

## **ЗАВДАННЯ ДЛЯ АТЕСТАЦІЇ – НАПИСАННЯ РЕФЕРАТУ**

### ***Мета і завдання написання реферату***

Реферат є формою закріплення і контролю знань та навичок, набутих слухачами в процесі їх теоретичного навчання та самостійної роботи.

Метою написання реферату є підтвердження рівня опанування слухачами основних положень з обраної тематики, демонстрація знання відповідної літератури, вміння аналізувати матеріал, робити узагальнення та самостійні висновки. Реферат повинен передбачати розкриття конкретного напрямку діяльності, мати прикладний характер та практичну спрямованість (відповідно до теми реферату).

### ***Завданнями написання реферату є:***

- вивчення стану розробки обраної проблематики в літературі та публікаціях;
- розгляд у контексті обраної теми практики й підходів до розв'язання конкретних проблем;
- вивчення відповідних інформаційних та статистичних даних, що стосується теми реферату та їх аналітична обробка;
- логічний, аргументований виклад матеріалу, узагальнення;
- розробка та обґрунтування пропозицій щодо поліпшення роботи в тій чи іншій сфері діяльності, визначеній темою реферату.

Тема обирається слухачем самостійно, виходячи із запропонованого переліку та у відповідності до номеру у загальному списку групи.

При необхідності слухачі можуть отримати консультативну-методичну допомогу викладачів щодо остаточного формування теми реферату, його плану. Залучення джерел та літератури тощо.

### ***Структура***

Стиль викладення матеріалу має бути науково-діловим.

Матеріал розподіляється рівномірно у відповідності до плану реферату:

- вступ (мають бути обґрунтовані актуальність та практичне значення обраної теми реферату, визначені мета та завдання роботи);
- основна частина (розкривається тема реферату шляхом висвітлення основних питань. При цьому необхідно зосередити увагу на аналізі поставлених питань в літературі з висновками щодо їх теоретичної та практичної значущості);
- висновки (необхідно сформулювати: а) науково-теоретичні та практичні підсумки проведеного аналізу за проблематиком реферату; б) теоретичні та практичні рекомендації, що випливають з проведеного аналізу. Вони мають логічно пов'язуватися із змістом викладеного матеріалу);
- список літератури (містить використані джерела та публікації).

### ***Вимоги до оформлення реферату***

Планування та стиль.

Обсяг реферативної роботи має складати – 20-25 сторінок (титульна сторінка, основний текст, список використаних джерел).

Всі сторінки зазначених елементів підлягають суцільній нумерації (окрім титульного листа).

Робота має бути надрукована з дотриманням стилістичних і граматичних норм. У тексті обов'язково повинні бути посилання на літературу та інші джерела, що використовувалися при підготовці реферату.

Текст реферативної роботи викладається державною мовою на стандартних аркушах формату А-4(210 x 297).

*Робота:*

друкується шрифтом Times New Roman, 14 кеглем;

вирівнювання – «За шириною»;

міжрядковий інтервал «Полуторний» (1,5 Lines);

абзацний відступ – п'ять знаків (1,25 см);

верхнє і нижнє поле – 2 см., ліве – 3 см, праве – 1,5 см.

Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті й дорівнювати п'яти знакам (1,25 см).

Скорочення слів та словосполучень мають відповідати чинним стандартам з бібліотечної та видавничої справи (наприклад: органи місцевого самоврядування (далі – ОМС)).

Розділи та підрозділи мають містити заголовки, які належить точно відтворювати у змісті. Заголовки розділів, як правило, розміщують посередині рядка. Назви розділів друкують великими літерами без розділових знаків у кінці, без підкреслень. Заголовки розділів слід починати з належного відступу.

Якщо заголовок складається з двох і більше речень, їх розділяють крапкою. Переніс слів у заголовках розділів слід уникати. Відстань між заголовком і подальшим чи попереднім текстом, при друкованому виготовленні письмової роботи, повинна становити не менше двох рядків.

Список використаних джерел оформлюємо у алфавітному порядку. В разі посилання на літературне джерело у квадратних дужках вказується його порядковий номер у списку літератури та конкретна сторінка, наводиться цитата, точні цифри, дані, наприклад [3, с. 17].

Ілюстративний матеріал – малюнки, графіки, схеми тощо слід розміщувати безпосередньо після згадування на нього в тексті. Якщо графік, схема, таблиця не поміщається на сторінці, їх подають на насупній сторінці. На кожний ілюстративний матеріал мають бути посилання в тексті.

### ***Критерії оцінювання рефератів***

*Кожний реферат оцінюється, виходячи з аналізу сукупності таких критеріїв:*

1. Актуальність теми.
2. План реферату має системно розкривати обрану тему.
3. Зміст реферату має передбачати розкриття теми.
4. Регіональна специфіка (якщо обрана тема реферату передбачає таку можливість).
5. Особистий внесок оцінюється із наявності власних аналітичних висновків та конкретних пропозицій у висновках.

6. Використані джерела, тобто наявність достатньої кількості сучасних нормативних і наукових джерел (в абсолюті – 1 джерело на 1 сторінку (20 сторінок – 20 найменувань використаних джерел, більше можна, менше ні)).

