

### **Родителям семиклассников.**

О пубертатном периоде (от лат. *pubertas, pubertatis* — возмужалость, половая зрелость) известно, конечно, всем, в том числе и родителям подростков. Известно, что этот период у девушек и юношей совпадает лишь частично (12–16 лет у девушек и 13–17 лет у юношей, хотя может и выходить за эти возрастные пределы).

Известно также, что это время полового созревания и ускорения физического развития: в организме происходят важные изменения, в том числе появляются вторичные половые признаки.

Половое созревание — это период, который в психологии единодушно обозначается как время больших возможностей и больших опасностей. Ребенок как бы заново знакомится с собой, что во многом связано с происходящими физическими изменениями, ощущениями собственных новых возможностей.

В седьмом классе возникают первые половые влечения (часто неосознанные), новые переживания, потребности и интересы. Возникает желание любить и быть любимым, появляется особый новый интерес к этой сфере человеческих отношений. Все это, повторяем, в той или иной степени известно всем.

### **ОПАСНОЕ НЕДОВОЛЬСТВО.**

Однако эти знания у многих родителей не определяют их отношения к своим детям. Жалобы родителей на чрезмерное, с точки зрения взрослых, внимание подростков к своей внешности, на чрезмерную озабоченность сексуальными проблемами или ранний сексуальный опыт являются наиболее распространенными. Нередко именно поведение взрослых, их нежелание понимать закономерность происходящего с их детьми рождает глубокие, серьезные переживания у подростков, создает основу для их конфликтов со взрослыми.

Проблема внешности — одна из самых важных и болезненных для подростка. И чаще всего он своей внешностью недоволен. Об этом прекрасно пишет рок-музыкант Ди Снайдер, книгу которого можно рекомендовать не только самим подросткам, но и их родителям, учителям и практическим психологам: «Став подростком, ты приступаешь к ежеутренним мучениям у зеркала. Какой еще подарочек преподнесла тебе мать-природа сегодня? Тело и лицо, к которым ты уже притерпелся, вдруг начинают изменяться с чудовищной скоростью. Порой ты уверен, что мать-природа — настоящая садистка, потому что иначе она не вlepила бы тебе на лоб этот прыщ, его же видно за сто километров, это же вообще не прыщ, это рог растет».

Подлинные или мнимые недостатки внешности — неуклюжесть, избыточный вес, слишком короткий или слишком длинный рост, прыщи и т.п. — все это основания для очень тяжелых переживаний подростков. Особенно тяжелы они потому, что им кажется, что так будет всегда — эти недостатки будут сопровождать их теперь всю жизнь. Внешность — чрезвычайно значимая часть Я — всегда открыта для оценки со стороны окружающих, и подросток постоянно ждет с их стороны отрицательной оценки. С этим связана, кстати, особая подростковая застенчивость.

Это проявляется, в частности, в отношении к занятиям физкультурой. Особенно заметно — у девочек. Даже в тех случаях, когда в школе существует два спортивных зала, и занятия ведутся раздельно, уроки физкультуры нередко оказываются источником отрицательных переживаний для подростка. Ведь сравнение себя с другими — основной механизм развития самооценки подростка, и в этот период он особенно значим и силен.

Внешность сверстников и собственная внешность в глазах подростка имеют очень большое значение. Это характерно практически для всех категорий подростков, различных подростковых групп.

Внешность должна жестко соответствовать некоторым нормам, эталонам, принятым в той или иной группе, а чаще среди подростков в целом. И наиболее важны для подростка признаки развития тела по женскому и мужскому типу. Слишком быстрое или слишком медленное развитие, резкое отличие от сверстников, а главное — несовпадение с эталонами подростковой группы (а с этим в той или иной степени в различные моменты сталкивается большинство подростков) имеет громадное значение для самооценки подростков.

Представления о собственной внешности нередко служат причиной самых разных поступков, причем часто без специального анализа эту связь обнаружить очень трудно.

Сильные отклонения в физическом развитии от некоего, бытующего среди подростков «стандарта» объективно относятся к факторам риска. Так, согласно данным психолога Е.Т. Соколовой, такие подростки более, чем их благополучные сверстники, подвержены неблагоприятным влияниям, у них чаще формируется негативная самооценка, негативная Я-концепция, отмечается большая зависимость от окружения — в формах подчинения ему или бунта против него.

### **ВСЕ ПОЗНАЕТСЯ В СРАВНЕНИИ.**

Напряженность и аффективная значимость проблемы внешности, полового созревания вызывают у подростков стремление обсудить свою внешность с окружающими.

Однако ощущение подростком собственной уязвимости, боязнь проявить себя слишком маленьким, наивным, стать объектом насмешек со стороны сверстников — все это приводит к повышенно грубому обсуждению этой темы, возрастанию популярности анекдотов с сексуальной проблематикой.

Очень часто это — специфические «детские» сексуальные анекдоты, где предметом шуток становятся названия половых органов, их величина и т.п. (Нередко они приходят на смену распространенным в более младших возрастах шуткам, посвященным отправлениям человеческого организма.)

