

Ключевые этапы эмоционального развития ребенка



Что представляет собой “нормальное” развитие? Ситуация каждого ребенка уникальна, и на самом деле не существует ни одной идеальной среды, которая бы способствовала тому, чтобы все дети развивались по какому-то стандарту или образцу.

Дети растут здоровыми при разных условиях развития: они могут быть единственным ребенком в семье или иметь много братьев и сестер; жить в неполной семье с одним родителем или в семье с обоими родителями, работающими целый день; воспитываться в приемной семье или в детском доме. В разных культурах структура семьи тоже может варьироваться. Самое главное в этом то, что дети могут расти здоровыми при совершенно разных условиях.



Единственное, о чем мы можем говорить, это о *ключевых* эмоциональных потребностях, которые должны удовлетворяться для здорового развития ребенка. Какие шаги вперед или задержки развития мы можем рассматривать в качестве предвестников будущей независимой взрослой жизни ребенка? Данная статья направлена на то, чтобы найти ответы на эти вопросы.

Эта статья направлена на прояснение этапов *нормативного* эмоционального развития. Мы надеемся, она поможет родителям, воспитателям, семьям понимать поведение ребенка, а также мы верим в то, что она даст родителям и воспитателям уверенность в своих силах и ресурсах.

Ключевые этапы развития

В процессе воспитания или работы с детьми очень важно помнить, что в эмоциональном развитии нет плавности или прямолинейного движения.

Путь к независимой взрослой жизни обычно тернист и полон трудностей и переживаний. Но это ни в коем случае не соревнование и не гонка. Здесь не существует призов. Например, часто ребенок, который предпочитает проводить время в одиночестве, на самом деле развивается в соответствии с нормативным этапом развития. Также вполне нормальным для ребенка является откат на более раннюю ступень развития под влиянием стресса. Например, ребенок двух-трех лет, прекрасно развивавшийся, возвращается к необходимости носить подгузники, когда у него рождается брат или сестра. Для родителей важно понимать, что такие откаты в развитии ребенка вполне предсказуемы, так как ребенок просто приспосабливается к изменениям в его жизни.

В данной статье мы постараемся прояснить, что гораздо удобнее и полезнее думать о развитии ребенка с точки зрения этапов, чем возрастов. В зависимости от конкретного случая, ребенок может достигать той или иной ступени развития в разных возрастах. Например, годовалый ребенок, развивавшийся умеренно и гладко на протяжении первого года жизни в крепкой семье, может находиться на другом этапе эмоционального развития, по сравнению с годовалым ребенком, который имел в своем развитии различные трудности.

Жизненный опыт может тормозить или препятствовать развитию. Многие дети растут в среде, наполненной реальными сложностями и недостатками: бедность, попустительское отношение к детям, насилие, отвержение, расизм. Родители не всегда могут защитить детей от травмы и травматических событий. Травматические жизненные события кроме того могут негативно влиять на способность родителей уделять внимание ребенку, заботиться о нем. Порой родители не способны защитить своего ребенка от взрослых, которые эксплуатируют или проявляют насилие для достижения своих собственных целей. Частью родительских обязанностей является передача детям действенных средств решения трудностей в том обществе, в котором они растут, а также передача стратегий совладания с их переживаниями.

Сами родители при этом тоже могут находиться в не очень выгодном положении, так как им приходится справляться со сложностями, идущими из собственного детства.

Часто, не осознавая этого, они могут укреплять неблагоприятные семейные модели поведения, которые передаются из поколения в поколение в семейной родословной. Такой нездоровый цикл может быть укоренен, в результате чего дети, имеющие неадекватные образцы родительства, в будущем имеют шанс стать неблагополучными родителями.

С сожалением следует признать то, что некоторые условия развития являются для ребенка нездоровыми, а также и то, что иногда взрослые не способны понять нужды ребенка. В некоторых случаях особенности личности ребенка, сложности в семье, опыт травмы или насилия, влияют на то, что дети оказываются не способны на здоровый эмоциональный ответ на ситуацию. Недавние исследования раннего мозгового развития показывают, что недостаток опеки, чрезмерное воздействие травматического опыта, в том числе насилия, могут привести к изменениям центральной нервной системы, и в какой-то мере предрасполагают к тому, что ребенок будет развиваться более импульсивным и жестоким.



