

«Этапы развития самостоятельности в подростковом возрасте»

1-й этап 5-й класс «Нужна ли мне самостоятельность?»

Типичные проявления:

- Становится непослушным и негативным
- Сопrotивляется проявлению заботы и контроля
- Детские желания и поступки

Для успешного прохождения и оптимизации развития самостоятельности нужно:

- терпеливо проявлять внимание, участие
- акцентировать внимание на положительных качествах
- осуществлять поддержку
- повышать уверенность в себе
- обсуждать начало взросления.

2-й этап 6–7-й классы «Требую самостоятельности, хотя не знаю, что это такое»

Типичные проявления:

- Борется за свою независимость
- Закрывается в комнате, развешивает постеры
- Настаивает на правах, игнорирует обязанности
- Часто не следит за своей речью, может обидеть

Для успешного прохождения и оптимизации развития самостоятельности нужно:

- обсуждать необходимость равновесия прав и обязанностей (количество прав равно количеству обязанностей)
- сохранять спокойствие при эмоциональных вспышках подростка
- прощать и отделять реальные чувства от слов, осуществлять поддержку

3-й этап 8–9-й классы «Пробую быть самостоятельным, хотя не очень умею»

Типичные проявления:

- Есть свое мнение, не всегда верное
- Считает именно свое мнение истинно верным
- Не считается с мнением родителей
- Поступает так, как хочет
- Есть стремление попробовать все, что делают его сверстники и взрослые (покурить и т.д.)
- Считает, что он все может и с ним ничего не может случиться (не заботится о безопасности)

Для успешного прохождения и оптимизации развития самостоятельности нужно:

- аргументировать запреты
- обсуждать: если ты поступишь так, то какие будут последствия (испортишь свое здоровье, можешь попасть в плохую компанию, с тобой может случиться что-то плохое)
- считаться с мнением подростка (иначе он не научится считаться с вашим)
- не считать свою позицию на 100% правильной

- поддерживать его, хвалить (возможно, даже не совсем заслуженно, для повышения уверенности в себе)
- не ругать его друзей или тех, с кем он встречается (бесполезно, вызовет только отрицание и негатив), если только тех, с кем он уже расстался или поссорился
- в спорах пытаться договориться

4-й этап 9–12-й классы «Проявляю самостоятельность»

Типичные проявления:

Прислушиваются к мнению родителей

- Сами просят советов
- Понимают свои реальные возможности
- Пытаются сами договориться
- Воспринимают какие-то черты, качества родителей как пример для подражания
- Действуют самостоятельно
- Переносят самостоятельность из семьи на профессиональную деятельность (учеба, работа)

Для успешного прохождения и оптимизации развития самостоятельности нужно:

- поддержать подростка в его начинаниях, завышать оценку его успехов (для мотивирования его к действию, еще большим успехам)
- предоставить ему право брать на себя ответственность за свои поступки, за свою жизнь
- минимизировать контроль
- быть внимательным к просьбам, самостоятельным решениям

Рижская 34 средняя школа
Елена Сивуха (психолог, Mg. Psych., психотерапевт)