

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Київський національний лінгвістичний університет  
Кафедра психології та туризму

КУРСОВА РОБОТА з  
психології  
на тему: «Особливості кризи пубертатного періоду»

Студентки III курсу групи Пс0120  
факультету туризму, бізнесу і  
психології  
Спеціальності 053 Психологія  
Андреєвої Катерини  
Науковий керівник: викладач  
кафедри психології і туризму  
Пліш Ганна Йосипівна

Національна шкала: \_\_\_\_\_

Кількість балів: \_\_\_\_\_ Оцінка ЄКТС: \_\_\_\_\_

Члени комісії:

\_\_\_\_\_  
(прізвище та ініціали)

\_\_\_\_\_  
(підпис)

\_\_\_\_\_  
(прізвище та ініціали)

\_\_\_\_\_  
(підпис)

\_\_\_\_\_  
(прізвище та ініціали)

\_\_\_\_\_  
(підпис)

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ПІДЛІТКОВИЙ ВІК ТА ЙОГО ОСОБЛИВОСТІ.....	5
1.1. Загальна характеристика особливостей підліткового віку.....	5
1.2. Розвиток пізнавальних процесів у підлітків.....	6
1.3. Особливості вікових криз.....	8
РОЗДІЛ 2 ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ...12	
2.1. Особливості формування темпераменту у підлітків в період кризи.12	
2.2. Шляхи подолання кризових станів.....	14
РОЗДІЛ 3 КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНА РОБОТА З ПІДЛІТКАМИ...18	
3.1. Психолого-педагогічна корекція стосунків підлітків із батьками...18	
3.2. Розвиток лідерських особливостей особистості серед однолітків...20	
3.3. Профілактика деструктивних проявів поведінки підлітків.....	22
3.4. Комплексний і системний підходи у роботі психолога.....	25
ВИСНОВКИ.....	28
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	30
ДОДАТКИ.....	32
РЕЗЮМЕ.....	38

## ВСТУП

Незважаючи на всі багатства фундаментальних досліджень, сьогодні немає цілісного опису розвитку психіки людини на даному етапі її життєвого шляху. Від того, як пройде підлітковий період, залежить відношення людини до самої себе і до світу в цілому. Криза підліткового віку є однією з найактуальніших проблем дітей сучасного світу. Це з виникненням сучасно нових вимог, що висувуються до них що відбуваються соціально – економічними перетвореннями. Процеси, що відбуваються в нашій державі в останні два десятиліття в соціально – економічній сфері та охороні здоров'я, призвели до значних як якісних, так і кількісних змін у стані здоров'я населення, особливо дитячого [1].

Індивід більшу частину свого часу перебуває у соціумі. При взаємодії з групою чи особистістю можуть виникати конфлікти, тому що кожен з нас має психологічні особливості, які виявляються в темпераменті, характері, комунікабельності тощо, а також у кожного з нас власний погляд на життя та навколишню дійсність.

Аналіз літератури з цього питання показав, що до проблеми конфлікту та способів поведінки у ньому інтерес не пропадає досі, це легко пояснюється сучасним, динамічним ритмом життя. Підлітковий вік дуже непростий період життя людини, оскільки є переходом дитини з дитинства у доросле життя з новими правилами, обов'язками, з оновленим сприйняттям себе та навколишнього світу.

Завданням нашого дослідження є аналіз причин виникнення та особливостей перебігу підліткового віку. У сучасному світі всі негативні та складно зрозумілі прояви у поведінці підлітка пояснюються «підлітковою» кризою.

Зважаючи на те, що в підлітковому віці спілкування з однолітками займає першорядну роль, то не виключена поява конфліктів у їх взаємовідносинах. На конфліктне поведінка впливає безліч чинників, зокрема і індивідуально-особистісні особливості, як першорядні.

Проблема дослідження. Збільшення числа «складних» дітей, які порушують правила та норми поведінки. В даний час проблема стратегій поведінки в конфлікті, а саме, мало вивчені причини, дисгармонічні та деформуючі складові конфліктної поведінки, що негативно впливають на якість життя підлітка, не вистачає досліджень і розробок у цій галузі, саме за даним періодом онтогенезу, робіт, що враховують специфіку підліткових конфліктів, у яких пропонується ефективно обґрунтування заходів щодо їх врегулювання та профілактики. Існує потреба формування антиконфліктної поведінки у процесі взаємодії підлітків один з одним і позитивних соціальних установок.

Наукові розробки провідних вітчизняних вчених: Ф.М. Бородкіна, Н.М. Коряк, А.Г. Большакова, М.Ю. Несмілової, В.П. Василенка, С.М. Ємельянова, Е.Е. Лінчевського та інших присвячені обґрунтуванню теоретичних та загальнометодологічних аспектів конфлікту. Проблема конфліктології як важливої складової міжособистісних відносин набула розвитку у працях як зарубіжних, і вітчизняних досліджень – М.А. Джерелевської, Е.Е. Лінчевського, Г.Г. Мелік'яна, В.М. Меньшовий, Р.П. Колосової, С.М. Щегловий.

Викладені передумови зумовили вибір теми даної роботи і дозволили сформулювати **мету дослідження**: описати та вивчити вплив особистісних особливостей підлітків на стиль поведінки у конфліктній ситуації.

**Об'єкт:** психологічні особливості підлітків.

**Предмет:** вплив періоду кризи на психологічні особливості підлітків.

**Завдання дослідження:**

1. Розглянути особливості підліткового віку, як одного з етапів онтогенезу;
2. Виділити особливості перебігу вікової кризи у підлітковому віці;
3. Розробити рекомендації щодо профілактики деструктивних проявів поведінки підлітків.

**Методи дослідження:** теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення фактичного матеріалу на тему дослідження, вивчення практичного досвіду.

Структура роботи. Робота складається із вступу, двох розділів, висновків, списку використаної літератури, додатків.

## РОЗДІЛ 1 ПІДЛІТКОВИЙ ВІК ТА ЙОГО ОСОБЛИВОСТІ

### 1.1. Загальна характеристика особливостей підліткового віку

В даний час знання фактів і закономірностей психологічного розвитку в дитинстві, юності, зрілості та старості, вікових завдань та нормативів розвитку, типових вікових проблем, передбачуваних криз розвитку та способів виходу з них необхідне найширшому фахівцям – психологам, педагогам, лікарям, соціальним працівникам та і т.д. Тому і виник такий напрямок у загальній психології як вікова психологія, яка вивчає особливості розвитку психіки на різних вікових етапах.

Вікова психологія - це галузь психологічної науки, що вивчає закономірності етапів психологічного розвитку та формування особистості протягом онтогенезу людини від народження до старості [2]. За своє життя людина проходить через низку стадій свого розвитку – дитинство, дитинство, юність, перехідний вік, дорослішання, зрілість, літній вік, і нарешті, старість та згасання.

На кожному етапі виникають свої завдання та пріоритети, життєві проблеми та пов'язані з ними переживання. Кожен віковий період насичений унікальними, характерними лише цього періоду психологічними і поведінковими особливостями, які поза цього віку не повторюються. Перехід від одного (старого) якісного стану до нового якісного стану неможливий без проходження та подолання вікових криз. Під час стабільних періодів людина накопичує різні вміння та знання. Ці зміни накопичуються повільно та непомітно. Настає криза, яка знаходить своє відображення у поведінці. Під час кризи відбувається руйнація уявлень людини за багатьма позиціями [5]. Специфіка вікових криз, їхня відмінність від інших криз полягає в тому, що зміна соціальної ситуації пов'язана з сприйняттям часу, тобто образами майбутнього та минулого. Важливо, що вікові кризи нормативні, необхідні вирішення вікових завдань розвитку. Отже, криза є невід'ємною та обов'язковою частиною розвитку людини.

## 1.2. Розвиток пізнавальних процесів у підлітків

Підлітковий вік є загадковим і непередбачуваним з усіх вікових періодів. Існує різне розуміння вікових кордонів, залежно від концепції та психологічних поглядів. Наприклад, Г. Грімм обмежує підлітковий період віком 12-15 років у дівчаток і 13-16 у хлопчиків, а, за Дж. Бірреном, цей період охоплює 12-17 років. У класифікації Д.Б. Бромлів цей вік визначається 11-15 роками. На цю тривалість вказують і автори лонгітюдного дослідження Інституту розвитку людини Каліфорнійського університету. Ж. Піаже відносить до підліткового віку від 12 до 15 років. Л.С. Виготський випередив межі перехідного віку від 13-17 років.