## Студентом обирається одна тема.

### Тематика рефератів для виконання завдання:

- Предмет та завдання вікової психології. Вікова психологія в системі наук.
- Історія виникнення і розвитку вікової психології.
- Основні розділи вікової психології.
- Сучасний стан та задачі вікової психології.
- Методи вікової психології.
- Причини виникнення дитячої психології як науки.
- Основні напрями досліджень у вітчизняній віковій психології.
- Розвиток вікової психології на Україні.
- Використання тестів при вивченні особливостей психічного розвитку дітей.
- Методи дослідження дитячого мислення.
- Психологія ставлення про закономірності дитячого розвитку.
- Культурний розвиток дитини.
- Категорія діяльності в дитячій психології.
- Становлення міжособистісних відносин в ранньому онтогенезі.
- Взаємозв'язок виховання і розвитку.
- Проблема періодизація вікового розвитку у працях зарубіжних психологів.
- Проблема періодизація вікового розвитку у працях вітчизняних психологів.
- Аналіз біогенетичних і соціогенетичних теорій психічного розвитку.
- Внутріутробний період розвитку.
- Вроджені форми психіки і поведінки дитини.
- Криза новонародженості. Загальна характеристика психічного розвитку новонародженого.
- Розвиток мовлення немовлят. Потреба в емоційному спілкуванні .
- Розвиток рухової активності немовлят.
- Розвиток сенсорики немовлят.
- Характеристика віку немовляти 0-1р. 29.
- Характеристика раннього дитинства 1-3р.
- Характеристика дошкільного періоду 3-6р.
- Характеристика молодшого шкільного періоду 6-10р.
- Характеристика підліткового періоду 10-16р.
- Діагностика розумового розвитку дитини періоду немовлят.
- Розвиток особистості на етапі раннього дитинства.
- Багатомовність в ранньому дитинстві.
- Зміни у мотивації поведінки дитини раннього віку.
- Основні шляхи розвитку мислення в ранньому дитинстві.
- Сюжетно-рольова гра як провідна діяльність дошкільника.
- Розвиток пізнавальної сфери дошкільника.
- Розвиток мовлення. Особливості спілкування дошкільника з ровесниками та старшими.
- Особливості розвитку моторики та діяльності дошкільника.
- Становлення особистості дитини дошкільного віку.
- Місце дошкільника в системі суспільних відносин.
- Індивідуальні відмінності у психологічній готовності дитини до навчання в школі.
- Специфіка учбової діяльності шестирічних дітей.
- Врахування особливостей пізнавальної сфери шестирічної дитини.
- Шляхи оптимального забезпечення психологічної готовності дитини до навчання в школі.
- Діагностика готовності дитини до навчання в школі.
- Особливості початкового періоду шкільного життя дитини.
- Учбова діяльність молодших школярів та розвиток інших видів діяльності.
- Проблема періодизації психічного розвитку дорослої людини.
- Характеристика, умови запобігання і розв'язання криз дорослості.

- Специфіка новоутворень психіки та особистості в період середньої дорослості.

### **Лекція 3. Особливості психічного розвитку новонародженого немовляти.**

#### **Психічний розвиток дитини у фазі новонародженості**

У психічному розвитку велике значення мають періоди немовлячого і раннього дитинства. Уявлення про нього на ранніх вікових етапах дає змогу зрозуміти закономірності становлення психічних процесів, властивостей і якостей особистості в дошкільному віці.

Періодом новонародженості є своєрідний період життя немовляти, який продовжується від народження до кінця першого місяця життя і розглядається як проміжний між внутріутробним і позаутробним способом життя, коли дитина пристосовується до життєвих умов. У тій виникає низка істотних змін, серед них - поява на балі безумовних умовних рефлексів, виникнення зосередження, усмішки, яка свідчить про завершення підготовки дитини до спілкування з оточуючими людьми.

#### **Психічний розвиток дитини у фазі новонародженості**

За дев'ять місяців непомітна зародкова клітина перетворюється у материнській утробі на організм з усіма властивими йому органами і системами. Спадкові і вроджені

властивості організму є важливими передумовами психічного розвитку дитини після її народження.

На першому місяці внутріутробного розвитку відбувається найінтенсивніший ріст організму (порівняно із зиготою ембріон збільшується в 10 000 разів), до кінця місяця його довжина досягає 1,3 см. Його кров уже тече артеріями і венами. Маленьке серце б'ється з частотою 65 ударів за хвилину. На цьому етапі вже є зачатки головного мозку, нирок, печінки і травного тракту, починає функціонувати пуповина - ланка, що зв'язує ембріон з матір'ю. Під мікроскопом на голові ембріона можна побачити декілька випуклостей, які з часом перетворюються на очі, вуха, ніс і рот. Визначити стать майбутньої дитини ще неможливо.

До кінця 2-го місяця плід дещо менший 2,5 см, а його вага становить 2,1 г. Довжина голови становить половину довжини всього тіла. Чітко диференціюються частини обличчя, з'являються зачатки зубів і язика. На руках виділяються кисті і пальці, на ногах - коліна, стегна і стопи. Плід покритий тонкою шкірою, можна отримати відбитки пальців і рук. Кісткові клітини з'являються на 8-му тижні внутріутробного розвитку.

Мозок координує функціонування органів. Відбувається розвиток статевих органів. Сердечний ритм стабільний. У шлунку виробляються травні соки; у печінці утворюються кров'яні клітини. У нирках кров очищується від сечової кислоти. Шкіра реагує на тактильні подразники. На грубі механічні подразнення (удар) восьмитижневий плід реагує згинанням тулуба, розгинанням голови і відведенням рук назад.

Наприкінці 3-го місяця вага плоду досягає 28 г, зріст - 7,5 см. Плід має нігті, повіки (заплющені), голосові зв'язки, губи, ніс. Голова становить приблизно 1/3 його довжини, високий лоб. Стать майбутньої дитини на цьому етапі визначається легко.

