Бывают тяжелые формы депрессии, когда подросток резко перестает заниматься тем, что раньше любил. Если ему перестало быть интересно то, что раньше вызывало интерес, он хандрит и ходит «как в воду опущенный», в этом случае необходимо обратиться к специалисту. Но ни в коем случае не нужно давить, заставлять, шантажировать, угрожать или давать какие-то чрезмерные обещания.

Некоторые советы родителям, как помочь подросткам выйти из депрессии.

- Воспитывая подростка, избегайте наказаний и унижений. Старайтесь закрепить в его памяти положительные стороны хорошего поведения. Постоянные наказания и унижения могут вызвать у ребенка чувство неполноценности и ненужности.

- Позвольте ребенку совершать ошибки. Чрезмерная опека над ним и принятие решений за него превратят ребенка в неуверенного человека.
- Дайте ребенку чувство свободы. Он не может всегда поступать так, как вы этого хотите.
- Не заставляйте ребенка следовать вашему примеру и идти по жизни по вашим стопам. Не старайтесь превратить вашего ребенка в себя молодого.
- Если вы видите, что ребенок подавлен, найдите время, чтобы поговорить с ним и выслушать его. Даже если эта проблема кажется вам незначительной, помните, что в возрасте ребенка она может казаться концом света. Не обесценивайте его переживания!
- Старайтесь избегать нравоучений. Вместо этого прислушайтесь к ребенку – и, возможно, вы лучше поймете причины его эмоциональных проблем [1].

Не нужно допускать ситуации, когда подросток занимается только своим любимым делом, а все остальное за него делают родители. Нужно объяснять, что в будущем никто не будет решать за него бытовые проблемы. Человек должен уметь сам себя обслуживать: заправить постель, приготовить простой завтрак, помыть посуду, пришить пуговицу и т. д.

Если родители не могут добиться от подростка выполнения домашних обязанностей (например, уборка) или социальных (учеба в школе), значит, уже есть определенные сложности в отношениях и родитель не справляется со своей ролью.

Переходный возраст – это психологически сложный этап в жизни подростка. Точного ответа, сколько он длится, когда начинается и когда заканчивается, к сожалению, нет. Все индивидуально. В среднем в 10-12 лет у детей начинается период бурного созревания, который длится до 15-17 лет. Ребенок может стать неуправляемым, начать огрызаться, прогуливать школу и совершать проступки будто бы назло. Почему так происходит? Все это особенности переходного возраста, с ним меняется не только мироощущение, но и сам организм. Это период бурного, неравномерного роста, когда совершенствуется мускульный аппарат, идет процесс окостенения скелета, возникают постоянные изменения в организме, что часто приводит к временным расстройствам в кровообращении, повышению кровяного давления, напряжению сердечной деятельности у подростков, а также к повышению их возбудимости, что может выражаться в раздражительности, быстрой утомляемости, головокружениях и ускоренном сердцебиении.

Дают о себе знать и внешние признаки созревания мужчины и женщины. Результатами этих изменений являются: увеличение молочных желез, понижение голоса, рост волос на теле и т. п. Затем следует резкое ускорение роста, стимулированное повышением уровня половых гормонов.

Подросток должен понимать, что все, что с ним происходит, абсолютно нормально. В мире много людей, которые рассказывали о том, что, будучи под-

ростками, чтобы не отличаться от других, они постоянно умалчивали об изменениях в своем организме, пытались скрыть эти изменения от своих родителей, считали это чем-то ненормальным и даже надумывали себе смертный приговор. Очень важно не забывать о том, что испытывает ребенок в эти моменты. Не стоит недооценивать важность разговоров об изменениях в организме.

Переходный возраст у мальчиков и девочек несколько отличается. У мальчиков он начинается позже на год-два, чем у девочек. Чаще всего это связано с увеличением физической силы и половой активностью. Мальчик будет пытаться доказать себе и своему окружению, что он уже мужчина. Это может лишить подростка душевного спокойствия, следствием чего могут стать изменения в характере. В поиске своей внутренней позиции подросток может стать замкнутым и застенчивым или, наоборот, совершенно неуправляемым и агрессивным. Поведение в этот момент будет зависеть от того, что вложили в мальчика родители: смогли ли они увлечь своего ребенка спортом или другим полезным хобби, в котором он мог бы показать себя и развить определенные навыки. Важную роль в воспитании мальчика играют отношения с отцом. Такие отношения можно назвать соперническими. В отношениях с матерью мальчик будет вырываться из объятий, станет игнорировать попытки заботы о нем, будет делать все наперекор, пытаясь выглядеть более самостоятельным. И это нормально. Хуже, если у ребенка отсутствует желание стать самостоятельным. Ведь самостоятельность очень важна во взрослой жизни.

Так как подростки постоянно стремятся к самостоятельности и независимости от своих родителей, на этой почве могут возникать конфликты, которые приводят к негативным изменениям личности подростка. Некоторые родители, не сдерживая своих эмоций, могут сорваться на ребенке, чего ни в коем случае нельзя допускать. Родители должны стремиться к тому, чтобы их ребенок вырос счастливым, но многие не знают или не хотят знать, как этого добиться, тем самым совершая ошибки в воспитании, ломающие жизнь ребенку, и даже не осознавая всей неправильности своих действий.