Однако, важно помнить и о том, что в развитии ребенка нет ничего неминуемого и неизбежного. Нездоровый цикл может быть изменен, например, с помощью поддерживающих мероприятий, в особенности профилактическими мерами, предпринимаемыми на ранних этапах развития ребенка. Часто родители находят пути улаживания проблем с помощью последовательной, конкретной помощи со стороны. Важным для развития ребенка является возможность родителей понимать *значение* тех или иных событий в своей жизни и жизни их ребенка. Родителям необходимо сознавать и думать о том, как их ребенок может чувствовать себя, находясь в той или иной ситуации. Им нужно вникать в то, через какие переживания он проходит. В таком случае есть шанс того, что ребенок примирится и придет к согласию с тем, что он испытывает. Речь в данном случае идет о том, что не неприятности и трудности являются камнем преткновения для развития ребенка, а то, как эти неприятности воспринимаются и эмоционально переживаются и им самим и его родителями.

НОВОРОЖДЕННЫЙ

Первый этап развития

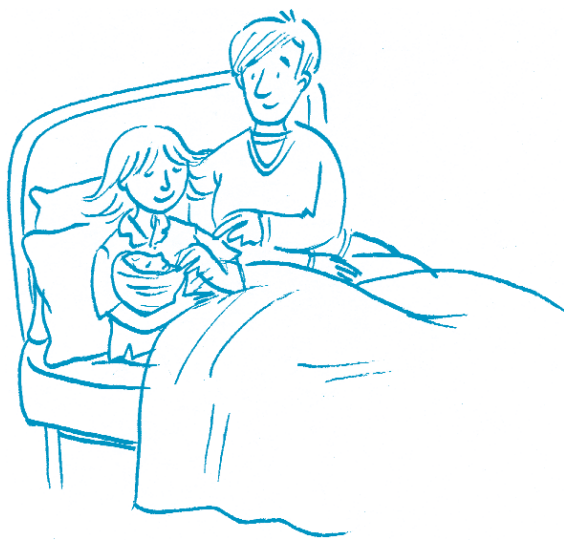
Рождаясь, ребенок покидает теплую и комфортную среду утробы матери и вступает в неизвестный для него мир. Для ребенка это первый опыт сепарации, первый значительный шаг в процессе развития. Маленькие дети с рождения испытывают разнообразные чувства, в том числе радость, грусть, тревогу, гнев. Конечно же, эти эмоции нормативны для всех нас – не только для маленьких детей.

Каждая мама встречает рождение ребенка с ее собственной историей, страхами и надеждами. Переживание самого рождения ребенка может варьироваться. Иногда чувства по поводу рождения ребенка могут быть смешанными. Матери необходимо привыкать к тому, что она отпустила от себя ребенка, который так долго был внутри нее, встречать требования и нужды уже отдельного маленького человека. В это время и отцы также испытывают довольно сильные чувства. Например, они ощущают себя оставленными и брошенными, испытывают зависть к ребенку. Становление родителем пробуждает скрытые переживания, надежды и страхи, которые часто появляются неожиданно для самих родителей. На этом этапе очень важной является способность говорить друг с другом об этих чувствах.

Отцы при этом могут оказывать значительную поддержку, в некоторых семьях они играют практически идентичную материнской роль заботы о ребенке. В некоторых случаях отец может брать на себя базовый уход за ребенком. В данный период времени мать получает поддержку и чуткое понимание от тех, кто находится рядом с ней: от ее партнера, родителей, друзей. Вместе с тем патронажная сестра и врач общей практики не менее важны. В том случае, если окружающие думают и заботятся о том, как себя чувствует мать ребенка, она с большей вероятностью способна концентрироваться на

физическом и эмоциональном развитии ребенка, а также откликаться с заботой на его потребности.

В первые недели жизни ребенка эмоциональное развитие идет параллельно физическому. Это связано с тем, что



актуальные потребности ребенка сильно связаны друг с другом. Так потребность в безопасности удовлетворяется только если малышу не приходится слишком долго ждать кормления, комфорта или объятий. Маленькие дети нуждаются в том, чтобы их матери были поглощены ими, при этом наслаждались процессом. В первые недели жизни ребенка материнская живость и чуткость к его нуждам имеют решающее значение для эмоционального и умственного развития ребенка. Мозг ребенка нуждается в стимулах внимательного ухода. И это будет поважнее, чем мобиль в кроватке у ребенка! Дети не являются пустой страницей. Они приходят в мир с сильными эмоциями и способностями, направленными на развитие. Чем лучше мама узнает своего ребенка и может удовлетворять его потребности, тем с большей вероятностью ребенок будет процветать.