Такие анекдоты и шутки часто пугают взрослых, заставляя их говорить о распущенности современных детей.

Взрослые часто обращаются к психологу, если замечают, например, в раздевалке перед уроками физкультуры, в лагере и т.п. стремление подростков сравнить, буквально измерить признаки своего созревания. Чаще всего такие жалобы касаются мальчиков, хотя девочки ничуть не меньше озабочены, например, размерами груди.

Психологу приходится объяснить взрослым (очевидно, забывшим свое подростничество), что это достаточно обычное для подростков явление, что в процессе сравнения, «обсмеивания» подросток постепенно осваивает свой новый физический облик.

В последнее время приходится также часто сталкиваться с волнениями родителей и педагогов по поводу того, что дети слишком открыто и много говорят на сексуальные темы, что они совершенно не стесняются взрослых.

### **ДЕМОНСТРАТИВНЫЙ ВЫЗОВ.**

На наших глазах происходит определенное «разоблачение» указанных тем, снятие запретов, табу. Подростки, действительно, много думают и говорят о сексуальных проблемах.

Современные школьники по телевизору, видеомангитфону, в кино видят немало сцен, которые в открытой или скрытой форме несут сексуальное содержание. С подростками необходимо разговаривать по этому поводу, причем достаточно рано. Работники служб «Телефон доверия» отмечают, что по вопросам секса к ним обращаются дети 10 и даже 8–9 лет.

Однако несомненно, что именно для подростков половые проблемы приобретают особую остроту. Поэтому в это время особенно важно, чтобы родители разговаривали со своими детьми на эту тему. Школьник должен научиться смотреть на эту сферу как на одну из значимых для счастливой жизни человека.

За демонстративными рассказами подростков о собственном сексуальном опыте часто скрывается переживание неуверенности в этой сфере. Особенно следует обратить внимание на случаи, когда подобный опыт прямо или косвенно демонстрируется подростком взрослому, что обычно является проявлением двух разнонаправленных тенденций: с одной стороны, стремлением доказать свою взрослость, «шокировать» взрослого, с другой — привычным ожиданием и даже требованием от взрослого помощи.

Желание получить помощь скрывается и за звонками подростков в службу «Телефон доверия». Дети хотят в беседе с внимательным и понимающим взрослым обсудить свои, пусть вымышленные, сексуальные проблемы. Если такая помощь не оказывается, то это может

привести к печальным последствиям.

За случаями, когда подросток намеренно придумывает истории о своем сексуальном опыте, пытаясь таким способом утвердить свою взрослость, обычно скрываются трудности самоутверждения. Следует отметить, что среди школьников это довольно широко распространено. Подобная ситуация, конечно, не требует вмешательства со стороны взрослых. Однако если такие рассказы повторяются, то это может свидетельствовать о трудностях и проблемах подростка, о его комплексе неполноценности в этой сфере, о неудовлетворительных отношениях со сверстниками и о переживании невозможности утвердить себя другим путем. В этом случае помощь родителей может быть направлена на выявление в тактичной форме проблем ребенка, на нормализацию его самооценки и отношений со сверстниками.

### **В ВООБРАЖЕНИИ ИЛИ НА САМОМ ДЕЛЕ?**

Жалобы взрослых по поводу раннего сексуального поведения подростков, прежде всего девочек (хотя в последнее время подобные жалобы все чаще можно услышать и по поводу мальчиков), очень распространены. Обычно эти жалобы касаются контактов девочек со старшими мальчиками и даже взрослыми людьми. Вызывают опасение игры, включающие телесный контакт (ласкаясь, например, к матери, девочки раздражают эрогенные зоны — целуют в губы, в сосок груди и т.п.), а также демонстративность поведения, склонность к усиленному подчеркиванию своих женских достоинств и т.п.

Сложность этих случаев связана с тем, что по внешней картине поведения часто нельзя понять, имеет ли место недостаточно осознанное поведение, связанное с ранним половым созреванием, или проявление раннего сексуального опыта.

Проблема часто усугубляется еще и тем, что интерпретация поведения, даваемая взрослым, нередко как бы толкает подростка к тем или иным поступкам, задавая содержание первоначально недостаточно осознанным влечениям. Бывают случаи, когда взрослые буквально «толкают» девочку на путь детской проституции тем, что постоянно твердят ей, что она развратная, что ей дорога только на панель и т.п. Более того, наказания, тем более физические, к которым иногда прибегают в таких случаях, могут не затормозить, а усилить нежелательные проявления. Интерпретации взрослых могут вызвать депрессию, переживание собственной испорченности, неуверенность в себе и т.п.

Очень сложны случаи, когда подросток сам как бы не осознает или осознает не полностью сексуальную окрашенность своего поведения. Таким образом проявляется раннее половое созревание, когда биологический возраст подростка существенно опережает его психологический и культурно-педагогический возраст.