На нашу думку, найбільш чітко та лаконічно окреслено межі підліткового віку в періодизації вітчизняного психолога Д.Б. Ельконіним, у якій акцент робиться не так на фізичному розвитку організму, але в появі нових психічних утворень, обумовлених зміною та розвитком провідних типів діяльності. Кордони підліткового віку у цій періодизації встановлюються між 10-15 роками.

Безумовно, кожен автор у психології розвитку визначає свої вікові межі, але загалом період позначений. Для більш глибокого та точного розуміння теми дослідження, доцільно описати основні особливості підліткового віку. Зокрема, для підліткового віку характерні [8]:

- 1) статеве дозрівання та нерівномірний фізіологічний розвиток, що зумовлюють емоційну нестійкість та різкі коливання настрою;
- 2) зміна соціальної ситуації розвитку: перехід від залежного дитинства до самостійної та відповідальної дорослості;
- 3) зміна провідної діяльності: навчальну діяльність витісняє інтимно-особистісне спілкування з однолітками;
- 4) відкриття та затвердження свого «Я», пошук власного місця в системі людських взаємин;
- 5) пізнання себе через протиставлення світу дорослих і через почуття приналежності до світу однолітків.

Це допомагає підлітку знайти власні цінності і норми, сформувати своє уявлення про навколишній світ;

б) поява «почуття дорослості», бажання підлітка визнання своєї «дорослості».

У цьому віці підлітки прагнуть звільнитися від емоційної залежності батьків. Різноманітність поведінкових реакцій підлітка пов'язані як з психологічними змінами, а й з фізіологічними. Статеве дозрівання та нерівномірний фізіологічний розвиток підлітка зумовлюють багато його поведінкових реакцій у цей період. Підлітковий вік характеризується емоційною нестійкістю та різкими коливаннями настрою [10].

Цікаво відзначити, що відомий вітчизняний психолог Л.С.Виготський зовсім іншим, не традиційним поглядом розглядає проблему підліткового віку. Так, безперечно, підлітковий вік – це вік корінних змін та новоутворень. Ми зупинимося у цьому, що було важливим, на думку Виготського Л.С. Так ось, проблема інтересів є основною в пубертатному періоді. У підлітковому віці руйнуються та відмирають старі інтереси та формуються нові [11]. Л.С. Виготський писав: «Якщо початку фаза розвитку інтересів стоїть під знаком романтичних прагнень, то кінець фази знаменується реалістичним і практичним вибором одного найбільш стійкого інтересу»[4,6].

Еволюція інтересів є основою зміни поведінки. Колишня поведінка продовжує існувати, нові форми з'являються на основі вже існуючих, а інтереси чи потреби змінюються докорінно. Підлітковий вік часто називають негативним періодом розвитку. Багато дослідників характеризують цей період як прояв негативізму. А відбувається це тому, що починають згасати колишні системи інтересів і з'являються перші органічні потяги, тобто статеве дозрівання. Психологи порівнюють систему інтересів з будинком, що будується.

У період перехідного віку стара система інтересів повністю руйнується як будівлю під час катастрофи. Ми можемо спостерігати поступову появу нових інтересів, пов'язаних із статевим потягом. Саме тому підлітки характеризуються невизначеністю, дратівливістю, підвищеною збудливістю, швидкою стомлюваністю, різкими стрибками настрою, зміни авторитетів та ін. У міру дозрівання сексуальний потяг набуває більш замаскованої та завуальованої

форми [10]. Головним тут є те, що в період негативної фази знижується продуктивність, що характеризується проблемами з успішністю, підвищується рівень конфліктності, тривожності, дратівливості тощо. У процесі статевого дозрівання виникає абсолютно нова форма відносин між конкретним і абстрактним мисленням.

Розвиток мислення має центральне, ключове місце всім іншим функцій і процесів. На нашу думку, роль інтелектуального розвитку у житті підлітка незаперечна.

### **1.3. Особливості вікових криз**

У кожному періоді життя людини оточують свої складнощі, характерні для свого віку. У психології існує поняття періодизація – поділ життєвого циклу деякі періоди чи вікові етапи. Кожен із цих етапів має свою специфіку, свої закономірності людського розвитку. У різні періоди життя існують стабільні та кризові стадії. Розвиток людини як особистості визначається тим, що суспільство очікує від нього, які цінності та ідеали йому пропонує, які завдання ставить перед ним у різному віці. Людина, дорослішаючи і розвиваючись, проходить ряд наступних один за одним стадій не тільки психологічних, а й біологічних, тобто пов'язаних із фізичними змінами та процесами в організмі.

На кожній стадії особистість набуває певної якості (новоутворення), яка зберігається в наступні періоди життя. Кризи можуть виникати всіх вікових стадіях. Це поворотні моменти, коли вирішується питання, чи вперед ми підемо у своєму розвитку чи назад. У кожній особистісній якості, яка з'являється у певному віці, укладено глибинне ставлення до світу та самого себе. Це ставлення може бути як позитивним, так і негативним.

Дуже цікаво дізнатися, які ж кризи підстерігають вас у житті, тим більше, що в їх описі багато хто з нас може дізнатися і про ситуацію з власного життя. Іншими словами, все наше життя складається із криз. Адже ми постійно вирішуємо проблеми, ставимо собі завдання і знову вирішуємо їх. А ще дорослішаємо, розвиваємось, змінюємося.



Вікові кризи – це нетривалі за часом (до року) вікові періоди, у яких відбуваються різкі психологічні зміни. Вікові кризи виникають при переході від одного вікового ступеня до іншого і відносяться до нормативних процесів, необхідних для розвитку особистості [12].

У віковій психології немає єдиної думки щодо криз, їх місця та ролі в психічному розвитку. Частина психологів вважає, що розвиток має бути гармонійним, безкризовим. Кризи – ненормальне, «болюче» явище, результат неправильного виховання. Інша частина психологів стверджує, що наявність криз у розвитку є закономірною. Більше того, за деякими уявленнями у віковій психології, дитина, яка не пережила по-справжньому кризу, не буде повноцінно розвиватися далі. До цієї теми зверталися Божович, Поліванова, Гейл Ших [4]. У вітчизняній психології вікові кризи традиційно тривалий час розглядалися в контексті проблем дитячого розвитку та його періодизації. За визначенням класика вітчизняної психології Л.С. Виготського, розвиток є внутрішньо детермінований, цілеспрямований процес, що протікає нерівномірно і суперечливо через виникнення та вирішення внутрішніх конфліктів [6].

У зв'язку з цим особливої значущості набувають переломні критичні періоди, під час яких у дитині за відносно короткі проміжки часу відбуваються зміни, помітні для оточуючих та необхідні для подальшого розвитку [1].

З цієї позиції специфічними особливостями кризового періоду є: наявність «руйнування» і регресу в розвитку, значні негативні зміни, що здаються, що відбуваються в короткі проміжки часу, розмитість меж початку і закінчення, труднощі у спілкуванні та навчанні — тобто «на перший план висувуються процеси відмирання і згортання, розпаду та розкладання того, що утворювалося на попередній стадії» [15].

Дані особливості застосовні і для криз розвитку у дорослих, проте тут вони не мають такої жорсткої прихильності до віку: вони можуть готуватися і проявлятися поступово, але можуть і раптово виникати при істотних та різких змінах у соціальній ситуації людини [5]. Так було в дослідженнях Е.Т. Соколової представлені дані про особливості кризи, пов'язаної з тяжкими соматичними

захворюваннями, за яких відбувається змістовна переоцінка тимчасової перспективи людського життя та руйнування «образу майбутнього» [6].

Ключовим поняттям даної концепції є вибір, через який відбувається розвиток ідентичності людини [7]. На думку Д. Левінсона, кризи також мають позитивний характер і є періодами активного та усвідомленого переосмислення індивідом життєвих цінностей: наростає необхідність змістовних змін не в оточенні, а в собі самому. У свою чергу, у чергуванні періодів змін та стабільності, тобто чергуванні «сезонів», згідно з уявленнями автора, полягає все життя [5].