Тем не менее, все дети разные. Некоторые – спокойные, быстро удовлетворяются, в то время как другие могут быть нервными, капризными и требовательными. Недоношенные дети, в том числе и те, кто провел некоторое время в реанимации или кювезе для недоношенных детей, в отдалении от матерей, могут переживать первые недели жизни как травматические. Такие дети нуждаются в очень чуткой заботе. Маленькие дети с особенностями, например, с хроническим заболеванием или инвалидностью, также могут переживать в это время сложности в эмоциональном плане. Некоторые дети без какой-либо видимой причины проявляют большее беспокойство, чем другие – такое может происходить в целях коммуникации с матерью. В первые недели жизни ребенок откликается на маму только для того, чтобы прояснить состояние комфорта и несчастья, ребенок нуждается в присутствии матери и в ее уверенности. С некоторыми детьми матери испытывают огромную нагрузку, поэтому могут чувствовать себя на грани потери терпения и выносливости.

Вместе с тем различаются и матери. Некоторые матери – спокойные, расслабленные, в то время как другие – неуверенные и ранимые. Иногда матери испытывают смешанные чувства по отношению к ребенку и к задаче материнства. Или же они могут быть подавленными, иметь депрессивные чувства. Важно отметить, что при этом родительский отклик на нужды ребенка на данном этапе развития не должен быть непрерывным или поступающим только со стороны матери. Отцы так же могут оказывать огромный вклад в развитие своих детей, взаимодействуя с ними с самого рождения. Бабушки и дедушки, братья и сестры, и другие окружающие люди также могут включаться в отношения теплого внимания и заботы, являющихся существенными для развития ребенка. Степень включенности каждого члена семьи в уход за ребенком так же

может варьироваться в разных семьях. Например, отец, бабушка или старший ребенок могут осуществлять базовую заботу о ребенке.

Приемные родители имеют вдвойне сложную задачу. Они должны не только обеспечивать ребенка любящей заботой и вниманием к его нуждам, но и признавать, принимать во внимание наличие у ребенка эмоционального опыта раннего отделения от родной матери. В данном случае важным является направленность ресурсов всей семьи на поддержку няни или члена семьи, выполняющего роль матери, решающего важную задачу урегулирования легкости вхождения ребенка в мир.

Не менее существенным является и то, насколько общество в целом обеспечивает поддержку и понимание всего набора потребностей семьи, в какой степени оно формирует надежную опору для развивающегося ребенка. Только тогда ребенок будет готов перейти на следующий этап своего развития.

ОТДЕЛЕНИЕ (СЕПАРАЦИЯ)

Каждый ребенок в своем собственном темпе открывает окружающий мир.

Следующий этап развития посвящен становлению ребенка все более самостоятельным человеческим существом. Связано это с тем, что малышу необходимо до некоторой степени отпустить мать и начинать привыкать к миру, который включает в себя множество других людей. Эти изменения – переход к новому, более сложному миру, но такой переход не является резким скачком, а представляет собой постепенный процесс. На самом деле, процесс отделения ребенка от взрослого начинается с самого рождения. Хотя в некоторых культурах период близкой привязанности матери и ребенка продолжается и после первого года, обычно, все же после шести месяцев начинается процесс сепарации. В каком бы возрасте это отделение не произошло, ребенок постепенно учится быть частью расширенного сообщества, где он встречается с требованиями, потребностями членов семьи, других детей, а также с собственными потребностями матери. И матери, и ребенку нужно постепенно учиться становиться отдельными личностями, а также стараться отходить от особой близкой связи матери и младенца. Для некоторых матерей подобные изменения воспринимаются как облегчение, освобождение, прекращение зависимости от стадии младенчества. Для других же – такие изменения видятся в виде препятствий.



В любом случае, маме действительно необходимо в некоторой степени отдаляться от растущего ребенка, начинать говорить ему “нет”.

Отец или другой близкий взрослый играют очень важную роль на данном этапе развития ребенка, особенно если у ребенка сложились с этим другим взрослым собственные устойчивые отношения. Именно в этот период близкий взрослый может оказывать матери поддержку, чтобы она могла начать процесс сепарации, несколько ограничивая свою доступность для ребенка. Другими словами, давая матери возможность уйти или заняться делами отдельно от ребенка. Развитие отношений с бабушками и дедушками, со старшими сиблингами, нянями и сверстниками привносят свой вклад в опыт сепарации ребенка, в его развитие. Более того,

все эти люди в чем-то замещают родителей, а также могут транслировать ему адекватные ролевые модели, отличные от родительских. Все упомянутые выше факторы оказывают влияние на эмоциональную устойчивость развивающегося ребенка.