«Подросток должен ощущать себя комфортно в этом мире, ему необходимо чувствовать поддержку и любовь. Но не стоит забывать о принципе строгости, так как без него не будет самоконтроля. Сначала подросток должен принять правила, привыкнуть ими руководствоваться и только потом учиться управлять собой. Не будет правил – и подросток не сможет понять, какое поведение можно считать социально приемлемым. Требования родителей должны быть четкими и логичными. Отругать за плохой поступок можно, но нельзя придираться по каждой мелочи» [2].

Ни в коем случае нельзя бить ребенка и называть это воспитанием, как делают некоторые родители. У таких людей нет понимания слова «воспитание», это можно назвать только жестокостью. Многие психологи обосновывали недопустимость насилия над ребенком. Как мыслит родитель, бьющий своего

ребенка? Он вспоминает какой-то случай из своей жизни, который для него является оправданием его действий. Он вспоминает, как однажды что-то натворил и за этот проступок «получил ремня». Взрослый вспоминает, что очень хорошо усвоил урок и больше не совершал проступка.

Физическое наказание – это установление границ дозволенного через боль и страх. Ребенок не будет больше совершать дурные поступки из-за страха быть побитым. Казалось бы, урок усвоен, но является ли это воспитанием? Совершенно нет. Доказано, что дети, которых бьют родители, вырастают несамостоятельными и безответственными. Ребенок будет жить в страхе перед своим родителем и по указке делать все, что от него требуют. Он не сможет научиться самостоятельно принимать решения.

Большинство родителей никогда не обращались к литературе, обучающей правильному общению с ребенком. Многие воспитывают детей, ограничиваясь лишь личным опытом, который может быть очень скудным или неправильно интерпретированным. Любой родитель обязан с максимальной ответственностью отнестись к своему ребенку. Важно помнить, что ребенок – это в первую очередь неокрепший ум, который впитывает всю информацию из внешнего мира, и любая мелочь может оказать сильнейшее влияние на будущее юного человека [3].

Подросток, сталкиваясь с множеством проблем, остро нуждается в помощи родителей, но при этом стремится оградить свой внутренний мир переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения. Психологи дают ряд советов, которые помогут в общении с детьми.

- Проявляйте интерес к проблемам подростков. Будьте искренними и откровенными.
- Не обесценивайте чувства детей, не подшучивайте над ними.
- Не проявляйте грубость и агрессию.
- Не вмешивайтесь в отношения подростков, они только учатся общаться друг с другом.
- Постарайтесь выстроить с подростком дружеские отношения и открытый диалог.
- Уважайте детей любого возраста [4].

Подросток требует к себе родительского внимания, но при этом он уже имеет сформированную точку зрения на многие вещи. И то, какой будет эта точка зрения, зависит прежде всего от его окружения, включая родных и самых близких ему людей.

Таким образом, подростковый период является очень ответственным, потому что он во многом определяет дальнейшую жизнь человека. Утверждение независимости, формирование личности, выработка планов на будущее – все это формируется именно в этом возрасте.

Литература

1. Орлов Р. А., Михайлова Д. А., Лазаренко Л. А. Теоретические аспекты депрессии у детей и подростков // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания: науч.-метод. журнал. 2020. № 3(18). С. 515–522.
2. Чубукина А. К., Лазаренко Л. А. Влияние пандемии COVID-19 на одиночество подростков // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания: науч.-метод. журнал. 2021. № 3(21). С. 329–334.
3. Щелкунов М. Д., Миронов В. В., Кирабаев Н. С., Гребенникова В. М., Никитина Н. И. Философия и проблемы современного образования: материалы обсуждения // Вопросы философии. 2018. № 6. С. 19–33.
4. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста: учеб. пособие для студ. гуманит. спец. / пер. с англ. В. Квиткевича, Ю. Мирончика; под науч. ред. Е. И. Николаевой. 12-е изд. СПб.: Питер, 2010. 816 с.

УДК 159.9

*Л. А. Лазаренко (Краснодар, Россия)
Кубанский государственный университет*

Особенности совладающего поведения и жизнестойкости старшекласников

В статье отражены особенности понимания того, через что проходит старшекласник, отмечается важность уровня жизнестойкости, формирования структуры личности путем развития высших психических функций в этом возрасте и интереса к выбору копинг-стратегий, обусловленных данными факторами. Подчеркивается значимость причастности старшекласника, находящегося в обществе, к социальной сфере и его близости к значимым людям, целесообразность изучения подобных взаимосвязей в рассматриваемый возрастной период.

Ключевые слова: совладающее поведение, старшекласник, жизнестойкость, копинг-стратегия

В современном мире стресс является неотъемлемой частью повседневной жизни, и если раньше бытовало мнение, что приспособление имеет место быть только в ситуации экстремальных жизненных условий и серьезных кризисов, то сегодня это не так. Это касается не только взрослых людей, но относится и к детям. При этом о старшем школьном возрасте можно говорить как о сенситивном периоде развития жизнестойкости и научения копинг-стратегиям.

На современных выпускников оказывают колоссальное давление общество, все громче скандирующее, что эти дети не такие, как предыдущие, что они ничего не умеют, ничем не интересуются, и вопрошающее: «На кого мы будущее мира оставим?»; школы, рассчитывающие образовательные програм-