Уже функціонують органи: плід може дихати (захоплюючи амніотичну речовину в легені і випускаючи її назад), інколи відбувається сечовипускання. У ребрах і хребті сполучна тканина змінюється хрящовою.

Достатньо різноманітні рефлекси плоду: він рухає ногами, руками, великими пальцями рук і головою; відкриває і закриває рот, здійснює ковтальні рухи. При доторканні до повік плід жмуриться, до долоні - частково стискає кисть у кулачок, доторкання до губ викликає ссальний рефлекс, при ударі по п'ятах пальці ніг розгинаються. Ці рефлекси присутні в новонародженого і зникають упродовж перших місяців.

У четвертому місяці внутріутробного періоду тіло росте швидше за голову, яка становить його четверту частину.

Зріст плоду - 20-25 см, вага - майже 170 г. Довжина пуповини приблизно дорівнює довжині плоду і збільшується разом з ним. До цього моменту закінчується розвиток плаценти.

Мати починає відчувати рухи ніг плоду (ворушіння), які в низці країн і релігійних шкіл вважають початком людського життя. Рефлекси плоду стають більш «живими» внаслідок розвитку м'язової системи.

Вага плоду на п'ятому місяці внутріутробного періоду становить 340-450 г, довжина - 31 см. З'являються індивідуальні риси зовнішності. Стабілізується зміна станів, подібних до сну і неспання, особливе положення плоду (передлежання). Підвищується його рухова активність: плід штовхається, потягується. Якщо прикласти вухо до животи матері, можна почути серцебиття. Починають працювати потові і сальні залози.

Дихальна система плоду ще не пристосована до адекватного дихання поза маткою, тому діти, які народжуються в цей період, як правило, не виживають.

Починає рости волосся: жорстке - брови і вії, тонке - на голові і шовковисте (лануго) - на всьому тілі.

На шостому місяці внутріутробного розвитку швидкість росту плоду трошки знижується, і до кінця 6-го місяця він досягає 35 см і 560 г. З'являється підшкірна жирова клітковина. Закінчується розвиток очей: вони розплющуються, заплющуються і дивляться у всі напрямки. Плід здатний чути, плакати, сильно стискати руку в кулачок.

Діти, які народжуються на 6-му місяці, мають дуже невеликий шанс залишитися живими, бо формування їх дихального апарату ще не завершено. Іноді народжені в цей термін діти виживають.

До кінця 7-го місяця довжина плоду наближається до 10 см, вага становить 1,4-2,3 кг. Рефлекси на цьому етапі повністю сформовані. Плід дихає, ковтає, рухається, видає щось подібне на крик, може ссати великий палець руки. Лануго до цього часу можуть зникнути, а можуть зберігатися навіть до народження. На голові продовжує рости волосся. Шанси на виживання плоду вагою мінімум 1,5 кг достатньо високі за інтенсивного медичного догляду, і він доростає ізольовано від зовнішнього середовища до досягнення маси 2,3 кг.

8-місячний плід досягає 45-50 см і важить 2,3-3,2 кг. Йому стає мало місця, і його рухова активність знижується. Упродовж цього і наступного місяців по всьому тілу відбувається формування жирової клітковини, яка допоможе дитині пристосуватися до змін зовнішньої температури після народження.

Приблизно за тиждень до народження плід перестає рости, досягнувши в середньому 50 см і 3,4 кг. Хлопчики здебільшого трохи довші і важчі за дівчаток. Триває формування жирової клітковини, підвищується ефективність роботи різних систем органів, частота серцевих скорочень,

через пуповину починає відходити багато продуктів обміну. Колір шкіри спочатку червонуватий, потім блідніє. На момент народження загальний термін перебування плоду в утробі матері становить приблизно 266 днів (більшість лікарів починає цей відлік від останнього менструального циклу матері і нараховує 280 днів).

Отже, внутріутробний розвиток дитини детермінує подальший її психічний розвиток.

### **Особливості психічного розвитку новонародженого**

До особливостей психічного розвитку новонародженого зараховують перехід від пренатального розвитку до постнатального, наявність безумовних рефлексів, розвиток органів чуття і емоційної сфери, появу комплексу поживлення. У цей період з'являється криза новонародженості.

#### *Анатомо-фізіологічні особливості новонародженого*

Народження є великим потрясінням для організму дитини. Від існування у відносно постійному середовищі (організмі матері) він переходить у зовсім нові умови повітряного середовища з багатьма подразниками, які часто змінюються, у той світ, де він має стати розумною особистістю.

Довжина тіла новонародженого становить приблизно 50-51 см, вага - 3,4-3,5 кг. За перший місяць вага тіла збільшується на 600 г. У нього ще непропорційні окремі частини організму: відносно велика голова, довгий тулуб і короткі кінцівки. Хребетний стовбур майже прямий, голівка падає на груди.

Після народження різко змінюється форма взаємодії організму дитини і середовища. Особливо швидко відбуваються зміни в діяльності різних систем, органів і організму загалом. Дитина робить перший вдих, який супроводжуються голосним криком: легені, які були до моменту народження у сплячому стані, розправляються. Через декілька годин після першого вдиху у новонародженого встановлюється рівномірне дихання.

У момент народження апарат травлення дитини ще дуже слабкий, він може перетравлювати лише материнське молоко або спеціально виготовлені молочні суміші. Фізіологічні зміни в організмі новонародженої дитини пов'язані не лише зі зміною способу харчування, а й зі зміною (зниженням) температури середовища приблизно на 15-18°C.