Дослідження проблематики вікових криз широко представлено у роботах гуманістичного та екзистенційного напрямів. У такому трактуванні криза є найважливішим аспектом самої актуалізації та духовного розвитку людини. У роботах С. Гроффа показано, що при всій труднощі подолання, а іноді і страху, криза має потенційну силу «цілительства» і тягне до повнішого життя. Відмова ж від кризи та такого розвитку, її уникнення може призвести до психічної стагнації та розладів [2].

Продовжуючи тему духовного розвитку через кризу, Е. Йоманс виділяє у критичному періоді три стадії: руйнування («маленька смерть»), проміжну стадію (переоцінка цінностей) та стадію творення (новий досвід). При цьому, на думку автора, стадії руйнування помилково приписується негативний характер, проте жодне творення неможливе без символічної смерті минулого досвіду: «Нам необхідно зрозуміти, що маленькі смерті необхідні, є невід'ємною частиною життя і невіддільні від неї» [5]. Можна дійти невтішного висновку, що з розвиток функції криз більшістю авторів визнається та його ресурсна роль: кризи здатні актуалізувати приховані можливості людини. При цьому слід зазначити, що причиною виникнення кризи можуть бути не лише негативні події, а й сильні позитивні переживання. Ігнорування значущості переломного моменту в такій ситуації може призвести до негативної переоцінки того, що сталося, — наприклад, «криза батьківства». Як зазначалося, кризи розвитку часто пов'язуються авторами з певним віком, що одна із підстав для періодизації.

При цьому кризи в зрілий період мають екзистенційний характер, а тому менш прив'язані до конкретного віку. Так, «криза середини життя» відбувається, за різними даними, в інтервалі між 30 та 45 роками, що суттєво ускладнює дослідження особливостей його перебігу. На перший план тут виходять проблеми самореалізації та пошуку сенсу життя, усвідомлення згасання своїх можливостей та фізичних сил, переживання, пов'язані з такими значущими галузями, як сім'я та професія. Сімейна криза пов'язана з новими етапами розвитку сім'ї, змінами відносин усередині неї; професійна криза пояснюється недостатньою професійною реалізацією, кризою професійного Я [5].

Л.І. Анциферова вважає, що причиною криз зрілого віку є усвідомлення особистістю невідповідності свого рівня професіоналізму для вирішення поставлених життєвих завдань внаслідок прискорення темпів соціального розвитку. Вихід із кризи автор бачить у безперервній освіті та вдосконаленні особистості [5]. На думку О.А. Карабанової, криза виникає лише тоді, коли виникає необхідність вибору шляху самореалізації особистості умовах свободи особистого вибору [3].

Таким чином, кризу можна розглядати як ситуацію необхідності вибору, в якій здійснюється послідовний рух від неусвідомленості, пасивності та безвідповідальності вибору до все більш повної її усвідомленості, активної позиції та прийняття відповідального рішення, що відкриває нові горизонти в емпіричних дослідженнях кризових станів. При цьому слід зазначити, що операціоналізація поняття «криза» досить складна і потребує додаткового вивчення. Стабільний період характерний тривалою тривалістю, плавними змінами структури особистості без сильних зрушень та змін. Незначні, мінімальні зміни накопичуються і наприкінці періоду дають якісний стрибок у розвитку: з'являються вікові новоутворення, стійкі, що фіксуються у структурі особистості. Кризові періоди тривають недовго, кілька місяців, при несприятливому збігу обставин розтягуючись до року і навіть двох років. Це короткі, але бурхливі стадії. Відбуваються значні зрушення у розвитку – дитина різко змінюється у багатьох своїх рисах.

## РОЗДІЛ 2 ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

### 2.1. Особливості формування темпераменту у підлітків в період кризи

Криза підліткового віку є найтривалішою порівняно з усіма віковими кризами. Підлітковий вік – важкий період статевого дозрівання та психологічного дорослішання дитини. У самосвідомості відбуваються значні зміни: з'являється почуття дорослості, відчуття себе дорослою людиною. Виникає пристрасне бажання якщо не бути, то хоча б здаватися і вважатися дорослим. Відстоювати свої нові права, підліток захищає багато сфер свого життя контролю батьків і часто йде на конфлікти з ними. Також підлітку властиве прагнення спілкуванні з однолітками. Провідною діяльністю у період стає інтимно – особистісне спілкування. З'являються підліткова дружба та об'єднання у неформальні групи. Виникають яскраві захоплення, що зазвичай змінюють одне одного.

Основною діяльністю підлітка є - навчальна, в ході якої дитина не тільки освоює навички та прийоми здобуття знань, а й збагачується новими змістами, мотивами та потребами, опановує навички соціальних взаємин.

Шкільний онтогенез охоплює такі вікові періоди:

молодший шкільний вік – 7-10 років;

молодший підлітковий – 11–13 років;

старший підлітковий – 14–15 років; юнацький вік – 16–18 років.

Кожен із цих періодів розвитку характеризується своїми особливостями. Одним із найскладніших періодів шкільного онтогенезу є підлітковий період, який інакше називають перехідним, оскільки він характеризується переходом від дитинства до юності, від незрілості до зрілості [9].

Підлітковий вік – період бурхливого та нерівномірного зростання та розвитку організму, коли відбувається інтенсивне зростання тіла, удосконалюється м'язовий апарат, йде процес окостеніння скелета. Невідповідність, нерівномірність розвитку серця та судин, а також посилена діяльність залоз внутрішньої секреції часто призводять до деяких тимчасових

розладів кровообігу, підвищення кров'яного тиску, напруги серцевої діяльності у підлітків, а також до підвищення їх збудливості, що може виражатися у дратівливості, швидкій стомлюваності та серцебиття. Нервова система підлітка ще завжди здатна витримувати сильні чи довго діючі подразники і під впливом їх часто перетворюється на стан гальмування чи, навпаки, сильного збудження [9].

Центральним фактором фізичного розвитку в підлітковому віці є статеве дозрівання, яке істотно впливає на роботу внутрішніх органів. З'являються статевий потяг (часто неусвідомлений) і пов'язані з ним нові переживання, потяги та думки. Особливості фізичного розвитку в підлітковому віці визначають найважливішу роль у цей період правильного режиму життя, зокрема режиму праці, відпочинку, сну та харчування, фізичного виховання та спорту.

Відмінна риса психічного розвитку полягає в тому, що воно має прогресивний і водночас суперечливий гетерохромний характер протягом усього шкільного періоду.

Психофізіологічний функціональний розвиток є тим часом однією з основних напрямів психічної еволюції. У підлітків розвиваються навички наукового мислення, завдяки яким вони міркують про минуле, сьогодення та майбутнє, висувають гіпотези, припущення, будують прогнози. У юнаків з'являється тяжіння до загальних теорій, формул і т. д. Схильність до теоретизації стає, у певному сенсі, віковою особливістю. Створюються власні теорії політики, філософії, формули щастя та любові.

Особливість юнацької психіки, пов'язана з формально-операційним мисленням, – зміна відношення категорій можливості та дійсності. Освоєння логічного мислення неминуче народжує інтелектуальне експериментування, своєрідну гру в поняття, формули і т.д. підкорятися системам, а чи не системи дійсності [5].

Кризи підлітка пов'язані з новоутвореннями, серед яких центральне місце займають «почуття дорослості» і виникнення нового рівня самосвідомості. Характерологічна особливість 10-15-річної дитини проявляється в загостреному

прагненні утвердити себе в суспільстві, домогтися від дорослих визнання своїх прав та можливостей.

На першій стадії для дітей специфічне прагнення отримати визнання факту їхнього дорослішання. Причому частина молодших підлітків воно виявляється у бажанні лише затвердити своє право бути як дорослі, домогтися визнання своєї дорослості (на рівні, наприклад, «я можу одягатися так, як я хочу»). У інших дітей прагнення до дорослості полягає у спразі отримати визнання їх нових можливостей, у третіх – у бажанні брати участь у різноманітних справах нарівні з дорослими [11]. Переоцінкою своїх збільшених можливостей визначається прагнення підлітків до відомої незалежності та самостійності, хворобливе самолюбство та уразливість.

