



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



**Rzeczpospolita
Polska**



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Що відбувається, коли підрастає дитина?

Фізичні, когнітивні, емоційні зміни.



UNIWERSYTET
WARSZAWSKI



WYDZIAŁ NAUK
EKONOMICZNYCH



**Доктор Гражина Катра
Доктор Кароліна Малек**

ЧАСОВІ МЕЖИ

- Починається безпосередньо з періоду статевого дозрівання або перед ним.
- Близько 11 років
- Приблизно до 18 років
- Наступний життєвий етап — «Початкова дорослість»



Бути підлітком непросто...

**с
у
п
е
р
е
ч
н
о
с
т
і**

я залучаюсь

хочу бути з іншими

хочу бути сам/а

все буде ОК :)

все буде погано :(

я відсторонююсь

цікаво, що мені робити :)

це супер!!!!!!!

.....у мене немає сили...

це безглуздо, я не маю до цього ніякого відношення...

варто допомагати іншим

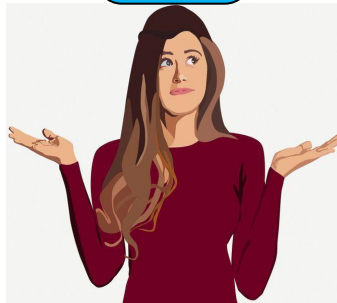
Веди мене!

Не вказуй мені що робити!!

я найважливіший/а

я турбуюсь про них/нього/неї

Мені вони набридли!



ЗАВДАННЯ ДЛЯ РОЗВИТКУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

- Прийняття своєї зовнішності/сексуальності та ефективне використання власного тіла
- Досягнення значного емоційного контролю (наприклад, утримання від імпульсивних дій, проявлення емоцій, швидкого прийняття рішень без урахування ситуації)
- Отримання знань і навичок, що сприяють формуванню чоловічої / жіночої ролі
- Формування емоційної незалежності / автономії від батьків та інших дорослих

ЗАВДАННЯ ДЛЯ РОЗВИТКУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

- Побудова більш дорослих стосунків з однолітками (встановлення міцних дружніх відносин, перша любов)
- Прагнення і розвиток соціально прийнятної поведінки, **створення власного** набору цінностей та морально-етичних принципів, які служитимуть орієнтиром для власної поведінки.
- Визначення / формування зрілої особистої ідентичності (вибір цілей, цінностей, переконань, зацікавлень, потреб, способу мислення і критеріїв оцінки, які можна показати світу як прояв власної індивідуальності).

ПЕРЕХІДНИЙ ПЕРІОД

фізичні зміни та психологічні наслідки

ПЕРЕХІДНИЙ ПЕРІОД — фізичні зміни

- Визначення: фундаментальні зміни в структурі і діяльності організму, які становлять біологічну межу, що відокремлює дитинство від юності.
- Цей період буває у кожної дитини підліткового віку, але його початок, інтенсивність і тривалість у хлопчиків і дівчаток різні.
- У період статевого дозрівання у дівчаток формується типова жіноча фігура, а у хлопчиків — типова чоловіча фігура.
- Дівчата дозрівають раніше хлопчиків — приблизно на 1,5–2 роки раніше, але приховані гормональні зміни починаються приблизно на 0,5 року раніше.

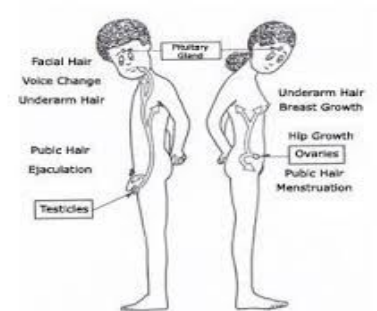
СТАТЕВІ ЗМІНИ

Вони стосуються

- кісток
- м'язів
- внутрішніх органів
- формування статево обумовленого дисбалансу в пропорціях тіла
- репродуктивних органів
- розвитку вторинних статевих ознак