Період новонародженості характеризується недостатнім розвитком органів і захисних систем, передусім незрілістю центральної нервової системи, яка слабо пристосована до нових зовнішніх умов. Тому навіть незначні несприятливі впливи (зміна повітря, їжі тощо) можуть спричинити серйозні проблеми в дитячому організмі.

Новонароджені діти вразливі до захворювань, спричинених порушеннями перебігу внутріутробного життя, пологамі (травми, крововиливи в різні органи тощо). Особливо небезпечні крововиливи в головний мозок, які можуть спричинити судоми, спазматичні паралічі. Нерідко трапляються хвороби пупка і пупкові ранки, запальні хвороби шкіри (дерматити).

На цьому етапі діти дуже чутливі до мікробів кокової групи (стрептококів, стафілококів, пневмококів), тому в них бувають гнійні запалення шкіри (піодермія) і пупка. Можливі також і розлади, зумовлені недостатньою функціональністю різних органів. Одним із них є фізіологічна жовтяниця (50-70% новонароджених), що виникає внаслідок посиленого руйнування еритроцитів у перші дні після народження, недостатньої функціональної здатності печінки. Спостерігаються також фізіологічне зменшення ваги тіла, сечовий інфаркт, статеві кризи новонароджених.

#### *Значення рефлексів новонародженого у розвитку дитини*

Новонароджена дитина більшість часу спить. Та вже в перші дні час неспання (короткі інтервали між сном) досягає кількох годин на добу. Під час неспання дитина виявляє три форми активності:

- 1) спокійне неспання: дитина лежить з розплющеними очима, не виявляючи рухової активності, у т. ч. й мимічної (гримаси). Зауваживши предмет, який рухається, вона може супроводжувати його поглядом;
- 2) активне неспання: очі дитини розплющені, дихання, як правило, нерівне. Вона робить швидкі хаотичні рухи, у яких беруть участь усі частини її тіла;
- 3) крик: дитина видає голосні, нерозбірливі, іноді надзвичайно гучні звуки, рухаючись («борсаючись»). Дорослі нерідко оцінюють це як плач.

У поведінці новонародженого проявляються різноманітні життєво необхідні рефлекси, які забезпечують пристосування організму до умов навколишнього середовища, є реакцією на дію

зовнішніх і внутрішніх подразників. Так, відразу після народження включаються рефлекси, які забезпечують роботу основних систем організму (дихання, кровообігу).

*Рефлекси (лат. reflexus - відображення) новонародженого - рефлекси, якими володіє новонароджена дитина і більшість з яких зникає на 2-4-му місяці її життя.*

Систему основних рефлексів новонародженого утворюють:

а) захисний, який вберігає організм від шкідливих і сильних впливів, необхідний для виживання і зберігаються упродовж усього життя людини. Наприклад, звуження зіниці ока немовляти у відповідь на дію яскравого світла; різке змахування руками і ногами, якщо смикнути за пелюшку, на якій лежить новонароджений, з метою віддалення від подразника або обмеження його дії;

б) орієнтувальний, що є реакцією, спрямованою на контакт із подразником. У первісній формі цей рефлекс виражений у спрямуванні погляду на яскравий або блискучий предмет. Потім орієнтувальну реакцію спричиняє нове для дитини явище. Вже на перший-третій день життя сильне джерело світла зумовлює повертання голівки, новонароджені стежать за джерелом світла, яке повільно переміщується;

в) орієнтувально-харчовий, який забезпечує готовність дитини до нового типу харчування. Доторкання до губ, інших частин обличчя викликає в голодної дитини реакцію пошуку: вона повертає голівку, розкриває рот;

г) ссальний, який виявляється у тому, що дитина починає ссати вкладений в її рот предмет. Цей рефлекс найважливіший для новонародженого;

г) мавпячий (рефлекс Робінзона), який не має життєво можливого пристосувального значення. Наприклад, доторкання пальцем до долоні викликає надто сильну як для новонародженого реакцію схоплення, внаслідок чого він може навіть повиснути, тримаючись за пальці, як мавпочка. Таким є рефлекс повзання (доторкання до підшви викликає рефлекторне відштовхування); рефлекс підкидання ручок (рефлекс Моро), коли дитині загрожує падання або у відповідь на сильний звук вона різко піднімає вгору та опускає руки або долоньки, ніби готові схопити щось;

д) плавальний, завдяки якому новонароджений не погоне, оскільки борсання утримає його на воді.

Усі ці рефлекси успадковані від тваринних предків. На їх основі ніщо людське не розвивається. Більшість із них і виникає вже в першому півріччі: рефлекс Робінзона послаблюються до 4-го місяця життя, до того, як виникне цілеспрямований акт хапання; рефлекс повзання з опорою на підшви не є передумовою самостійного пересування в просторі, оскільки повзання немовляти починається не з відштовхування ніжками, а з рухів рук. Ученими доведено, що деякі рефлекторні реакції проявляються задовго до народження.

Більшість вроджених реакцій необхідна для життя дитини, допомагає їй пристосуватися до нових умов існування. Завдяки їм новонароджений опановує новий тип дихання і харчування. Якщо до народження плід розвивався за рахунок організму матері (через стінки судин плаценти - дитячого місця - з крові матері в кров зародка надходять поживні речовини і кисень), то після народження організм дитини переходить до легеневого дихання й орального живлення (через рот і шлунково-кишковий тракт). Це пристосування відбувається рефлекторно: після наповнення легень повітрям система м'язів включається в ритмічні дихальні рухи. Дихання відбувається легко і вільно. Харчується дитина на основі ссального рефлексу. Включені у ссальний рефлекс вроджені дії спочатку погано узгоджені між собою: дитина при ссанні захлинається, задихається, у неї швидко вичерпуються сили. Уся її активність спрямована на насичення. Велике значення має також встановлення рефлекторного автоматизму терморегуляції, завдяки якому організм дитини пристосовується до температурних перепадів.