Отметим, что именно такие подростки, как правило, достаточно охотно обсуждают свои проблемы с чутким, внимательным, понимающим взрослым собеседником. Этим подросткам обычно рекомендуют такие занятия, где они могли бы демонстрировать себя, свои внешние особенности и вместе с тем разряжать свою энергию. Это занятия многими видами спорта, танцы, сценическое искусство, в том числе искусство пантомимы и т.п. Но не менее важно, как представляется, помочь подростку понять, что с ним происходит, и найти разумные, правильные формы поведения.

### **СОЗДАЙТЕ КОНКУРЕНЦИЮ.**

Когда же речь идет о раннем сексуальном опыте, в том числе и о раннем материнстве и отцовстве, то здесь, как правило, самое важное значение приобретает отношение подростка к случившемуся, его переживание этой ситуации. Очень важно также, как на это реагируют родители подростков, готовы ли они оказать им помощь. Встречаются случаи, когда на путь проституции девочку ориентируют родители, видя в этом способ зарабатывания денег, в том числе и для семьи. Важна и реакция педагогов.

К психологу учителя нередко обращаются за советом, может ли подросток, имевший ранний сексуальный опыт, оставаться в школе. Педагоги боятся, не повлияет ли это развращающим образом на других школьников. Подобные проблемы, конечно, требуют индивидуального подхода, но важно иметь в виду, что, во-первых, устранение «нежелательного подростка» из

школы вовсе не влечет за собой ослабления контактов с ним других учащихся. Во-вторых, воспитательные, психологические проблемы обычно не решаются чисто административным путем.

Связано ли стремление подростка к раннему половому опыту с интенсивностью полового влечения, повышенной чувственностью? Или причины этого сугубо психологические? Может быть, дело в «испорченности» подростков, связанной с влиянием видео, телевидения и т.п.? Ответ на этот вопрос у разных психологов различен. Причины каждого случая, конечно, очень индивидуальны. Но, с моей точки зрения, точную и тонкую характеристику причин этого явления дала известный отечественный психолог Л.И. Божович.

В этот период впервые появляется и становится предметом осознания и переживания подростка новая и очень мощная биологическая потребность — половое влечение. Безусловно, депривация (*неудовлетворение*. — А.П.) этого влечения может фрустрировать подростка и тем самым объяснять некоторые особенности его самочувствия и поведения. Вместе с тем надо учитывать, что половое влечение, так же как и все другие биологические потребности человека, приобретает в процессе развития качественно иной, опосредованный характер, как, например, потребность в раздражителях, необходимых для развития мозговых систем, сначала становится потребностью во внешних впечатлениях, а потом в активной познавательной деятельности, так же и половое влечение в ходе своего развития приобретает форму человеческой любви. Возникая в пубертатный период, оно входит в структуру уже существующих у подростка психологических новообразований (разнообразных интересов, нравственных и эстетических чувств, взглядов и оценок), формируя вместе с ними такого рода отношение к другому полу, в котором половое влечение не занимает доминирующего положения.

Доминирующее положение, таким образом, оно начинает занимать в случае отсутствия сильных конкурирующих потребностей и мотивов.

### **ОСОЗНАННЫЙ ПОДХОД.**

Еще один вопрос, которого следует коснуться, — это просмотр школьниками этого возраста (чаще мальчиками) порнографических или полупорнографических фильмов (по кабельному телевидению или видеоманитофону), а также чтение ими газет подобного содержания.

Опыт показывает, что запрещения в этом случае не достигают цели, а напротив, часто ведут к усилению подобного поведения. Хотя ситуативный интерес к подобным фильмам и изданиям проявляют многие мальчики, устойчивое увлечение ими отмечается чаще всего у тех подростков, которые испытывают проблемы в этой сфере, у которых нет доступа к нормальным источникам получения подобной информации.

В случае ситуативных проявлений подобного интереса наиболее эффективны, судя по наблюдениям, следующие варианты поведения родителей. Они могут проявить «ноль реакции» в тех случаях, когда школьник сам не заводит с ними разговора на эти темы. Если же подросток начинает подобный разговор, нужно достаточно спокойно, «без ажиотажа» и излишнего эмоционального накала серьезно с ним побеседовать на эту тему.

В тех же случаях, когда подросток проявляет и тем более активно демонстрирует взрослым устойчивый интерес к такого рода кино-, теле- и печатной продукции, взрослым важно обратить внимание на его сексуальные проблемы и помочь ему разобраться в них. Но этим нельзя ограничиться. Важно укрепить у ребенка чувство собственного достоинства, самоуважения, развить представление о себе, помочь ему улучшить отношения со сверстниками своего и противоположного пола. Очень важны разговоры со взрослым своего пола о смысле порнографической продукции.

В заключение можно сказать, что главная задача взрослых в этот период — сделать так, чтобы подросток понимал, что с ним происходит, и осознанно решал встающие перед ним проблемы.

**Источник:** по материалам статьи доктора психологических наук Анны Прихожан (статья опубликована в № 17/2002 журнала "Школьный психолог" ИД "Первое сентября").