Зміни в голові

- Обличчя: надбрівні дуги, лобові пазухи, щелепа, ніс, очі, колір обличчя
- Мозок



СТАТЕВІ ЗМІНИ

- **Жирова тканина** — страшний сон молодих дівчаток — відмінності між дівчатами і хлопчиками
- **М'язова тканина** — підлітковий статевий розвиток
- **Розвиток внутрішніх органів і систем**
- **Фізичні можливості людського організму**
- **Терморегуляція**

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СТАТЕВОГО ДОЗРІВАННЯ — 1

Відносини з однолітками — модель відхилення і модель відповідності
→ очікування того, що раннє статеве дозрівання оцінюється
позитивно в тих групах однолітків, де цінується зрілість ► пошук
контактів з людьми з аналогічним рівнем статевого дозрівання

Відносини з батьками — модель прямого впливу та модель непрямого
впливу (Пайкофф, Брукс-Ганн, 1991)

Статеве дозрівання пов'язане зі збільшенням автономії та
послабленням зв'язку з батьками.

Гіпотеза дистанції Штайнберга (1989)

**Фізичне дозрівання збільшує психологічну дистанцію
між батьками та дітьми.**

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СТАТЕВОГО ДОЗРІВАННЯ — ВПЛИВ РАНЬОГО СТАТЕВОГО ДОЗРІВАННЯ НА ПОВЕДІНКУ

Зовнішність та психологічні проблеми і проблемна поведінка

Ранній підлітковий вік дівчаток сприймається дорослими і ними самими досить негативно; і батьки, і вчителі вважають за краще у дівчаток дитячу, тендітну будову тіла

Раннє статеве дозрівання хлопчиків сприймається дорослими і ними самими позитивно

Дівчата, які швидше дорослішають, соромляться жіночих форм свого тіла, часто сутуляться, соромляться, коли на них дивляться хлопці, а швидкий набір жиру негативно впливає на самооцінку.

Хлопчики, які раніше дорослішають, більш впевнені і розкуті, вони більш активні, їхній прискорений розвиток сприймається батьками позитивно.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СЕКСУАЛЬНОГО ДОРΟΣЛІШАННЯ — ВПЛИВ ПІЗНЬОГО ДОРΟΣЛІШАННЯ НА ПОВЕДІНКУ

- Пізніше статеve дозрівання дівчаток сприймається дорослими і ними самими позитивно
- Пізніше статеve дозрівання хлопчиків сприймається дорослими і ними самими негативно і викликає у них занепокоєння
- Дівчата з мініатюрною дитячою статурою краще сприймаються батьками, мають більш високу самооцінку і більш позитивне сприйняття власного тіла
- Хлопчики переживають пізніше статеve дозрівання болісно, сильно цим переймаються, мають більше почуття самотності та невпевненості в собі.

ТІЛО

- Відсутність контролю за змінами на біологічному рівні
- Невідомі імпульси та потреба впоратися з ними
- Важливість зовнішнього вигляду
- Самооцінка і тіло
- Реакції оточення
- Правила і норми сексуальності



КОГНІТИВНИЙ РОЗВИТОК



Нові способи мислення... що стає можливим?

- абстрактне мислення,
- гіпотетично-дедуктивне та науково-індуктивне мислення,
- здатність мислити самостійно
- рефлексивність,
- розвиток далекоглядної перспективи разом із формуванням бачення свого майбутнього та життєвих планів

ТЕОРІЯ ОБРОБКИ ІНФОРМАЦІЇ

Основні аспекти:

- **Мислення** — на вищому, складнішому рівні (індуктивне, дедуктивне мислення, міркування за аналогією, прийняття рішень та розв'язання проблем)
- **Що викликає ці зміни?**
(рівень автоматизації пізнавальних процесів, інтенсивний розвиток стратегій/методів конструювання та узагальнення знань)
- **Саморегуляція/самомодифікація/** — визначає здатність особи **впливати** на свій розвиток

Сфери, в яких відбуваються зміни:

- знання
- когнітивні процеси та компетенції — здібності
- метакогнітивні орієнтації

Увага — розвиток довільної уваги та концентрації уваги

Пам'ять — підвищення ролі логічної пам'яті, розвиток свідомої і конструктивної пам'яті.