Некоторые дети тяжело справляются с тем, чтобы одновременно любить и отпускать, принимать тот факт, что они не имеют абсолютного контроля над матерью, которая обнимает и утешает их, необходимость делить ее с другими. Данный этап вызывает ряд сильных чувств, как у матери, так и у ребенка: злость, ярость, грусть, вину. Очень важно для матери осознавать и фиксировать эти чувства а не делать вид, что их не существует.

Сепарация от матери может быть болезненным и стрессогенным процессом, но она имеет решающее значение для его развития.

Некоторые мамы и их дети находят процесс сепарации волнующим и увлекательным, в то время как для других это тяжелая работа. Перед матерью в это время стоит сложная задача: быть обнадеживающей, успокаивающей и сочувствующей, но в то же время устанавливать жесткие границы. Им необходимо тщательно думать о темпе происходящих изменений. Может быть, ребенок, выплевывающий твердую еду и отказывающийся от всего кроме груди или бутылочки, выражает подобным образом мощный протест? Или он не готов сделать шаг на пути к следующему этапу развития? Мамам приходится принимать решение о том, поднимает ли ребенок шум просто из-за того, что происходит что-то новое и оттого некомфортное для него. Или же он пока недостаточно приспособлен, не чувствует себя в безопасности, чтобы столкнуться с новым эмоциональным вызовом развития, таким как процесс отнятия от груди.

Примерно в это время многие мамы выходят на работу. Некоторые вынуждены (или сами выбирают) вернуться на работу и намного раньше. Если это происходит, то им приходится справляться со специфическим процессом, который это сопровождает... Сильные чувства и тревога значительно усиливаются в это время, как у матери, так и у ребенка. В такой ситуации очень важным является совместное с ребенком планирование и обсуждения времени ухода и возвращения матери, так как именно эти моменты являются самими трудными. Ритуалы и игры помогают легче справиться с процессом сепарации и позволяют матери и ребенку привыкать к необходимости встреч и расставаний.

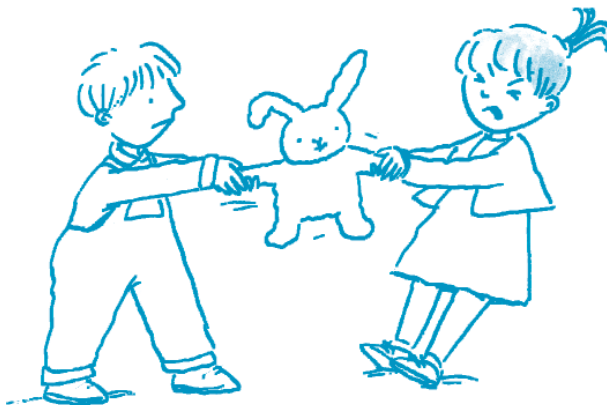
Независимо от того, как родители заботятся о ребенке, как взаимодействуют с ним, для них в любом случае, самым главным остается уверенность в том, что эмоциональные и физические потребности ребенка удовлетворяются в должной мере. Какими бы ни были чувства родителей по поводу передачи заботы о ребенке другим взрослым, очень важно обеспечить такую ситуацию, в которой ребенок сможет сформировать привязанность к устойчивому взрослому. Родителям необходимо быть уверенными в том, что рядом с их ребенком тот, к кому он может обратиться, кто слышит и отвечает на нужды ребенка. Дети, которые сформировали надежную привязанность с родителями в первый год жизни, или к человеку, который выполнял функции родителя, являются более жизнестойкими и жизнерадостными. В дальнейшем они значительно лучше справляются со стрессовыми событиями.

РАННЕЕ ДЕТСТВО

(1-3 года)

Каждый этап развития представляет собой вызов, как для родителей, так и для ребенка. Так как им необходимо адаптироваться и развиваться.

В зависимости от личной истории родителей, один и тот же этап развития может быть довольно сложным для одних родителей, но совершенно безоблачным для других. В чем же сложность взаимодействия с ребенком на этом этапе развития. Именно во время периода раннего детства ребенок, которым до этого момента родители вполне могли управлять, внезапно становится личностью, с которой приходится считаться, становится отдельным человеческим существом, которое невозможно заставить съесть еще одну рыбную палочку, которое может говорить “нет”. В такой ситуации родители видят своего требовательного ребенка, который ведет себя, как тиран, и, кажется целенаправленно осложняет жизнь окружающих. На самом деле, двухлетний малыш, который кажется



таким могущественным, борется с целым рядом спутанных чувств, главное из которых - ощущение себя маленьким, беспомощным, зависимым. Ребенок, который устраивает скандалы по поводу одежды и еды, на самом деле отчаянно пытается контролировать хотя бы тот маленький кусочек жизни, который, по