Новонародженість є єдиним періодом у житті людини, коли можна спостерігати вроджені інстинктивні форми її поведінки, спрямовані на задоволення органічних потреб (у кисні, їжі, теплі). Вони не можуть створити основу психічного розвитку дитини, а лише забезпечують її виживання.

*Особливості розвитку органів чуття новонародженого*

Органи чуття є складним аналізуючим апаратом, що формується у дитини до її народження. Однак вона народжується більш безпорадною, ніж дитинча тварин. На перших порах недосконало працюють її зоровий і слуховий апарати.

Очні впадини і очні яблука новонародженої дитини дещо більші, а рогівка - товстіша, ніж у дорослого. Неузгоджено ще рухаються повіки: одне око розплющується, а друге залишається заплющеним. Згодом (з десяти днів до одного місяця) їхні рухи узгоджуються. У новонароджених дітей низька чутливість до світла, та з кожним днем вона помітно підвищується. Діти все більше виявляють здатність стежити за предметами, що рухаються. Не реагує дитина у перші дні після народження на звуки, навіть дуже гучні, оскільки слуховий прохід новонародженого заповнений рідиною, яка розсмоктується через кілька днів після народження. Та вже на 2-му тижні в дитини утворюються умовні рефлекси на звукові подразники, вона реагує на джерела звуку (голос матері).

Розвиток зору і слуху відбувається у немовлят швидше, ніж тілесних рухів, що відрізняє дитину від дитинчати тварини. Найрозвиненіша у них дотикова чутливість. При появі на світ їх тіло труситься через різницю температур тіла матері і температури кімнати, реагують діти і на доторкання (особливо чутливі губи, вся ділянка рота).

До народження в дитини високорозвинена смакова чутливість: на солодке реагують ссанням і ковтанням слини; на неприємний смак і гірке - мімікою і здриганням; на кисле і гірке - гримасою, перестають ссати. Через декілька днів після народження може відрізнити молоко матері від підсолодженої води, а її - від простої води.

Добре розвинена в новонароджених нюхова чутливість. За запахом материнського молока вони визначають, є в кімнаті мама чи немає. Якщо дитина упродовж 1-го тижня харчувалася материнським молоком, від коров'ячого вона відвертатиметься, почувши лише його запах. Новонароджений прокидається з криком від відчуття голоду і голодних рухів шлунку. Розвиток роботи аналізуючого апарату, вдосконалення реакцій на зовнішні подразники відбуваються на основі дозрівання нервової системи дитини, насамперед її мозку. Вага мозку немовляти становить 1/4 ваги мозку дорослої людини. Хоча кількість нервових клітин у ньому така, як у дорослого, ці клітини ще недостатньо розвинені. Та вже в період новонародженості можливе утворення умовних рефлексів. Це є свідченням того, що встановлення зв'язків дитини із зовнішнім світом відбувається за участі вищих зон мозку - кори великих півкуль. Його вага швидко збільшується з перших днів життя, ростуть і покриваються захисними мієліновими оболонками нервові волокна. Особливо швидко формуються ділянки, пов'язані з отриманням зовнішніх вражень: за два тижні площа, зайнята в корі великих півкуль зоровими полями, збільшується в півтора рази.

Це не означає, що саме по собі дозрівання мозку може забезпечити розвиток органів чуття новонародженого. Він відбувається під впливом зовнішніх вражень дитини, без яких них неможливе його дозрівання. Необхідними умовами нормального дозрівання мозку в період новонародженості є вправлення органів чуття (аналізаторів), надходження в мозок різноманітних сигналів з навколишнього гніту. За сенсорної ізоляції (відсутності достатньої кількості зовнішніх вражень) розвиток дитини різко уповільнюється. Враження стимулюють швидкий розвиток орієнтувальних рефлексів, що виявляється у виникненні зорового і слухового зосередження, створюють основу для подальшого оволодіння рухами, формування психічних процесів і кісток. Джерелом та організатором зорових і слухових вражень, необхідних для нормального розвитку нервової системи й органів чуття дитини, є дорослий. Підносячи до обличчя дитини предмети, нахилиючи до неї своє обличчя, розмовляючи, він активізує її орієнтувальні реакції.

#### *Розвиток емоційної сфери новонародженого*

Першою формою людської активності є прояв емоцій дитини. Новонароджений починає своє життя з крику. У перші дні він має безумовно-рефлекторний характер, є результатом спазму голосової щілини, який супроводжує перші дихальні рефлекси. Деякі вчені вважають, що перший крик є першим проявом негативних емоцій: спазми викликають відчуття стиснення. У цьому разі ще неможливо розрізнити м'язову реакцію й емоційне ставлення, оскільки у новонародженого відсутній будь-який життєвий досвід. У перші дні життя дитина криком відповідає на неприємні відчуття, пов'язані з потребою в їжі, сні, теплі. Передумовою крику є голод, мокрі пелюшки тощо. За нормального виховання приглушене «уа» новонародженого непомітно переходить у плач, який виражає різноманітні страждання (фізичний біль та ін.).

Перші емоції новонародженого негативні, йому важливо показати, що йому загрожує, не задовольняє його. Доброзичлива увага, любов і піклування дорослого викликають у нього позитивні соціальні переживання. Першою соціальною емоцією, першим соціальним жестом є усмішка дитини у відповідь на розмову з нею дорослого. Вона свідчить, що малюк виокремив об'єкт (дорослого), спрямував на нього свою активність.