ТЕОРІЯ ОБРОБКИ ІНФОРМАЦІЇ (CD)

Пам'ять і увага

є **найважливішими** показниками, які впливають на

прийняття рішень

критичне мислення

творче мислення

цілеспрямовану поведінку

ТЕОРІЯ ОБРОБКИ ІНФОРМАЦІЇ (CD)

МЕТАКОГНІТИВНІ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЙНІ СТРАТЕГІЇ

Ці навички базуються на здатності думати про власне мислення, яке виникає та/або розвивається в підлітковому віці.

Підліток усе краще і краще знає про свою пам'ять і здібності, а також про пізнавальні стратегії і пам'ять.

ЕГОЦЕНТРИЗМ МОЛОДІ

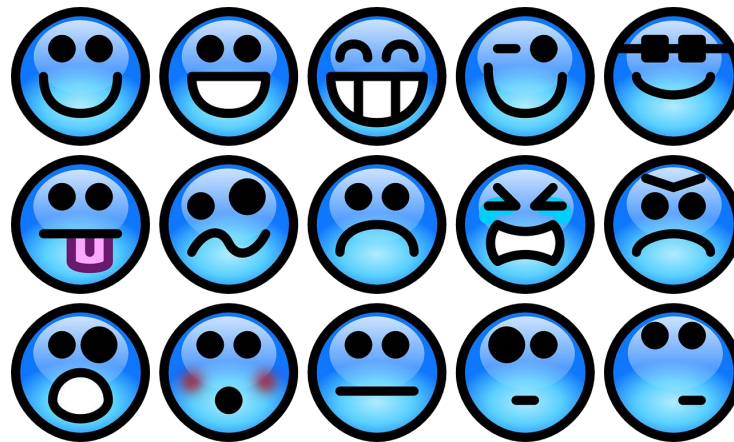
Розвиток формального мислення має, серед іншого, такі прояви:

- людина здатна думати про власне мислення,
- може думати, про **що і як саме думають інші** — саме цей факт лежить в основі **егоцентризму** підлітка.

У підлітковому віці егоцентризм мислення полягає в надзвичайно високій самосвідомості підлітків.

(Елькінд, 1967)

Найважливіші зміни в емоційній сфері



Я ПОЧУВАЮСЯ ІНАКШЕ, Я ПОЧУВАЮСЯ ІНШИМ...

Емоції підлітків змінюються з точки зору **інтенсивності, частоти та тривалості** з віком.

Вони також відрізняються по відношенню до емоцій дорослих і по відношенню до емоцій, які відчувають молодші діти.

ЕМОЦІЙНІ СТАНИ ТА ПЕРЕЖИВАННЯ

ПОРІВНЯНО З ДОСВІДОМ ДОРΟΣЛИХ ТА МЕНШИХ ДІТЕЙ

- Підлітки відчувають позитивні емоції набагато **сильніше** ніж дорослі.
- Дорослі краще контролюють свої емоції.
- Емоції підлітків більше викликані минулими подіями та очікуванням майбутніх подій, ніж у дітей молодшого віку.
- Підлітки стають **більш вразливими до незначних змін ситуації**.
- З'являються також чіткі відмінності у тому, які чинники викликають емоції.