его ощущениям, он уже может держать под контролем. И если мы постараемся поставить себя на место этого маленького человека, наша задача, как родителя или опекуна, сразу покажется менее тягостной и невыносимой. Потому что прежде всего, ребенку необходим любящий и терпеливый родитель (или заменяющая родителя фигура). Ребенок нуждается, чтобы рядом был кто-то, кто понимает, что на каждые три шага вперед, скорее всего, есть два шага назад. Ребенку нужен сочувствующий взрослый, который будет вести его через баррикады переживаний и эмоций. Чаще всего для взрослых это действительно довольно сложная работа. Но вместе с тем она может быть увлекательной и полной веселья: родитель может принять на себя вызов и не воспринимать данный этап развития ребенка как ужасную битву.

Маленькие дети играют, экспериментируют, исследуют, имитируют. В то же время они осваивают целый ряд новых навыков, решают задачи развития, пытаются разобраться в сложных чувствах, как своих, так и окружающих их людей. И это неизбежно приводит к борьбе между интеллектуальным пониманием ситуации и ее эмоциональным переживанием. Если ребенок готов к посещению детского сада и достаточно хорошо функционирует в условиях группы других маленьких детей, то детский сад оказывает неоценимую помощь в прояснении интеллектуальных и эмоциональных задач, с которым сталкивается маленький ребенок на данном этапе развития. Находясь в детском саду, играя и познавая мир, трех- и четырехлетние дети находят новые пути понимания себя и окружающего мира, в то же время, они подготавливаются к следующему шагу - более формальному миру начальной школы.



На данном этапе развития ребенок с увлечением начинает изучать свое тело и различия между полами, формируется половая идентичность. И у девочек, и у мальчиков происходит развитие отношений с отцом, которые очень важны. Для развития мальчика особенно важным и нужным оказывается наличие значимой мужской фигуры. Если в семье нет отца, то роль значимой мужской фигуры, как образца для мужской модели поведения может взять на себя работник детского сада или учитель, близкий друг семьи или дядя.

Развитие национальной идентичности также является важным пунктом развития ребенка. Дети нуждаются в наличии взрослого как образца для подражания, с которым они могли бы идентифицироваться и который демонстрировал бы понимание культуры и этических основ.

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА И ТО, ЧТО ЗА НЕЙ СЛЕДУЕТ



Начало школы знаменует следующий большой шаг в процессе сепарации ребенка от родителей. Начало этого нового периода развития предполагает завершение раннего детства, где главным фокусом для ребенка был дом и родители, и выход в мир, как таковой, в котором у ребенка будут отношения и интересы, независимые от родителей.

На самом деле дети готовы к этому новому этапу развития в разном возрасте. Например, те, у кого есть старшие братья и сестры, становятся социально развитыми довольно рано, ходят в детский сад и могут быть готовы к школе в возрасте около четырех лет (в Англии). Для таких детей обучение, книги, игра организовываются особым образом. Другие дети предпочитают проводить больше времени в уединении и могут быть не готовы к школе и в более старшем возрасте.

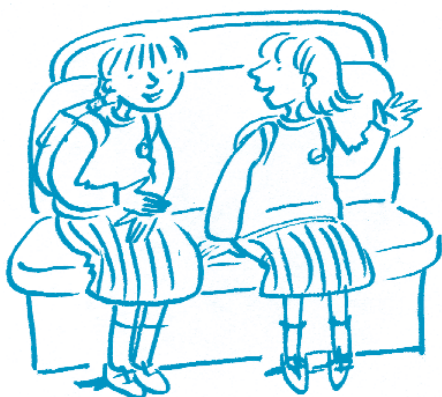
Дети нередко довольно тяжело переживают начало школьного времени, даже если родителями прикладываются все необходимые усилия для обеспечения комфортных условий. В поведении ребенка разными путями может выражаться тревога. Некоторые дети плачут и цепляются за родителей, или же возвращаются к более ранним проблемам, например, сосанию большого пальца, порой имеет место ночное недержание мочи, или же происходят “несчастные случаи” в школе, так же могут случаться истерики или «детский лепет». Вместе с тем и родители испытывают смешанные чувства по поводу сепарации ребенка. Например, могут испытывать грусть или ревность, нежелание отпускать ребенка и двигаться вперед. Родители могут не осознавать того, что им не удастся подать ребенку обнадеживающие знаки внимания, указывающие на то, что он может уверенно и спокойно двигаться в своем развитии дальше.

Довольно часто встречается значительное различие между настроением ребенка дома и в школе. Порой родители поражаются, узнавая о том, как уверенно и успешно их

ребенок справляется в школе, в то время как дома они видят только требовательного малыша.