Інтенсивно формуються моральні поняття, уявлення, переконання, принципи, якими підлітки починають керуватися у своїй поведінці. Найчастіше вони формується система своїх вимог і норм, яка збігається з вимогами дорослих. Одним із найважливіших моментів у становленні особистості підлітка є розвиток самосвідомості, самооцінки (СО); у підлітків виникає інтерес до себе, до якостей своєї особистості, потреба порівняти себе з іншими, оцінити себе, розібратися у своїх почуттях та переживаннях. Самооцінка формується під впливом оцінок інших, порівняння себе коїться з іншими, найважливішу роль її формуванні грає успішність діяльності. Перехідний критичний період завершується виникненням особливої особистісної освіти, яку можна позначити терміном «самовизначення», воно характеризується усвідомленням себе як член суспільства та свого призначення в житті [13].

## **2.2. Шляхи подолання кризових станів**

У зв'язку з вище викладеним, підлітку для реалізації свого потенціалу необхідно належати до певної групи, де він буде зрозумілий і прийнятий. Це може бути референтна група, яка організувалась спонтанно у дворі, у спортивному клубі, музичній школі тощо.

У деяких ситуаціях коли підліток не може знайти власну реалізацію він занурюється у стані депресії, яка може призвести і до суїциду.

Субкультура - об'єднань людей за світоглядом та інтересами, які не суперечать цінностям традиційної культури, а доповнюють її. І молодіжні субкультури – не виняток. Субкультури виникають, бо необхідні: вони дають можливість, особливо молоді та підліткам, проявити себе творчо, визначити своє місце у житті, знайти друзів. Явище, яке відзначається у багатьох країнах. Розглянемо найпоширеніші сучасні молодіжні субкультури:

1. Панк – це субкультура, заснована на пристрасті до панк – року. Нестримною енергією руйнування, представленою панком, ідеали хіпі були зметені. Культура панку знайшла своє відображення у танці, літературі, образотворчому мистецтві та кіно. Панк тримає тісний взаємозв'язок з деякими іншими субкультурами, такими як готика та психобіліті.

2. Металісти – одна з найбільших «неформальних» субкультур. Раніше важка музика була захопленням деяких меломанів, то елітною розвагою інтелігенції, і навіть малим захопленням гопників. Нині ж важку музику слухає багато хто. Сьогодні це дуже насичений музичний пласт, небагато складових якого не мають між собою спільного, окрім характерного «перевантаженого» звучання. «Тяжкість» сьогодні модна, рівноправна, просунута течія, ніякий не бунт, не андеграунд, як бувало раніше.

3. Готи сприймають свій рух як протест масової свідомості, строкатості та несмаку. Готична музика поєднує безліч різних стилів. Тенденція полягає у сумних, містичних і навіть скорботних мотивах у зовнішньому вигляді та музиці. У гот є свій, відомий стиль. Їхній імідж відрізняється траурністю, темними квітами, іноді у поєднанні з еротизмом. Буває пірсинг. Прикраси зі срібла, і можуть мати різні символи – анки, хрести, пентаграми тощо. Характеристики цієї субкультури включають ненасильство, пасивність і толерантність. На відміну від панків та хіпі, готи не закликають до соціальної активності, не підтримують сили чи блоки у політиці, і не створюють жодних політичних гасел.

4. Реп - серед багатьох субкультурних форм заснованих на музичних стилях, отримав широкий розмах на початку 2000 років . Манера виконання – «читання», їх дії у репі вуличного життя підлітків у негритянських кварталах Америки. Цей стиль має наслідувальний характер, останнім часом більше входить складовою в субкультурну полістилістичну освіту, яка отримала назву - хіп-хоп культура. Пріоритети, крім репу: графіті як вид особливого настінного малюнка, брейк-данс як форма пластики тіла та танцю, екстремальні види спорту, стрітбол та д.р. Ця субкультура досить демократична, не втрачає зв'язку з молоддю вулиці. У великих містах багато молоді в одязі, пов'язаному з репом. Хоча фанати репу відносяться до «крутих хлопців у широких штанах», що зображають із себе реперів.

4. Назва емо - походить від слова «емоційний». Представники емо добре відомі своїм стилем та ідеологією, яка чітко викладається у відповідній музиці. Спочатку субкультура будувалася на панк-музиці з виразними текстами, які найчастіше мають особистий характер і з великою емоційною складовою. Емо-музика будується на щирості, відповідно субкультура теж. Емо – це стан душі, але так само, вони мають свій особливий стиль, щоб виділитися серед інших субкультур. Одяг емо, це одяг у чорно-рожевій гамі, різні пов'язки на руках, пояси із залізними бляшками, рюкзак із різними значками емо. [17].

Найпоширенішим психічним розладом без перебільшення можна назвати депресії. Депресії у підлітків і молодих людей рідше потрапляють у поле зору психіатрів через їх атиповість, стертість клінічної картини, замаскованість їх проявів поведінковими розладами у вигляді конфліктності, грубості, агресивності, догляду з дому, злочинства, вживання психоактивних речовин (ПАР), раннє статеве життя.

У підлітковому віці при депресіях часто виражені психоподібні прояви: конфліктність, грубість, схильність до антисоціальної поведінки, опозиції до рідних, зловживання алкоголем. Навіть саме поняття «депресія» має неоднозначне трактування. Воно розуміється як характеристика настрою, назва синдрому та як окреме психічне захворювання. Підлітковий вік характеризується



переважно психогенними депресіями (тобто породжуваних психологічними причинами). Зв'язок підліткової депресивності: проблеми з успішністю, труднощі спілкування з однолітками та старшими та ін. Депресивні стани у підлітків мають складну структуру. Це пояснюється поєднанням справжньої депресивної симптоматики, заломленої через вікові особливості, з особистими захисними реакціями, які у відповідь власну неспроможність, неможливість ефективно засвоювати шкільну програму і адаптуватися у колективі однолітків [8].

Самогубство – це реакція людини на проблему, яка здається їй непереборною. Тема суїцидальної поведінки досить серйозна і вимагає роздумів про реальні причини, які штовхають людей на добровільний відхід від життя. Самогубство посідає третє місце серед причин смерті у підлітковому віці. Саме наявність соціальних та психологічних проблем призводить до суїцидальних спроб (насильство, агресія та жорстокість до дітей, почуття самотності). Нерідко підлітки, які вдаються до самогубства, мають родичів або знайомих, які наклали на себе руки, зловживають алкоголем і наркотиками, їм властиві синдром порушення уваги з гіперактивністю та інші поведінкові розлади, депресія, тривожні стани. До сприятливих факторів відносяться гостре переживання, зіткнення із законом, прогули та конфлікти в школі, наркоманія, вагітність або страх вагітності, іпохондрія, соціальна ізоляція. У дівчат додатковою причиною бувають підвищені вимоги до себе та своєї успішності (за середніх здібностей) або зміни в житті. У момент скоєння самогубства жертва часто перебуває під впливом алкоголю чи наркотиків [14].

Навчання, спорт, творчість – саме у ці види діяльності може піти підліток у цей період. Як правило, будь-які успіхи повинні бути помічені батьками або педагогами, думка яких цінується найбільше на світі і надзвичайно важлива для підлітка. Докладаючи достатніх зусиль у спорті чи навчанні, підліток освоює свою точку зору та правильну побудову самооцінки. Ставить перед собою цілі і йде до своєї мрії, починає вірити у свої сили. Так, наприклад, фізичні навантаження здатні відновити спокій і умиротворення підлітка. Творчість

збагачує внутрішнє життя підлітка, робить його всебічно розвиненим, вчить бути у гармонії із собою. Навчання та здобуття нових знань можуть приносити радість, допомагають самоствердитися.

