

Вядомы тэлежурналіст і, як высвятляецца з перадачы, бацька падлетка ў пярэдадзень новага навучальнага года гутарыць з вядомым педагогам. Адно з першых пытанняў: «Ці можна адбіраць у падлетка камп'ютар, калі ён днямі не вылазіць з інтэрнэту і не чуе ніякіх довадаў бацькоў аб шкодзе гэтага для здароўя?» «Нельга, – упэўнена адказвае педагог. – Бацькам варта абавязкова дакапацца да таго, якія свае патрэбнасці задавальняе такім чынам падлетак, і прааналізаваць, чаму ён не можа задаволіць іх у рэальным жыцці».

Магчыма, паводзіны хлопца выкліканы нерэалізаванымі патрэбнасцямі ў даверлівых зносінах, ці ў захапляльных забавах, ці ў інфармацыі па тэме, якая вельмі хвалюе. Але магчыма і тое, што ў яго проста не сфарміраваныя патрэбнасці, якія скіроўваюць чалавека да канструктыўнага дзеяння – самаўдасканалення, дапамагаць іншым, упрыгожваць навакольную прастору і інш.

Фарміраванне патрэбнасцей – адна з галоўных задач выхавання асобы, сцвярджаюць сучасныя псіхологі. Бо менавіта патрэбнасці нараджаюць нашы жаданні, прадвызначаюць учынкi, абумоўліваюць душэўны стан, акрэсліваюць шляхі развіцця. Роля бацькоў і педагогаў у гэтым складаным і лёсавызначальным працэсе – тэма першага ў новым навучальным годзе выпуску «Бацькоўскага сходу».

## ПОТРЕБНОСТИ ПОДРОСТКА: МЕХАНИЗМЫ КОНСТРУКТИВНОГО ФОРМИРОВАНИЯ

Тема для беседы с родителями

**С. А. Месникович,**

доцент кафедры психологического обеспечения  
профессиональной деятельности  
Института психологии БГПУ им. Максима Танка,  
кандидат психологических наук



Наступление у ребенка пубертатного периода неизбежно ведет к перестройке системы отношений в его семье. Раньше оценка значимости потребностей сына или дочери и их удовлетворение осуществлялись взрослыми. Теперь же родители ждут от подростка осознания собственных потребностей и соотнесения их с потребностями других людей. Однако подросток нередко по-прежнему демонстрирует незрелую позицию, выбирая для реализации своих желаний и нужд не совсем адекватные с точки зрения взрослых средства.

В некоторых семьях родители пытаются продлить детство любимому чаду и продолжают потакать его прихотям. Затрачивая мало внутренних ресурсов и усилий, подросток привыкает к тому, что «все ему должны». Формируется эгоистичная позиция потребления, проявляющаяся в обесценивающем (а иногда и циничном) отношении к другим людям, к вещам, к жизни в целом. Реакция на отказ взрослых выполнить его требование или невозможность быстро получить желаемое проявляется в обиде или агрессии, что неизбежно приводит к конфликтам с родителями и учителями.

### ✎ Диапазон желаний

Потребности подростка и его желания – «барометр» социализации молодого человека. Согласно определению ученых «потребность – это объективная необходимость, заложенная в нас природой и обществом программа жизнедеятельности» [2]. В подростковом возрасте наряду с универсальными потребностями (физиологическими, в безопасности, в принадлежности и любви, в уважении и самоактуализации), которые актуальны для человека в разные периоды его жизни в разной степени, на первый план выдвигаются потребности в самоутверждении, независимости и общении на равных. По тому, какими путями (конструктивными или деструктивными) взрослеющий человек достигает реализации своих потребностей, можно составить представление о том, насколько эффективно протекает процесс его социализации.

По мнению ученых, «благополучная социализация формируется при адекватной самооценке, поддержке родителями подростков и доверии к ним, наличии психологического контакта, адекватном способностям уровне притязаний, соответствующих требованиям, наличии перспективы творческого развития, возможности самореализации, компенсации слабых сторон личности, благоприятных материальных условиях семьи, возможности выбора условий обучения соответствующим способностям и потребностям подростка» [3].