Способность ребенка освоиться в начальной школе в значительной степени зависит от его общего эмоционального состояния: ребенок, переполненный волнениями и тревогами, связанными с домом, не будет ощущать себя готовым к новому для него опыту школьного обучения. Чуткие учителя начальных классов школы понимают суть их работы. Они осознают то, что многие дети этого возраста нуждаются в ослаблении школьных требований, а также признают важность сотрудничества с родителями, которое оказывает влияние на благополучие ребенка в школе. Ребенок, который ходил в детский сад и успешно закончил его, будет интеллектуально и эмоционально преуспевать и в школе.

Во время обучения в школе, ребенок учится многому, он развивает новые навыки и интересы, а также осваивает то, как управлять своими эмоциями, находясь в большой группе, где часто присутствует лишь один взрослый, удовлетворяющий потребности множества детей. Именно поэтому это время может восприниматься фрустрирующим и разочаровывающим. Ребенок также сталкивается с тяжелой правдой о том, что он не так всемогущ или важен для других, как он, возможно, думал.



Таким образом, школьник движется к своей независимости, но в то же время все еще нуждается в поддержании связей с домом, в домашнем уюте. У него сохраняется потребность в любви, поддержке, ободрении, сопереживании семьи и тех близких, которые любят его больше всех на свете. Но вместе с тем родители должны как бы отходить назад, потому что у их детей появляются собственные друзья и они пытаются найти свое место в социуме. Задача поддержания в этой ситуации дружеских отношений с ребенком для некоторых родителей может оказаться непростой. Иногда родителям тяжело выслушивать истории ребенка, наполненные жестокостью и недоброжелательностью, когда, например, их ребенок был исключен из какой-либо группы друзей, или когда ему было сказано резко: “ты не мой друг”. Важно отметить, что в случаях запугивания, насилия, расизма, связанных с ребенком, вмешательство родителей необходимо. Но в целом, дети развиваются и

созревают, самостоятельно проживая сложности и неприятности, а также перипетии, связанные со школьными друзьями.

Учащиеся начальной школы, вызывающие у родителей и учителей наибольшее беспокойство, часто ведут себя провокационно. С одной стороны, эти дети не могут рассказать о том, что с ними происходит и о том, как они себя чувствуют, с другой стороны их поведение оставляет желать лучшего. Они часто не могут успокоиться и сконцентрироваться. Они раздражают других детей и учителей, требуют внимания, при этом не выглядят теми, кто принимает во внимание то, что им говорят и предлагают. Эти дети ведут себя незрело, не в соответствии со своим возрастом, поэтому мы часто не знаем, что с ними делать. Такие дети могут происходить из семей, где принято удовлетворять все потребности ребенка, при этом присутствует отстраненность родителей от него, родители занимаются своими другими делами. Дети со сложностями могут быть также детьми, имеющими негативный опыт перемещения из одной приемной семьи в другую, опекаемыми государственными службами по надзору за детьми. Наряду с этим дети могут иметь в своей жизни опыт утраты, иметь множество опекунов, или же в некоторой степени быть запущенными или подверженными насилию. Ребенок может не осознавать того, что уровень внимания и заботы, а также отзывчивости в семье, не дает ему возможности отвечать на требования школы и общества в целом. Благодаря вдумчивому, соответствующему вмешательству со стороны психологов и педагогов, прошлые упущенные моменты в развитии ребенка могут быть скомпенсированы. С подобной помощью дети могут прийти к осознанию и принятию прошлого опыта, который по той или иной причине затормозил здоровое развитие, а также развить большую вдумчивость и чуткость.

ПОЛОВОЕ СОЗРЕВАНИЕ И РАННИЙ ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

Бурные годы (годы турбулентности)



Подростковый возраст может быть трудным как для самих детей, так и для их родителей и учителей. Но разные дети достигают его в разном возрасте. Однако есть приблизительные границы. Так большинство детей примерно в 11 переходят из начальной школы в старшую, и они неизбежно сталкиваются со значительными изменениями. Оканчивая начальную школу, дети часто ощущают себя важными персонами – переходя же в старшую, они снова начинают чувствовать себя маленькими детьми. Происходит это потому, что они

перемещаются из знакомой им, безопасной среды, где они были узнаваемы, окружены группой друзей в расширенную группу взрослых и детей, в окружение, которое может ощущаться пугающим. Учителя могут казаться недружелюбными, требующими соответствовать школьным правилам, которые могут быть более жесткими, по сравнению с правилами начальной школы.