## **РОЗДІЛ 3 КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНА РОБОТА З ПІДЛІТКАМИ**

### **3.1. Психолого-педагогічна корекція стосунків підлітків із батьками**

Сімейний фактор можна по праву розглядати як найпотужніший у плані благополучного впливу на дитину. Батьки часто не приймають позицію дитини в розрахунок, не приділяють їй достатньо уваги, карають і злиються з найменшого приводу. Міцна сімейна дружба, теплота взаємин, адекватний стиль виховання ось що потрібне підлітку в цей період. Прийняття (позитивний інтерес) має на увазі, безумовно, позитивне ставлення до дитини.

Батько, який емоційно розуміє його, співчуває йому, своєчасно реагує потреби дитини. Тим самим такий батько створюють у підлітка несвідому впевненість у тому, що він потрібен і цікавий іншим людям, у тому, що він має необхідні особистісні засоби для досягнення своїх цілей [2]. І головними помічниками в цьому мають бути батьки, адже саме батьки – головні люди для дитини, вони всі знають, у всьому допомагають. Найчастіше батькам не хочеться визнавати собі в тому, що їхня дитина починає дорослішати, у неї з'являються власні пріоритети в житті, свої позиції з якихось питань. Тому батьки повинні мати гнучку позицію по відношенню до думок і поглядів дитини і поважати будь-які прояви її особистості, враховуючи звичайно розумні межі дозволеного.

Для здорових відносин між дорослими та підлітком характерно те, що вплив батьків та однолітків носить взаємодоповнюючий характер. І це дуже просто. Головна труднощі для батьків тут лише в тому, що потрібно визнати у своїй дитині дорослу (нехай ще й не цілком) людину, яка має свої погляди та свої права.

У спілкуванні з підлітком доведеться забути, що батько — це людина, чия думка не обговорюється. Він колись користувався цим статусом, але вже все безповоротно змінилося: дитина стає самостійною. Тепер найкращий шлях для обох сторін – дружні стосунки. Досвід батька дає перевагу. Але не слід ним користуватися як зброєю. Їм потрібно допомогти подолати проблеми та підказати шляхи виходу зі складних ситуацій, тоді це буде сприйняти адекватно, з вдячністю, з повагою. Батьки повинні знову вчити дитину сприймати світ, показувати це на прикладах.

Насамперед потрібно навчити дитину жартувати. З гумором та іронією дивитися на те, що відбувається, не боятися в чомусь, помилитися, вміти відрізнити жарт від образи. Це допоможе йому впоратися з труднощами перехідного віку, це стане чудовою базою світогляду в майбутньому, сформує характер і оптимізм. Покажіть, як слід звертати собі на користь, здавалося б, негативні моменти в житті й тому, що відбувається: те, що сталося, — недобре, але в цьому можна знайти такі плюси. Ось тут ви будете неоціненними, оскільки підлітку не вистачає ще досвіду, щоби так відреагувати на ситуацію.

Почуття підлітка схильні до моментальної зміни, емоції просто переповнюють його, йому поки не вистачає досвіду справлятися з ними і контролювати їх. А людина, яка не виявляє емоцій, не цікава і до неї не тягнуться інші люди. Адже основа спілкування — порозуміння ситуації, коли розповідь одного співрозмовника з натхненням та блиском в очах підтримується іншим, і розмова ніяк не може закінчитися.

Тому важливо не силоміць нав'язувати підлітку свої правила. Адже якщо підліток зрозуміє, що ви його поважаєте, цінуєте його думку, він зможе поважати вас. Якщо ви розкриватимете перед ним свій досвід у вигляді порад, а не нав'язуватимете насильно, він почне його цінувати. І, зіткнувшись із справді серйозною проблемою, побіжить за порадою та допомогою не до друзів, а до вас, як до більш досвідченої та найближчої людини. Безліч досліджень доводять переваги першого підходу. Дитина, позбавлена сильних та недвозначних доказів

батьківського кохання, має менше шансів на високу самоповагу, теплі та дружні стосунки з іншими людьми та стійкий позитивний образ «Я» [6].

### **3.2. Розвиток лідерських особливостей особистості серед однолітків**

У підлітковому віці емоційно спілкуються з однолітками. Спілкування пронизує все життя підлітків, накладаючи відбиток і на навчальні, і на навчальні заняття, і на відносини з батьками. Найбільш змістовне та глибоке спілкування можливе за дружніх стосунків.

Підліткова дружба - складне, часто суперечливе явище. Підліток прагне мати близького, вірного друга та гарячково змінює друзів. Зазвичай він шукає в іншу подібність, розуміння та прийняття своїх власних переживань та установок. Друг, який уміє вислухати і відчувати (а для цього потрібно мати подібні проблеми або такий самий погляд на світ людських відносин), стає своєрідним психотерапевтом. Він може допомогти як краще зрозуміти себе, а й подолати невпевненість у своїх силах, нескінченні сумніви у власній цінності, відчувати себе особистістю.

Трапляються і винятки. Наприклад, для серйозної дівчинки, яка добре встигає в школі, найкращою подругою може стати дівчинка галаслива, екстравагантна, яка цікавиться не навчанням, а розвагами. Привабливість протилежного характеру пояснюється зазвичай тим, що підліток шукає в іншому привабливі риси, яких йому не вистачає [12]. У дружніх відносинах підлітки є вкрай вибірконими. Але їхнє коло спілкування не обмежується близькими друзями, навпаки, воно стає набагато ширшим, ніж у попередніх віках. У дітей у цей час з'являється багато знайомих і, що важливіше, утворюються неформальні групи чи компанії. Підлітків може об'єднувати у групу як взаємна симпатія, а й загальні інтереси, заняття, способи розваг, місце проведення вільного часу. Те, що отримує від групи підліток і що може їй дати, залежить від рівня розвитку групи, до якої він входить.

Дружні стосунки — це завжди взаємні стосунки, в яких кожен із учасників позначений і так чи інакше виявлений для іншого. При цьому вони обоє виявлені, представлені відповідно до своїх реальних властивостей, чим більше реалізму, тим більша ймовірність справжніх відносин дружби. Дружба заснована на справедливості, вона не вимагає від людини неможливої, надприродної, вона звернена до її реального «Я», яке по-справжньому може здійснити свою інтегральність у повному житті. Від друга чекають розуміння, друзі дають розуміння.

Всі інші можуть не розуміти, це їм прощається, але якщо не зрозумів друг — це вже катастрофа, це вже втрата, яка ґрунтується на переживанні неможливості втілення власного екзистенційного, це обрив нитки життя, обрив власного існування. Багатьом людям достатньо одного такого досвіду, щоби потім остерігатися людей все життя. Як виникає дружба — це ставлення, в якому обов'язково потрібно бути, а не здаватися собою? Психологи зазвичай описують момент виникнення дружби як особливе явище та називають його зустріччю. У вітчизняній психології немає практики аналізу зустрічі як феноменологічного явища, проте досліджена досить докладно, наприклад, потреба у спілкуванні у молодих людей та інші види про соціогенних потреб, тобто потреб в інших людях.

Юність характеризується як період виражених соціальних потреб. Потреба у дружбі, у підтвердженні можливості здійснення власного Я знаходить свій предмет (іншого) у момент зустрічі. Головне переживання, яке її характеризує, - це впізнавання близькості цієї людини собі, своєму Я. Іноді її описують як розрив, як стрибок у звичному перебігу життєвих буденних подій [8].

Справжня дружба має одну дивовижну властивість — у ній ніколи не виникає потреби змінити іншу людину. Кожен із них має свій життєвий простір, психологічний простір, де вибудовується його життя. Друг буває поруч, він займає таке становище, яке допомагає здійснити перехід на іншу позицію з урахуванням існування вже існуючої. Друг не руйнує позицію, він допомагає її відрефлексувати, усвідомити, тобто подивитися на себе з боку, використовуючи

ту частину знання про себе, яка для цього потрібна. Друг допомагає бути справедливим щодо свого «Я», своєї позиції. Ніхто інший цього зробити не може. Зазвичай, дружба прощає, прощає остаточно. Ця властивість справжньої дружби, прощення до кінця — це прояв безмежної довіри до сили Я іншої людини здійснити свою інтегральність, втілитись у життя. Як тільки починається сумнів чи осуд, значить, щось у дружбі надламане і вже назавжди. Можливо, затемнене джерело сили, спрямованої на іншу людину, можливо, він вичерпався через непомірне використання.