Важным способом адекватной реализации потребностей взрослеющего человека выступает забота о себе (если можешь что-то сделать для себя сам, не проси других), а затем – поддержка другого (моральная и физическая), которая сначала носит эпизодический характер, а впоследствии перерастает в желание помогать другому, выражать свое сочувствие. Но потребность заботиться о другом не появляется сама по себе, без всяких стимулов и мотивов. Взрослым важно показывать подростку, что выражаемое им мнение будет обязательно учтено, что с ним считаются, его внутренний мир признают и уважают. При этом сами взрослые (родители, учителя) должны постоянно совершенствоваться, учить ребят строить радостную и полезную повседневную творческую жизнь [3].

К основным механизмам формирования потребностей относятся:

- подражание, идентификация (отождествление себя со значимыми другими);
- интериоризация (превращение внешних норм и способов поведения во внутренние процессы);
- рефлексия (осознание человеком своих действий).

Особую важность в пубертатном возрасте приобретает механизм принятия и освоения социальных ролей (например, роли старшеклассника, взрослой дочери, будущего профессионала в

определенной сфере, будущего отца и т. д.). Отказ родителей или учителей учитывать активность процесса взросления подростка, обусловившего перестройку мотивационно-потребностной сферы личности, может привести к формированию у взрослеющего человека неадекватных способов достижения целей.

### Пример из консультативной практики

**Мама подростка.** *От сына можно ждать чего угодно, не удивлюсь, если по возвращении домой увижу его с татуировкой на лбу. Вообще он хороший, творческий парень. Просто в последнее время у него появилось много стран-ных интересов и потребностей. Например, татуировки. А недавно тайком от меня снял видео, где вместе со старшим другом курит, надев на голову картонную коробку с отверстиями для глаз и рта, и рассказывает воображаемым зрителям о том, какой он крутой. А когда я случайно увидела этот сюжет, сын все отрицал, сказал, что на видео не он. Потом признался, что хочет стать знаменитым блогером или клоуном в цирке. Еще одно странное увлечение сына – слушать певца, исполняющего песни с ненормативной лексикой и демонстрирующего неприличное поведение на сцене. На мой вопрос «Что тебе нравится в этом певце?» ответил: «Он смелый, мужественный и не боится самовыражаться». Меня очень волнуют сложные отношения сына с отцом. Муж не принимает активный характер парня, часто критикует. Он, как и я, не понимает современную молодежь. Я, наверное, тоже виновата, мало времени уделяю сыну.*

Очевидно, что этот подросток стремится реализовать свойственную возрасту потребность в самоутверждении, независимости, самовыражении. Однако способы удовлетворения этих потребностей свидетельствуют о том, что родители перестали быть для него авторитетом. Он не рассчитывает на понимание с их стороны и поэтому пытается найти другие, подчас странные авторитеты и модели для подражания. У Глассера утверждал, что, «если дома подростку приходится трудно, если он чувствует, что никому не нужен, испытывает дефицит любви и самоуважения, положение его крайне тяжелое. Но тем не менее он стоит перед необходимостью удовлетворить органическую потребность каждого человека – выяснить, кто же он такой. Не получается дома – он пытается найти себя на улице, среди тех, у кого это чувство также еще носит весьма неопределенный характер. Самостоятельные попытки обрести самоуважение и проникнуться чувством привязанности к кому бы то ни было, как правило, оканчиваются неудачей. В силу того, что адекватно реализовать свои базовые потребности – обрести любовь и самоуважение – не удается, подростка охватывают озлобленность и разочарование» [1].