Кроме того, что дети пытаются разобраться в том, куда они могут примкнуть в таком новом мире, они меняются и в других аспектах. Примерно в это время физические и гормональные изменения вызывают целый ряд эмоциональных всплесков. Дети могут ощущать себя покинутыми, в особенности тогда, когда сверстники вокруг не имеют похожих переживаний и проблем. К примеру, 11-летняя девочка, которая стесняется отчетливо выделяющихся женских черт своей фигуры, может чувствовать себя неловко в окружении девочек того же возраста, которые все еще выглядят по-детски. Наиболее болезненно может восприниматься ребенком ощущение себя не таким как все. Он может испытывать интенсивные, бурные эмоции. Подросток вполне может задаваться следующими вопросами: “Как я выгляжу? Нормальный ли я? Как меня воспринимают другие?” Быть сомневающимся и эгоцентричным на данном этапе развития – это норма.

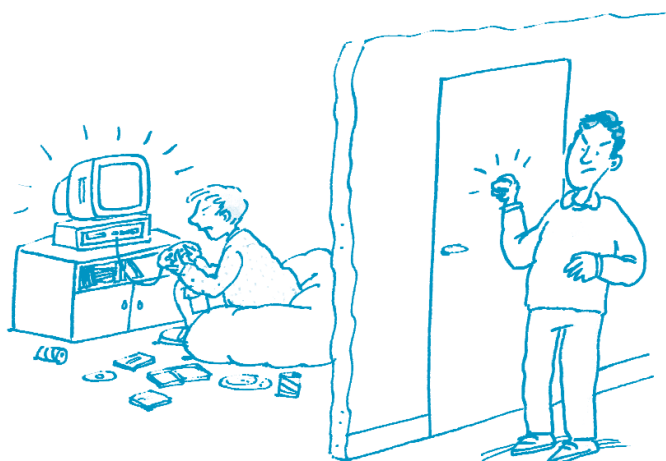
Взрослые часто лучше осведомлены о проблемах, с которыми сталкиваются девочки-подростки, чем о проблемах мальчиков-подростков. Девочки, как правило, много говорят о своих проблемах среди сверстников и таким образом находят поддержку друг у

друга. Девочки озвучивают свои сложности в общении со взрослыми, кроме того, девчачьи проблемы активно обсуждаются в подростковых журналах. Подростковый возраст может оказаться более тяжелым для мальчиков, от которых родители, сверстники, социальные группы, школа ожидают мужественного, бравого поведения, в независимости от того, что он чувствует. Такие мальчики менее склонны говорить об эмоциональных сложностях со своими друзьями или обсуждать чувства и эмоции с взрослыми. Родителям и учителям необходимо быть крайне внимательными к эмоциональной сфере мальчиков, и быть вместе с ними в этом процесс, рядом. Мальчики, как и девочки, могут быть такими же уязвимыми и ранимыми, сталкиваясь, например, с издевательствами, ощущением несправедливости по отношению к себе. При этом мальчики, в отличие от девочек, могут чувствовать невозможность раскрыть другому человеку подобные сложности. В результате всего этого, разочарование может выливаться, например, в угрюмость, грубость и враждебность. Мальчикам трудно плакать и выражать свою уязвимость. На самом деле, данный этап развития труден и полон ранимости для *каждого ребенка*.

Родители могут воспринимать подростковые годы своих детей, как очень угрожающие. Сомнения и неуверенность родителей в своей собственной сексуальности, представлениях, альтернативах по жизни, раздуваются, когда родители встречаются со сложностями подросткового возраста своих детей. Подростки демонстрируют провокационное поведение, они требовательны, много спорят – они могут доводить родителей до белого каления. Родителям необходимо иметь холодную голову, находясь под атакой подростка, придерживаться жестких границ и руководящих принципов. В то же время родителям важно постараться адаптироваться к изменяющимся потребностям своих детей. Кроме того, это время, когда нужно относиться к детям немного по-другому, не забывая при этом, что они родители и демонстрировать здравый родительский авторитет.

К сожалению, нет однозначных ответов на вопросы, которые волнуют родителей больше всего: “В каких количествах и когда можно: употреблять алкоголь, принимать наркотики? Можно ли заниматься сексом до совершеннолетия? Когда детям можно оставаться вне дома на всю ночь? Что я должен делать, если дети попадут в неприятности со школой или полицией?”. С одной стороны родителям нужно уважать и возвращать растущую независимость своего ребенка. Развитие независимости ребенка включает в себя постепенно увеличивающуюся возможность делать свой выбор, экспериментировать, совершать собственные ошибки. Вместе с тем, родителям нужно иметь собственное

твердое понимание того, что является приемлемым и неприемлемым поведением.