ЕМОЦІЙНІ СТАНИ ТА ПЕРЕЖИВАННЯ

СТАТЕВІ ВІДМІННОСТІ В ЕМОЦІЙНОМУ ДОСВІДІ

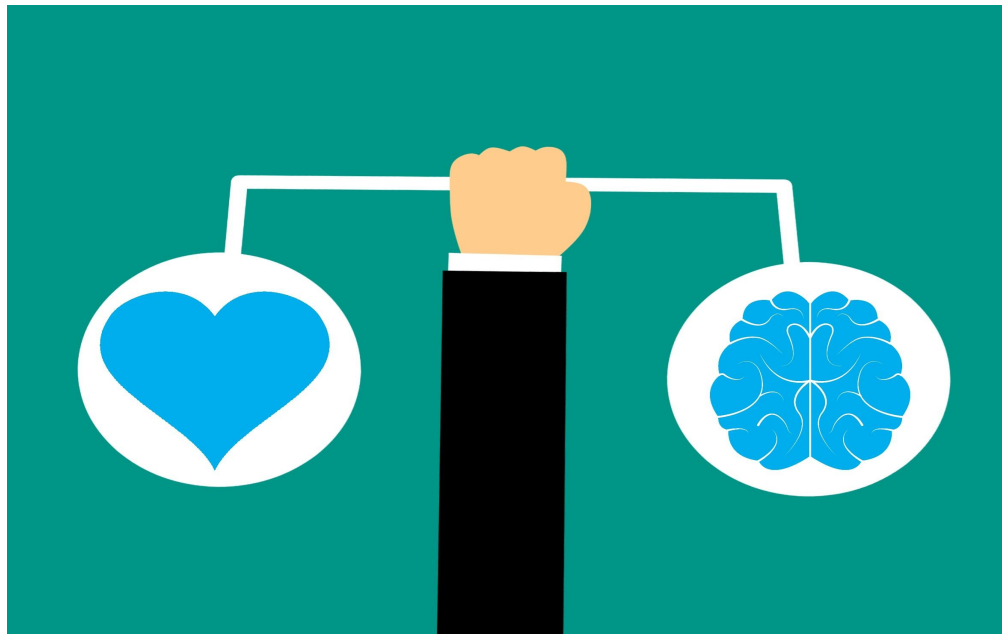
- Дівчатка переживають депресію частіше, ніж хлопчики (Нолен-Хоксема, Гіргус, 1994) Ці відмінності помітні вже у випадку 11/12-річних дітей.
- Дівчатка відчують сором, провину, смуток і невпевненість частіше, ніж хлопчики.
- Негативні почуття дівчат переважно пов'язані з соціальними ситуаціями, тоді як негативні почуття хлопців переважно пов'язані з діяльністю та досягненнями.



ЕМОЦІЙНІ СТАНИ ТА ПЕРЕЖИВАННЯ

ПРОЯВЛЕННЯ ЕМОЦІЙ

Розвиваються здібності, пов'язані з контролем власних переживань і контролем виявлення емоцій



ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА ЕМОЦІЙНІСТЬ МОЛОДІ

1. Когнітивний розвиток
2. Гормональні зміни
3. Життєвий досвід:

нормативний (перехідний вік, зміна школи) та

ненормативний (життєві кризи — війна, досвід біженства)

РОЗВИТОК ЕМПАТІЇ

Визначення емпатії: співпереживання емоцій, підкріплене когнітивними процесами (Страйер, 1987).

«Найважливішою умовою емпатичної реакції є залучення психічних процесів, які змушують людину відчувати емоції, які більше відповідають ситуації іншої людини, ніж її власній»

(Гоффман, 2006, с. 38).

Розвиток емпатії пов'язаний з розвитком мислення.

СТАВЛЕННЯ ТА КОМПЕТЕНЦІЇ, НЕОБХІДНІ У

СУЧАСНОМУ СВІТІ — замість резюме

- Рефлексивність — когнітивний та емоційний розвиток (самоконтроль емоцій),
- Відкритість до навколишнього світу та інших людей — допитливість, толерантність,
- Здатність критично використовувати досвід і знання інших — самоусвідомлення власних ресурсів і недоліків, самоповага, самовпевненість,
- Здатність здійснювати перспективну діяльність у всіх її проявах (Катра, 2008) — планування, контроль реалізації своїх намірів і планів, оцінка результатів, готовність змінювати їх у світлі зовнішніх обставини та внутрішні зміни.
- Усвідомлення проактивної майстерності (Бандура, 2001) та проактивної саморегуляції (Катра, 2016) — відчуття власної спроможності, контроль над імпульсами, рефлексія над наслідками своїх дій.