Родителям необходимо стать интересными для собственного ребенка: с одной стороны, продемонстрировать самоуважение, следование своим ценностям и принципам, умение дискутировать, выражать убедительно свое мнение, а с другой – проявлять внимание к внутреннему миру сына, ориентироваться в реалиях современной жизни, не стесняться обращаться к самому подростку за определенной информацией. Также важно позаботиться, чтобы молодой человек смог найти конструктивную среду единомышленников, состоящую из его сверстников. Можно, проведя предварительный мониторинг, посоветовать сыну записаться в школу блогеров или в студию циркового искусства. Важно научить парня заботиться о себе, о своем здоровье, отвечать за последствия собственных действий.

**Пример из консультативной практики**

**Мама девочки-подростка.** *Мы с мужем стараемся создать дочери все условия для хорошей жизни: работаем с утра до ночи, стремимся побольше заработать. Девочка имеет то, о чем большинство ее сверстников только мечтает. Но запросы растут с каждым днем: уже не довольна новым телефоном, не хочет носить одежду, которую только что купили и которую сама же выбрала. Предпочтения в еде меняются каждый день: «Этого есть не буду, хочу другое...» Так же обстоят дела с увлечениями. Оплатили ей спортивный клуб – интереса хватило ровно на месяц. Оплатили курсы программирования – та же история. Обещивает все, что мы для нее покупаем, и постоянно требует большего. А если услышит отказ, злится и обижается.*

В этом случае мы наблюдаем достаточно часто встречающийся у современных подростков дефицит потребности выражать и принимать любовь. Родители девочки компенсируют недостаток общения с дочерью материальным изобилием. С помощью дорогих вещей и социальных благ они пытаются показать ей свою любовь. Но дочь, не видя, что интересна своим маме и папе как личность, восполняет дефицит внимания за счет увеличения своих требований и претензий к ним. Получив же отказ в удовлетворении некоторых из запросов, девочка трактует его по-своему: «Меня не любят!» Чтобы наладить отношения в семье, ее родителям следует постараться установить доверительные и теплые отношения с собственным ребенком, а не заменять их материальными благами.

**Пример из консультативной практики**

**Мама девочки-подростка.** *Дочь кроме «сидения в интернете» не интересуется ничем. На мои расспросы о том, кем она хочет стать и как собирается устраивать свою жизнь, отвечает: «Хочу иметь много денег, ездить по всему миру». Но какими путями будет это реализовывать, думать не желает. Учебу совсем*

*забросила, друзей вне интернета не имеет. Из школы – сразу за компьютер и до самой ночи, даже про еду забывает. По дому не помогает, в ответ на замечания грубит, равнодушна ко всему, что касается реальной жизни.*

Если не реализуются потребности подростка в признании, общении, принадлежности, влиянии, самовыражении, то интернет-взаимодействие как одна из форм выстраивания отношений человека с миром и самим собой «отзеркаливает» его психологические проблемы, в том числе проблему социальной дезадаптации. Основными маркерами этой проблемы могут быть социальная изоляция, отстраненность от реального межличностного общения и полная замена его виртуальным, эмоциональное обеднение, депрессивное состояние. Родителям в этой непростой ситуации важно вернуть доверие дочери, использовать любую возможность для деликатного направления к осознанию истинных потребностей. Доброжелательно, но настойчиво следует сформулировать вместе с девочкой правила общения в интернете, распорядок дня, обозначить семейные и школьные обязанности. Можно даже заключить договор, сформулировав в нем как пожелания родителей, так и пожелания подростка. Но если очевиден вред здоровью дочери, допустимы и категоричные запреты. В особо сложных случаях (высокая степень интернет-зависимости, ситуации травли в соцсети) нельзя откладывать обращение к специалисту.

**С точки зрения восьмиклассников**

С целью изучения потребностей современных подростков мы провели анкетирование восьмиклассников одной из школ Московского района г. Минска. Полученные результаты (приводятся в порядке убывания частотности) позволили выделить следующие актуальные для тинейджеров **потребности**: в понимании (быть услышанным), в признании, в свободном времени, самовыражении (в выражении личного мнения), в праве на личное пространство (личные вещи), в любви, дружбе, в нормальных отношениях с родителями, в деньгах (материальном достатке), в отдыхе.