Авторитарный, контролирующий родитель с большой вероятностью вырастит подростка, не имеющего четкого ощущения собственной идентичности. В будущем, при столкновении с более независимой жизнью, такой подросток будет неустойчив, он будет пытаться найти опору по жизни, что будет даваться

ему с трудом. Попустительский стиль воспитания также продуцирует сложности. В этом случае подросток ощущает себя неуверенным, находящимся в небезопасных условиях. Взаимодействие с ребенком на данном этапе развития является тонким процессом балансировки, когда подростки пытаются бороться и находить свои истины, а родители проходят через многие испытания в попытках направить его в нужное русло. На данном этапе развития для большинства родителей нет никакого способа избежать тяжелых конфронтаций с детьми. Жизнь с подростками является сложной задачей, но она также может быть очень стимулирующей и увлекательной.

ПОЗДНИЙ ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

На грани

Поздний подростковый возраст – переходный период между детством и взрослой жизнью, между школой и работой. В данный период и дети, и родители должны совершить драматический скачок в развитии: им необходимо отпустить то, что есть, и двигаться дальше, только вперед.

Для многих подростков этот процесс перехода подкрепляется фактическим переездом из родительского дома. Так подростки могут начинать работать, обустраивать свой собственный дом, они могут отправляться в путешествия или уехать учиться. Подростки готовятся к таким изменениям, когда они начнут задавать себе свои вопросы и делать собственный выбор:

«Что я на самом деле хочу делать в своей жизни? Я хочу работать, учиться или в первую очередь путешествовать? Хочу ли я жить со своей девушкой? Насколько для меня важно получить работу и сразу же зарабатывать деньги? Что я *могу* делать со своей жизнью? *Смогу* ли я получить работу?»

В этот период времени у родителей очень сложная работа: быть поддерживающими, давать советы, не навязывая детям своего мнения, своих надежд, страхов и желаний. Родители должны наблюдать, как дети игнорируют их добрый и хороший совет. Например, подросток может покинуть школу в 16 лет и создать свой собственный дом. Подростки могут хотеть большей независимости, к которой, по мнению родителей, их дети не готовы. Родители должны принимать тот факт, что не в их власти изменить ситуацию. Они не могут защитить подростка от боли, от совершения ошибок. Но что родители могут – это постоянно поддерживать своего ребенка и поддерживать общение с ним.

А что происходит, если подросток не уезжает из родительского дома? Для многих семей проблемным вопросом являются деньги. Подростки могут продолжать жить в доме родителей из-за необходимости, не по собственному выбору. Такая ситуация может быть тяжела для всех. Между родителем и ребенком могут происходить многочисленные споры, связанные с деньгами. Как родители могут жить в одном доме и поддерживать того, кто был ребенком, а сейчас уже взрослый человек? Здесь могут вовлекаться и другие

факторы. Чувствует ли ребенок или родитель то, что он преуспел в чем-либо, добился чего-то? Есть ли в семье ощущение беспомощности, когда родитель может не иметь работы, может быть болен и при этом лелеять надежду о том, что его ребенок станет кормильцем семьи? Многие семьи на данном этапе проходят сложное время: пожилые бабушки и дедушки могут отнимать у родителей множество времени и энергии, родители ощущают себя на грани, их брак может рушиться. Имея нагрузки и напряжения извне, подростки, которые все еще не уверены насчет своего направления движения в жизни, могут быть очень уязвимы и ранимы. Подростки могут чувствовать утрату силы духа, разочарование и неуверенность насчет того, смогут ли их планы быть реализованы в жизни, смогут ли они себе позволить съехать от родителей. Родителям необходимо упорно продолжать быть ободряющими и поддерживающими. Им нужно быть с детьми, когда те проживают драмы и колебания настроения. Родители не должны наносить ответный удар на обиды и неприятности или быть отвергающими родителями, даже если они чувствуют, что их воспитательные функции отвергаются.

Конечно же, функции родителей на этом не заканчиваются. Подростки удаляются, уезжают по работе или учебе, чтобы вести свою собственную жизнь, но обычно они уезжают, а потом периодически возвращаются в родительский дом. Подростки будут тестировать себя, учиться независимой жизни с поддержкой друзей и родительских фигур. Родительский дом все еще будет оставаться важной точкой в жизни подростка, но постепенно она перестанет быть центральным фокусом его жизни. Родителям также необходимо сделать некий переход, отпустить “ребенка”, столкнуться с пустым гнездом и начать уделять больше времени себе. Это время является сложным, но вместе с тем для всех оно вполне может стать очень творческим.