Дружба не може існувати без морального ставлення людей один до одного, тобто цінності дружби вже визначені наперед тим, що давно і одностайно називається в суспільстві людською чеснотою. Друг — це та людина, яка відкриває для нас ці цінності та будує свою поведінку відповідно до них. За друзями людини можна скласти об'єктивну картину морального образу людини. Дружба — це зустріч людини з собою, це дар життя, її диво, вона може бути постійної благодійністю, чи постійної допомогою, чи вигодою. Про це так давно і так сучасно міркували і Аристотель, і Кант, і Хома Аквінський, і багато інших великих людей, що я просто надсилаю охочих до їхніх текстів. Психологічно важливо те, що дружба дарує людині силу для будівництва власної цілісності, яка породжує і силу її Я, зберігати та охороняти своє Я, свої права, переживати їхню необхідність для збереження свого Я та Я інших людей від можливого впливу. Думаю, що саме тут можуть бути знайдені психологічні джерела правової свідомості людини. Дружба – це процес здійснення рівності Я, право – це процес здійснення соціальної рівності [1,11].

### **3.3. Профілактика деструктивних проявів поведінки підлітків**

Профілактика різних форм деструктивної поведінки та реабілітації підлітків груп соціального ризику є сьогодні виключно важливим та актуальним напрямом. Різке зростання злочинності серед неповнолітніх останніми роками перетворилося на серйозну соціальну проблему. З кожним роком все більше

підлітків залучається до таких форм поведінки, як хуліганство, злочинство, крадіжки, побиття, викрадення автомашин, бродяжництво, наркоманія, сексуальні девіації тощо, які характеризуються високим ступенем ризику як для самого підлітка, так і для суспільства в цілому[15].

Показником ефективності соціальної політики виступає соціальне здоров'я суспільства, при цьому передбачається, що таке оздоровлення здійснюється не за рахунок посилення каральних заходів, а шляхом професійної соціальної та психологічної допомоги, орієнтованої на актуалізацію та самореалізацію внутрішніх можливостей та особистого потенціалу кожної людини. Тому сьогодні необхідно інтегрувати досвід різних галузей психолого-педагогічного знання, який допоможе не тільки пояснити природу поведінки, що відхиляється в період дорослішання, а й розробити напрями профілактики та реабілітації для підлітків груп ризику, які спиратимуться на позитивні ресурси, тобто на особистісний потенціал їх розвитку.

Нині у соціальній роботі використовуються кілька напрямів роботи з підлітками групи соціального ризику:

- Вплив на причину через індивідуальну та групову психотерапію з підлітками
- Здійснення роботи не лише з дітьми та підлітками, а й із сім'ями, найближчим оточенням
- Взаємна робота спеціалістів різних профілів.

Існує кілька форм психопрофілактичної роботи:

- Організація соціального середовища
- Інформування
- Активне навчання соціально-важливим навичкам
- Організація діяльності альтернативної девіантної поведінки
- Організація здорового способу життя
- Активізація особистісних ресурсів
- Мінімізація негативних наслідків девіантної поведінки.

В установі працює психолог, при зверненні громадян надає допомогу і проводить наступну роботу:

- розмова «Знайомство»

Мета: встановлення контакту

- рисунковий тест «Будинок. Дерево. Людина»

Ціль: дослідження типології особистості

- кінетичний малюнок сім'ї

Мета: визначення взаємин у сім'ї

- тест «Самооцінка»

Ціль: визначення рівня самооцінки

- тест шкільної тривожності Філіпса

Ціль: виявлення рівня тривожності

- метод незавершених пропозицій (тест Сакса-Сіднея)

Ціль: визначення ставлення дитини до батьків, до себе, до страхів, до відносин.

- розмова про настрій

Мета визначення загального емоційного тла

- бесіда про поведінку

Мета: профілактика негативної поведінки з оточуючими.

- групове заняття у вигляді гри «Вікторина»

Мета: розвиток пізнавальної та емоційно-вольової сфери.

- індивідуальне заняття «Збери картину»

Мета: розвиток пізнавальної сфери, вироблення посидючості, зняття тривожності

- групова гра «Доміно»

Мета: навчання навичкам співробітництва, вироблення посидючості

- групове заняття «Недалеча»

Мета: розвиток концентрації уваги, зорової та слухової уваги, зняття емоційного та фізичного напруження

- групове заняття у вигляді гри «Чого на світі не буває?»



Мета: розвиток концентрації уваги, зорової та слухової уваги, самоаналізу

- групове заняття у вигляді гри «Запам'ятай рух»

Мета: розвиток зорово-рухових координацій, вміння аналізувати зразок

- групове заняття у вигляді гри «Хто швидше?»

Мета: навчання навичкам співробітництва у команді, вчитися адекватно реагувати на програші.

Психологічна релаксація:

- сухий басейн із кульками;
- фібероптичний килим
- диск «Зоряне небо»
- крісло «Пелюстка»
- пуфи «Острівець» та «Груша»;
- настінне пано «Зоряне небо»[9,12].

### **3.4. Комплексний і системний підходи у роботі психолога**

Ставши відносно самостійною наукою, психологія почала активно впроваджуватись у різні сфери соціального життя, породжуючи різні напрямки – від зоопсихології до економічної психології. Сьогодні згідно з Державним стандартом вищої професійної освіти налічується понад 20 психологічних спеціальностей, за якими здійснюється підготовка студентів [8,14].

До плеяди радянських психологів, що склала основу наукової школи Л. С. Виготського, належав Д. Б. Ельконін (1904 - 1984), видатний фахівець в галузі дитячої психології, який створив власний науковий напрямок у дитячій та педагогічній психології. Основні напрями досліджень Ельконіна - навчання грамоти, періодизація дитячого розвитку та дитяча гра. Розвиваючи ідеї Виготського, Ельконін запропонував одну з найбільш повних на сьогодні психологічних періодизацій, в якій він виділив дві сторони діяльності - пізнавальну та мотиваційну. Ці сторони існують у кожній провідній діяльності, але розвиваються нерівномірно, чергуючись за темпом розвитку у кожному

віковому періоді. Так, у дитячому віці інтенсивно розвивається мотиваційна сторона (дитина — доросла), ця ж сторона лідирує у дошкільному та підлітковому періодах. У той самий час у ранньому дитинстві, як і в молодших школярів і юнаків, найінтенсивніше розвивається операційна сторона (дитина — предмет)[2,15,17].

З погляду Ельконіна, криза якраз збігається з періодом максимального розриву між рівнем розвитку двох сторін діяльності. Його виникнення пояснюється саме необхідністю змінити діяльність, щоб дати можливість і іншій стороні досягти необхідного рівня розвитку, тому що в іншому випадку існує небезпека повного розриву між Типові суб'єкти кожного з цих освітніх періодів - дошкільнята, молодші операційною та мотиваційною сторонами, що може призвести до порушень у поведінці дитини.

Школярі, підлітки, старші школярі, студенти. При цьому зазначається, що кожен віковий період у житті людини визначається сукупністю багатьох факторів, що виступають і як його показники. Ельконін назвав три основні показники, фактори, що зумовлюють як сам розвиток, так і його періоди. Він вважав, що певний вік у житті дитини, або відповідний період його розвитку, це відносно замкнутий період, значення якого визначається насамперед його місцем і функціональним значенням на загальній кривій дитячого розвитку.

Кожен вік чи період характеризується такими показниками:

1) певною соціальною ситуацією розвитку або тією конкретною формою відносин, у які вступає дитина з дорослими у цей період;

2) основним чи провідним типом діяльності, що характеризує певні періоди дитячого розвитку;

3) основними психічними новоутвореннями (у кожному періоді вони існують від окремих психічних процесів до властивостей особистості). За характером зміни провідних типів діяльності у різних соціальних ситуаціях її розвитку, тобто. на діяльнісній основі, Ельконін визначив і вікові періоди психічного розвитку, і шість провідних видів (типів) діяльності:

1) безпосередньо-емоційне спілкування з дорослими;

- 2) предметно-маніпулятивна діяльність;
- 3) рольова гра;
- 4) навчальна діяльність;
- 5) інтимно-особисте спілкування;
- 6) навчально-професійна діяльність.