Найбільшу радість батьки відчують від усмішки дитини. Вона з'являється пізніше крику, як правило, приблизно наприкінці 1-го місяця життя на появу матері і звук її голосу, виражаючи позитивні емоції. Перші усмішки дитини виникають як реакція на ласкавий вираз обличчя дорослого, і лише через тиждень-півтора немовля починає усміхатися, ще не побачивши дорослого, а лише відчувши його наближення. Усмішка - не просто вираження задоволення дитини, а інструмент налагодження її взаємодії з оточуючими людьми. З її допомогою дитина дає знати про себе, свої приємні почуття до близького дорослого. Вона є першим соціальним жестом, свідчить про закінчення періоду новонародженості і початок немовлячого періоду. На її основі виробляється особлива поведінка дитини (специфічний акт поведінки стосовно дорослого) - комплекс пожвавлення.

*Комплекс (лат. complexus - поєднання, зв'язок) пожвавлення - система позитивних емоційно-рухових реакцій дитини у відповідь на появу в полі зору людини, що нахилиється, розмовляє, усміхається.*

Виникає він наприкінці 1-го - на початку 2-го місяця життя дитини. Його ознаками є зосередження погляду на обличчі людини, радісні звуки, гудіння, жвава міміка, усмішка, швидкі й енергійні рухи ніжок і ручок. Ця складна реакція свідчить про вирізнення людини (як правило, дорослого, який доглядає дитину) з навколишнього середовища і встановлення специфічного зв'язку з нею, про потребу спілкування. З цього часу дитина не лише стійкіше фіксує свою увагу на людині порівняно з іншими предметами, а й змінює доступні їй у перші тижні активно-негативні реакції, пасивне сприймання на активно-позитивні контакти з дійсністю. Якщо активність дитини на перших порах зумовлена переважно незадоволеними органічними потребами і супроводжується негативними переживаннями, то з часом її рухи дедалі частіше здійснюються на фоні емоційного комфорту, зумовленого не лише задоволенням природних потреб, а й присутністю людини.

Принципово важливе значення для подальшого розвитку дитини має комплекс пожвавлення - основне новоутворення періоду новонародженості, поява якого є психологічним критерієм закінчення періоду новонародженості.

### **Криза новонародженості**

Під час пологів дитина фізично відокремлюється від матері, але біологічного відокремлення від неї ще не відбувається, бо в основних життєвих функціях дитина довго залишатиметься несамотійною істотою. Основні особливості їх життєдіяльності дають підстави виокремлювати новонародженість як особливий віковий етап, наділений всіма характерними ознаками критичного віку.

Кризю новонародженості не відкрили, а обґрунтували теоретично як особливий період у психічному розвитку дитини. Її ознакою є втрата дитиною ваги в перші дні після народження.

*Криза новонародженості - відносно короткий період у житті дитини (1-2 місяці), який характеризується психологічними змінами, що виражені у позбавленні дитини основних засобів спілкування з дорослими, безпорадності, переході від пренатального до постнатального розвитку тощо.*

Соціальна ситуація розвитку новонародженого неповторна. Біологічно він цілком безпорадний, не може задовольнити жодної життєвої потреби без допомоги дорослого, тому є максимально соціальною істотою. За певної залежності від дорослих дитина позбавлена основних засобів спілкування з ними, насамперед людської мови. На цій суперечності між максимальною соціальністю і мінімальними засобами спілкування ґрунтується їх подальший розвиток у цьому віці.

Саме у своєрідності ситуації розвитку Л. Виготський вбачав найголовнішу особливість вікового періоду. Ця ситуація створюється завдяки тому, що, відокремлюючись від матері фізично, дитина не відокремлюється від неї біологічно. Центром ситуації розвитку новонародженого є дорослий. Більшу частину часу він спить і прокидається, щоб поїсти. Новонароджений зовсім безпорадний, без опіки і піклування дорослого може загинути. Дорослий, насамперед мати, організовує його життя у всіх аспектах: годує, викликає і підтримує активність, створює передумови для нових вражень. Тому цей період вважається перехідним між внутріутробним і позаутробним життям дитини.

Період новонародженості передвіщає початок немовлячого віку і охоплює перші тижні життя дитини. Основною його особливістю є відсутність поведінки, дитина проявляє лише її інстинктивні форми - безумовні рефлексії.

*Безумовні рефлекси - спадкова форма реагування на впливи зовнішнього світу або на зміни внутрішнього середовища організму.*

З ростом і розвитком інстинктивні форми поведінки зникають, що відкриває можливості для формування нових (соціальних) форм поведінки.

Передумовою формування умовних рефлексів є зорове і слухове зосередження на обличчі і голосі матері, яке виникає під час годування дитини груддю. Надалі воно супроводжує всі багатогранні власне людські форми поведінки.

Центральним і основним новоутворенням періоду новонародженості є індивідуальне психічне життя. Йдеться про те, що в період новонародженості дитина існує індивідуально, відокремлено від організму матері, зливається із соціальним життям людей, які її оточують. Крім того, індивідуальне життя як перша і найпримітивніша форма соціального існування є психічним життям, бо тільки воно може бути частиною соціального життя близьких людей.

Новонародженому притаманне лише зародження психічного життя (виразність рухів, стан радості і суму, гніву і страху, здивування і роздумів; інстинктивні рухи, пов'язані з голодом, ситістю, задоволенням тощо). Ці прояви можна спостерігати відразу після народження. Психічне життя новонародженого має дуже своєрідний характер, про що свідчать: недиференційованість і нерозчленованість переживань (своєрідне поєднання потягу, афекту і переживання; невміння виокремити себе і свої переживання серед об'єктивних речей, нездатність диференціювати соціальні і фізичні об'єкти; нерозчленованість сприймання ситуації загалом).