Иногда встречались высказывания типа: «в адекватных учителях», «в современном школьном оборудовании», «в безопасности», «в самореализации», «в еде», но очевидно, что наибольшее количество опрошенных испытывают потребность в понимании, признании, свободе, самовыражении, близких отношениях. В значительной части анкет содержатся сожаления о том, что потребности респондентов не всегда удовлетворяются: «Очень нужно, чтоб подростков СЛУШАЛИ! СЛУШАЛИ! СЛУШАЛИ!!!!», «Неужели не понятно, что вещи подростка нельзя брать без разрешения! Нельзя нарушать личное пространство!!!!»

С точки зрения школьников, принявших участие в анкетировании, на **формирование потребностей подростков влияют**:

- ✓ отношения с родителями (родители);
- ✓ отношения со сверстниками (друзья);
- ✓ социальное положение;
- ✓ семья;
- ✓ социум;
- ✓ увлечения, интересы;
- ✓ менталитет;
- ✓ кумиры;
- ✓ род занятий (деятельность).

Важную роль в формировании осознанных потребностей личности играет ценностно-смысловая сфера человека. С точки зрения восьмиклассников, человеку, стремящемуся состояться в жизни, **необходимо** развиваться в направлении, которое нравится; размышлять; быть включенным в профильное обучение («иметь возможность изучать предметы по выбору»); находиться среди друзей и единомышленников; смотреть «правильные» фильмы, слушать хорошую музыку и читать умные книги; иметь свой взгляд на ситуации и вещи.

Главными **ценностями** для подростков являются семья, друзья, хорошие взаимоотношения с родными, здоровье, вера, счастье, личное пространство, материальное благополучие, доверие, поддержка близких, интересная учебная деятельность, спокойствие.

При этом, что касается учебной деятельности, многие респонденты высказали пожелания самостоятельно выбирать направление обучения и подчеркнули важность контакта с учителями.

#### Рекомендации подросткам

- Постарайтесь понять причины разногласий со взрослыми по поводу удовлетворения ваших потребностей.

- Научитесь искать баланс между «хочу» и «надо». Помните, что по-настоящему взрослый человек умеет нести ответственность за свои желания и потребности.
- Обучайтесь навыкам взаимодействия с людьми на основе учета взаимных интересов и потребностей.
- Тренируйте навыки корректного изложения взрослым того, чего вы на самом деле хотите от них.

#### Рекомендации родителям

- Помните: нет плохих потребностей, бывают неадекватные и даже деструктивные способы их удовлетворения.
- Научитесь распознавать и разграничивать собственные потребности и потребности вашего ребенка.
- Оценивайте поступки, а не самого подростка. Попробуйте определить, какие истинные мотивы и потребности лежат в основе его желаний и поведенческих реакций.
- Укрепляйте родительский авторитет в глазах своего ребенка.

#### Рекомендации педагогам

- Учтите: подросток, который не может удовлетворить потребности в самоуважении, любви, принятии, самоутверждении, общении на равных приемлемыми способами, способен на дезадаптивные, неадекватные реакции.
- Обращайте внимание подростков на необходимость брать ответственность за свои желания и потребности, а также на пути их реализации.
- Посоветуйте подростку, испытывающему серьезные проблемы со способами реализации своих потребностей, и членам его семьи обратиться к специалистам.

#### Резюме автора

Чрезвычайную важность для оптимального развития личности подростка имеет формирование им собственных потребностей. Грамотное сопровождение этого процесса должно осуществляться как в семье, так и в учреждениях образования. Оно предполагает позитивное отношение к подростку, признание особенностей его внутреннего мира, взаимоуважение, установление доверительных отношений, наличие правил и норм взаимодействия, а также поддержание авторитета родителей и учителей.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Глассер, У. Школы без неудачников / У. Глассер. – М.: Прогресс, 1991. – 174 с.
2. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 508 с.
3. Казанская, В. Г. Подросток. Трудности взросления: книга для психологов, педагогов, родителей / В. Г. Казанская. – 2-е изд., доп. – СПб.: Питер, 2008. – 282 с.