При цьому інтимно-особисте спілкування, що виступає як провідна діяльність підлітків, має само включатися до соціально значущої, соціально схвалюваної, просоціальної діяльності. Вона і повинна розглядатися як справді провідна в цьому віці[16]

## ВИСНОВКИ

Вивчивши літературу з цього питання, ми дійшли висновку, що підлітковий вік одна із найскладніших періодів життя, інтенсивне зростання і зміна організму надає серйозне впливом геть психіки підлітка.

Розглянувши основні особливості кризових станів підліткового віку ми виявили, що зміна цінностей, орієнтирів підлітка, прагнення до дорослості та самостійності, егоцентризм юнацького мислення породжує масу всередині особистісних та зовнішніх міжособистісних конфліктів.

Таким чином, підбиваючи підсумок нашої курсової роботи ми ще раз наголошуємо на важливості підліткового віку для всього розвитку особистості, вважаємо за необхідне продовження глибокого всебічного вивчення даної проблеми, наголошуємо на важливості цих знань у реальному житті підлітків на предмет їхнього ставлення до себе та до інших людей.

Для підліткової кризи існують як зовнішні, так і внутрішні (біологічні та психологічні) передумови такі, як:

1. Зовнішні причини. Зміна характеру навчальної діяльності: багато предметності, зміст навчального матеріалу є теоретичними основами наук, що пропонуються до засвоєння абстракції, викликають якісно нове пізнавальне ставлення до знань; скільки вчителів, стільки різних оцінок навколишньої дійсності поведінки дитини, її діяльності, поглядів, відносин, якостей, особистості. У підлітка виникає усвідомлення себе як учасника суспільно-трудова діяльності; пред'являються нові вимоги у сім'ї (допомога по господарству, з підлітком починають радитися); підліток починає інтенсивно рефлексувати себе.

2. Внутрішні причини. У цей період відбувається бурхливий фізичний ріст і статеве дозрівання (з'являються нові гормони в крові, відбувається вплив на центральну нервову систему, відбувається бурхливе зростання тканин та систем організму). Виражена нерівномірність дозрівання різних органічних систем у

період призводить до підвищеної стомлюваності, збудливості, дратівливості, негативізму.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Туріщева Л. В. Настільна книга шкільного психолога : навч.-метод. посіб. для вчителя. / Л. В. Туріщева. – Х. : Вид. група «Основа» : «Тріада+», 2008. – 256 с.
2. Туріщева Л. В. 101 схема й таблиця. На допомогу шкільному психологу / Л. В. Туріщева – Х. : Вид. група «Основа», 2008. – 94 [2] с. – (Сер. : «Золота педагогічна скарбниця»).
3. Шевченко Н. Ф. Шлях до Я-відкриття. Уроки психології для 8-х класів / Н. Ф. Шевченко, Є. М. Калюжна. – Запоріжжя : Інтерпрінт, 2007. – 124 с.
4. Ширококордюк Л. Лихослів'я у шкільному середовищі : профілактика і корекція / Л. Ширококордюк. – К. : Шк. світ, 2009. – 128 с. – (Сер. : Бібліотека «Шкільного світу»).
5. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції : Активне соціально-психологічне навчання : навч. посіб. / Т. С. Яценко. – К.: Вища школа, 2004. – 679 с.
6. Palfrey J. Born Digital. Understanding the first generation of digital natives / J. Palfrey, U.Gasser. – New York, 2008. – P. 7.
7. Howe N. Generations : The History of America's Future, 1584 to 2069 / N. Howe, W. Strauss. – New York : Perennial, 1991. – P. 541 с.
8. Lev E., Lewinsky A. The Presentation of Self in Online Life : The Importance of Nicknames in Online Environments [електронний ресурс] – / E. Lev, A. Lewinsky – режим доступу : <http://gsb.haifa.ac.il/~sheizaf/AOIR5/nameسيمianat.ppt>.
9. Wallace P. M. The Psychology of the Internet / Patricia M. Wallace // Cambridge, U. K. : Cambridge University Press, 1999. – 264 pp.
10. Адаптація дитини до школи / упоряд.: С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. – К.: Мікрос-СВС, 2003. – 111 с. – (Сер. : Психол.інструментарій).
11. Адаптація дітей у 1, 5, 10 класах / Упоряд. Т. Червона. – К.: Шк. світ, 2008. – 128 с. – (Бібліотека «Шкільного світу»).

12. Анн Л. Ф. Психологічний тренінг з підлітками/ Л. Ф. Анн. – СПб : Харків, 2008. – 270 с.
13. Бедлінський О. І. Проблема періодизації підліткового віку в сучасному суспільстві / О. І. Бедлінський // Практична психологія та соціальна робота. – 2011 – № 2. – С. 49 – 54.
14. Бендас Т. В. Гендерна психологія : навчальний посібник. / Т. В. Бендас. – Харків, 2006. – 431 с.
15. Дудяк В. Емоційне вигорання. К. : Главник, 2007. С. 3-125.
16. Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В., Ковальчук О. С. та ін. Комплекс методик для діагностики синдрому «професійного вигорання у вчителів» К., 2004. 21 с.

## ДОДАТКИ

Тест-опитувальник «Стиль поведінки у конфлікті» було розроблено американським психологом Кеннетом Томасом. Він створений з метою дослідження індивідуальної схильності людини до конфліктної взаємодії та визначення стилів вирішення конфліктних ситуацій. Поданий метод може застосовуватися як орієнтування у вивченні особливостей людини у плані адаптації та комунікації, а також стилю її спілкування.

У методиці Кеннета Томаса основну увагу приділено наступним питанням:

- Досліджуються форми поведінки людей у конфліктах
    - Визначаються найконструктивніші та деструктивніші форми поведінки у конфліктах
    - Визначаються методи стимулювання конструктивної поведінки у конфліктах Щоб описати поведінкові типи, Кеннетом використовується двомірна модель конфліктного регулювання, у якій базовими вимірами є:
      - Кооперація, взаємопов'язана з увагою індивіда до інтересів інших учасників конфлікту
      - Напористість, що характеризується прагненням захистити власні інтереси
- Виходячи з цих двох вимірів, вченим визначаються такі способи регулювання конфліктних ситуацій, як:
1. Конкуренція як прагнення задовольнити свої інтереси на шкоду іншому
  2. Пристосування як нехтування своїми інтересами на користь іншого
  3. Компроміс
  4. Уникнення, яке відрізняється відсутністю прагнення як до співробітництва, так і до досягнення власних цілей
  5. Співпраця, в якій конфлікуючі сторони знаходять альтернативу, що задовольняє інтереси всіх На думку Кеннета Томаса, під час уникнення конфлікту жоден учасник не може досягти успіху. Якщо учасники керуються принципами компромісу, пристосування чи конкуренції, залишитись у плюсі може лише одна сторона. І лише у процесі співробітництва виграють усі сторони конфлікту. У тесті-опитувальнику «Стиль поведінки у конфлікті» Томас представляє кожен з



розглянутих форм поведінки у вигляді дванадцяти суджень у тому, як людина поводить у конфлікті. Вони згруповані у тридцять пар у різних поєднаннях. Випробуваний повинен вибрати з кожної пари судження, що найбільше відповідає його звичайній поведінці.

#### Інструкція з проходження тесту

Нижче вам буде дано 30 пар думок. Вам необхідно вибрати саме те, яке, на вашу думку, найбільшою мірою відповідає вашій звичайній поведінці. Над відповідями не треба довго замислюватися. У тесті немає правильних або неправильних відповідей, і чим чеснішими ви будете з самими собою, тим достовірнішими будуть отримані результати. На проходження тесту відводиться від 15 до 30 хвилин. Після того, як тест буде пройдено, ви зможете ознайомитись із ключем до тесту та інтерпретацією відповідей.