На основі первісно аморфного сприймання ситуації загалом відбувається розрізнення дитиною більш або менш обмежених явищ, які вона сприймає як особливу якість на цьому

фоні. Закон структурності (розрізнення фігури і фону) є, на думку Л. Виготського, найпримітивнішою особливістю психічного життя, вихідним пунктом подальшого розвитку і відомості. Критерієм визначення вікової межі періоду новонародженості він пропонував брати ступінь соціального розвитку дитини. Новонароджений ще не має жодних специфічних форм соціальної поведінки. Його психічне життя пов'язане переважно з підкорковими відділеннями мозку.

До кінця 1-го - початку 2-го місяця у психічному і соціальному житті дитини настає переломний момент, що проявляється в її специфічній реакції на людський голос. <sup>1</sup> утню реакції є усмішки у відповідь на розмову дорослої поди. Наприкінці 1-го місяця крик однієї дитини може зумовити відповідний крик іншої. Така реакція є верхньою межею періоду новонародженості, який знаменує початок нового вікового етапу розвитку дитини.

Сутність ситуації розвитку у період новонародженості характеризується фізичним відокремленням від організму матері, інтелектуальними формами поведінки, які переходять у соціальні, зародженням психічного життя.

Періодом найінтенсивніших змін у психіці дитини є немовлячий вік (1-й рік життя). У неї розвивається потреба в спілкуванні, немовля оволодіває різноманітними рухами і діями з предметами, з'являються здатність до розуміння людського мовлення і перші самостійні слова. Формуються сприймання, уявлення про предмети навколишньої дійсності. Закладаються передумови формування особистості. Найважливіші новоутворення у психіці немовляти формуються в процесі ситуативно-ділового і емоційно-особистісного спілкування.

### **Загальна характеристика психічного розвитку немовлят**

Нове ставлення дитини до дійсності символізує початок немовлячого періоду. Перед тим у дитини виникає певний інтерес до зовнішнього світу, з'являється змога вийти зі своєю активністю за межі безпосередніх потягів та інтенсивних тенденцій. Перед нею постає зовнішній світ. Так починається перша стадія немовлячого періоду. На другій стадії також відбувається різка зміна ставлення дитини до зовнішнього світу. Це стається між 5-м і 6-м місяцями життя. До того в поведінці дитини спостерігаються перші впевнені оборонні рухи, хапання, пошкваллені пориви радості, навіть бажання, експериментальні вчинки, соціальні реакції на однолітків, пошуки загублених іграшок. Усе це є активним інтересом до навколишнього світу. Найсуттєвіша ознака цього вікового періоду - наслідування.

На 10-му місяці життя дитини зникають безладні рухи і виникають зачатки складніших форм поведінки: перше застосування знаряддя і вживання слів, які виражають бажання. Так починається новий період - криза 1-го року життя.

### *Соціальна ситуація розвитку у немовлячому віці*

Соціальна ситуація розвитку немовляти полягає в тому, що вся поведінка і діяльність дитини реалізується нею або безпосередньо через дорослого, або у співробітництві з ним.

Нерозривний зв'язок дитини і дорослого зберігається впродовж усього 1-го року життя, тому соціальну ситуацію розвитку в немовлячому віці Л. Виготський назвав «Ми». За його словами, немовля подібне до дорослого паралітика, який каже: «Ми поїли», «Ми погуляли» тощо. Воно нічого не може без дорослого: його життя і діяльність ніби вплетені в життя і діяльність дорослого, який піклується про нього. Особливістю цієї ситуації є потреба в комфорті, а центральним елементом цього комфорту - дорослий.

За словами Д. Ельконіна, пустушка і погойдування - своєрідні заміники присутності дорослого, що подають немовляті сигнал: «Усе спокійно!», «Усе гаразд», «Я - тут!». Звичайно, дитина зовсім не може існувати без дорослого, який забезпечує все її існування, виживання і спрямування активності. Вона не здатна самостійно пересуватися, підтримувати своє існування. Не має вона засобів впливу на дорослого, крім експресивно-мімічних (плач, крик). Суперечність цієї ситуації розвитку полягає в тому, що дитина максимально потребує дорослого, але не має засобів впливу на нього. А він поводить з нею так, ніби сподівається на відповідні дії, ніби вона розуміє звернені до неї слова, жести, емоційні реакції. Дорослий ніби приписує немовляті розуміння своїх дій. У результаті такої поведінки дорослого в дитини з'являється перша соціальна потреба - потреба у спілкуванні з дорослим. Вона знаменує собою виникнення першої діяльності дитини - діяльності спілкування, предметом якої є інша людина (М. Лісіна) Відтоді активність у встановленні контактів переходить від дорослого до дитини. Вона починає впливати на дорослого, щоб вступити з ним у спілкування, спонукати його до контакту.

### *Роль спілкування з дорослими у психічному розвитку немовляти*

Життя немовляти цілком залежить від дорослого. Дорослий задовольняє органічні потреби дитини - годує, купає, перевертає з одного боку на інший. Задовольняє він і потребу у враженнях: немовля помітно пошавлюється, коли його беруть на руки. Рухаючись у просторі за допомогою дорослого, воно має змогу бачити більше предметів, доторкатися до них, схоплювати їх. З ініціативи дорослого виникають основні слухові і дотикові враження.