#### Тестовий матеріал

Отже, з кожної запропонованої пари суджень виберіть одну, яка найбільше характеризує вашу поведінку

#### 1 пара:

А) У деяких випадках я можу надати іншій людині можливість відповідати за вирішення неоднозначного питання

Б) Я прагну звертати увагу на точки дотику, а не на розбіжності у поглядах

#### 2 пари:

А) Я завжди прагну знайти компроміс

Б) Я завжди намагаюся вирішити проблему так, щоб були враховані і інтереси мої та іншого

#### 3 пари:

А) Практично завжди я непохитний у досягненні своєї мети

Б) Практично завжди намагаюся зберегти хороші взаємини

#### 4 пари:

А) Я завжди прагну до компромісу

Б) У деяких випадках я можу поступитися своїми інтересами, щоб у вигравші залишилася інша людина

5 пара:

А) У процесі вирішення конфлікту, я прагну знайти підтримку у суперника

Б) Я завжди прагну зробити так, щоб напруженості не виникло

6 пара:

А) Я завжди прагну зробити так, щоб у мене не було неприємностей

Б) Я завжди прагну досягти своєї мети

7 пара:

А) Часто я прагну відкласти ухвалення рішення з спірного питання, щоб зробити це пізніше

Б) Нерідко я можу піти на поступки, щоб досягти іншої мети

8 пара:

А) Як правило, я завжди наполягаю на своєму

Б) В першу чергу, я завжди хочу зрозуміти, в чому суть усіх питань і інтересів, що порушуються.

9 пара:

А) Мені здається, що переживати з приводу розбіжностей слід далеко не завжди

Б) Я роблю все, щоб було так, як я хочу

10 пара:

А) Я рішуче намагаюся досягти своєї мети

Б) Найчастіше я прагну пошуку компромісного рішення

11 пара:

А) В першу чергу, я завжди хочу зрозуміти, в чому суть усіх питань і інтересів, що порушуються.

Б) Практично завжди намагаюся зберегти хороші взаємини

12 пара:

А) Найчастіше, я намагаюся уникнути позиції, здатної викликати розбіжності

Б) Я можу легко піти іншому назустріч, якщо він теж готовий піти на поступки і

3 пара:

А) Найчастіше я пропоную знайти середнє рішення

Б) Найчастіше я продовжую наполягати на своєму

14 пара:

А) Я завжди пояснюю іншому свою позицію і цікавлюся, як думає він

Б) Я завжди доводжу іншому логічність своїх суджень та плюси своєї позиції

15 пара:

А) Практично завжди я намагаюся зберегти добрі взаємини

Б) Я завжди прагну зробити так, щоб напруженості не виникло

16 пара:

А) Я завжди враховую почуття іншого і намагаюся не зачепити їх

Б) Я завжди доводжу іншому логічність своїх суджень та плюси своєї позиції

17 пара:

А) Як правило, я наполегливий у досягненні своєї мети

Б) Я завжди прагну зробити так, щоб напруженості не виникло

18 пара:

А) Я можу дозволити людині наполягати на своїй, якщо знаю, що вона буде щасливою

Б) Я можу легко піти іншому назустріч, якщо він теж готовий піти на поступки

19 пара:

А) В першу чергу, я завжди хочу зрозуміти, в чому суть усіх питань і інтересів, що порушуються.

Б) Часто я прагну відкласти ухвалення рішення з спірного питання, щоб зробити це пізніше

20 пара:

А) Я завжди прагну до негайного подолання розбіжностей

Б) Я завжди налаштований на краще поєднання втрат та вигод для кожного

21 пара:

А) У процесі переговорів я завжди враховую бажання іншої сторони

Б) Мені більше подобається, коли проблема обговорюється прямо

22 пари:

А) Я прагну зайняти таку позицію, яка буде посередині між моєю особистою та протилежною

Б) Я завжди прагну відстояти свої бажання

23 пари:

А) Мене завжди хвилює питання, чи задоволені бажання іншої сторони

Б) У деяких випадках я можу надати іншій людині можливість відповідати за вирішення неоднозначного питання

24 пари:

А) Якщо для іншої людини дуже важлива його позиція, я піду йому назустріч

Б) Я прагну схилити іншого до компромісного рішення

25 пара:

А) Я завжди доводжу іншому логічність своїх суджень та плюси своєї позиції

Б) У процесі переговорів я завжди враховую бажання іншої сторони

26 пара:

А) Найчастіше я пропоную знайти середнє рішення

Б) Практично завжди я прагну зробити так, щоб були задоволені бажання всіх сторін

27 пара:

А) Я намагаюся не займати потенційно спірної позиції

Б) Я можу дозволити людині наполягати на своєму, якщо знаю, що вона буде щасливою

28 пара:

А) Як правило, я наполегливий у досягненні своєї мети

Б) У процесі вирішення конфлікту я прагну знайти підтримку у суперника

29 пара:

А) Найчастіше я пропоную знайти середнє рішення

Б) Мені здається, що переживати з приводу розбіжностей слід далеко не завжди

30 пара:

А) Я завжди намагаюся зробити так, щоб почуття іншого не були зачеплені

Б) Найчастіше я дотримуюсь такої позиції в спірній ситуації, щоб і я та інша людина досягли успіху

Тепер можете ознайомитись із ключем до тесту. Ключ до тесу Перегляньте нижченаведену таблицю і проставте собі 1 бал за кожен відповідь, яка збігається з ключами. Інтерпретація результатів тесту Та кількість балів, яку ви набрали за кожною зі шкал, показує, наскільки виражена у вас тенденція до тієї чи іншої поведінки у процесі конфліктної взаємодії (характеристики вказані на початку). Щоб дізнатися, який тип поведінки у вас домінує, потрібно просто зіставити бали за кожною формою, і вибрати ту, за якою набрано найбільшу кількість балів. Як згадувалося, Кеннет Томас вважав, що найконструктивнішою і продуктивною є стратегія співробітництва, т.к. лише у її вигравші можуть залишитися всі сторони конфлікту. Однак деякі фахівці стверджують, що найбільш оптимально застосовувати усі п'ять стратегій, а найкращими показниками вважаються такі, коли за кожним типом поведінки набрано від 5 до 7 балів.

**ВАЖЛИВЕ ДОПОВНЕННЯ:** Якщо у вас є бажання пройти ще кілька тестів на діагностику своєї поведінки в конфліктах, але вже в автоматизованій формі, то пропонуємо вам пройти наш курс самопізнання. Але зауважимо, що в ньому ви знайдете не тільки розділ та тести, присвячені конфліктології, але й безліч інших розділів і тестів, які розкриють вам інші особливості вашої особистості, покажуть ваші переваги та вкажуть на те, над чим варто попрацювати.

## РЕЗЮМЕ

### ОСОБЛИВОСТІ КРИЗИ ПУБЕРТАТНОГО ПЕРІОДУ

Андреєва К. Д.

**Ключові слова:** підлітки, підлітковий вік, вікові кризи, кризові стани, деструктивні прояви.

Ця курсова робота присвячена дослідженню особливостей кризи пубертатного періоду, яка є нормальним етапом розвитку у підлітків. Розвиток підліткового організму зазвичай супроводжується кризою пубертатного періоду, що проявляється як фізичні, емоційні та соціальні зміни. Особливості цієї кризи пов'язані зі змінами у рівні гормонів, розвитком статевих органів, змінами в зовнішності та зростанням інтересу до взаємин зі світом навколо. У цій курсовій роботі була розглянута загальна характеристика особливостей підліткового віку, формування особистості в підлітковому віці, також були запропоновані шляхи подолання кризових станів. Було розглянуте питання розвитку лідерських особливостей серед однолітків, а також профілактики деструктивних проявів поведінки підлітків.

## ABSTRACT

### PECULIARITIES OF THE PUBERTY CRISIS

Andreieva K. D.

**Keywords:** adolescents, adolescence, age crises, crisis states, destructive manifestations.

This term paper is devoted to the study of the peculiarities of the puberty crisis, which is a normal stage of development in adolescents. The development of the adolescent body is usually accompanied by a puberty crisis, which manifests itself as physical, emotional and social changes. The peculiarities of this crisis are associated with changes in hormone levels, development of genitalia, changes in appearance and increased interest in relationships with the world around them. In this term paper, the general characteristics of adolescence, the formation of personality in adolescence were considered, and ways to overcome crisis conditions were suggested. The issue of

developing leadership skills among peers, as well as preventing destructive behaviour in adolescents, was also considered.