Позитивне емоційне ставлення дитини до дорослого, очевидне задоволення від спілкування з ним виявляються уже в комплексі пошавлення. Таке ставлення посилюється впродовж усього немовлячого періоду. Емоційне спілкування з дорослим відчутно впливає на настрій дитини. Своєю появою він піднімає настрій дитини, спонукає до дій, до яких перед тим вона ставилася байдуже. До кінця 4-5-місячного віку спілкування з дорослим набуває вибіркового характеру. Малюк починає відрізняти своїх від чужих: знайомому дорослому радіє, незнайомий може викликати в нього переляк.

Потреба в емоційному спілкуванні, яка має важливе значення для розвитку дитини, може спричинити і негативні прояви. Якщо дорослий постійно перебуває з дитиною, вона звикає безперервно вимагати уваги, не цікавиться іграшками, плаче, якщо її хоча б на хвилину залишають саму.

За правильного застосування методів виховання характерне для початку немовлячого періоду безпосереднє спілкування (спілкування заради спілкування) поступає місцем спілкуванню з приводу предметів, іграшок, а потім переростає у спільну діяльність дорослого і дитини. Дорослий ніби вводить дитину у предметний світ, привертає увагу до предметів, демонструє можливі способи дії з ними, часто безпосередньо допомагає дитині виконати дію, спрямовуючи її рухи.

Спільна діяльність дорослого і дитини полягає як у керівництві з боку дорослого діями дитини, так і в тому, що немовля, не маючи змоги виконати якусь дію, звертається за допомогою та сприянням дорослого. Велике значення у їх спільній діяльності має здатність наслідувати дії дорослого, яка відкриває широкі можливості для навчання. У 7-

10 місяців дитина уважно стежить за рухами і мовленням дорослого. Найчастіше вона відтворює показану їй дію не відразу, а через деякий час, навіть через декілька годин. Іноді наслідування виникає після багаторазового показу. До кінця немовлячого віку діти виявляють велику здатність до наслідування, повторюючи за дорослим різноманітні дії.

Дії, якими дитина оволодіває під керівництвом дорослого, створюють основу для її психічного розвитку. Уже в немовлячому віці яскраво проявляється загальна закономірність її психічного розвитку - психічні процеси і якості формуються у неї під вирішальним впливом умов життя, виховання і навчання. У зв'язку із залежністю від дорослих ставлення немовляти до дійсності і до себе завжди переломлюється через призму стосунків з іншою людиною. Тобто ставлення дитини до дійсності є соціальним ставленням.

Відразу після народження немовля ще не має потреби у спілкуванні з оточуючими людьми, вона виникає під впливом таких умов:

1) об'єктивна потреба немовляти в догляді та піклуванні дорослих. Тільки завдяки постійній допомозі близьких людей дитина може вижити в цей період, оскільки ще не здатна самостійно задовольняти свої органічні потреби. Зацікавленість у дорослому зовсім не є потребою в спілкуванні. У перші дні після народження дитина навчається використовувати дорослих для подолання дискомфорту й отримання того, що їй необхідно, за допомогою різноманітних криків, хнюкання, гримас. Немовля в цей період не адресує своїх сигналів конкретній особі, воно ще не спілкується;

2) звернена до дитини поведінка дорослого. З перших днів появи дитини на світ дорослий поводить з нею так, ніби вона може включитися в спілкування: розмовляє з нею, шукає знаків, за якими можна вважати, що дитина включилася у спілкування.

Спочатку дитину залучає до спілкування дорослий, пізніше в неї самої виникає потреба у цьому. Найважливішим засобом спілкування в немовлячому віці є експресивні дії (усмішки, вокалізація, активні рухові реакції).

Дорослий не тільки задовольняє потреби дитини і вчить її діяти з предметами. Він оцінює її поведінку, заохочує усмішкою, хмуриє брови і погрожує пальцем, якщо інша поведінка не так, як потрібно. Завдяки цьому дитина поступово засвоює позитивні звички, вчиться правильно себе поводити.

Отже, роль дорослого у спілкуванні з немовлям є однією з головних передумов успішного розвитку дитини і соціалізації її у людському середовищі.

#### *Формування комплексу поживлення*

На 1-му місяці життя немовля є асоціальною істотою, яка живе в замкненому світі, ніби відірваному від дійсності, а внутрішній світ його обмежений вродженою здатністю задовольняти свої органічні потреби. Умови, в яких живе дитина в немовлячому віці, максимально соціальні. Їх особливість полягає в тому, що дитина, на відміну від дитинчат тварин, не здатна сама, на основі вроджених механізмів підтримувати своє існування і пристосовуватися до навколишнього середовища. Пристосування немовляти відбувається або безпосередньо через дорослого, або у співробітництві з ним. Унаслідок безпомічності новонароджений міцно пов'язаний у своїй поведінці з іншою людиною.

Перші прояви позитивної емоції спостерігаються наприкінці 1-го - на початку 2-го місяця життя. Вона виникає при зоровому зосередженні на предметі, у відповідь на ласкаві слова і усмішку дорослого. Найінтенсивніші та найяскравіші позитивні емоції викликає мовлення дорослого. Найчастіше в немовляти у процесі спілкування виникає комплекс поживлення: дитина зосереджує погляд на обличчі дорослого, який нахилиється над нею, вона усміхається, поживлено рухає ручками і ніжками, видає тихі щуки. Комплекс поживлення знаменує закінчення періоду новонародженості і початок нової стадії розвитку немовляти. Таким є вираження її першої соціальної потреби - погребти у спілкуванні.

У своєму розвитку комплекс пожвавлення долає такі три етапи: завмирання, зосередження, усмішки і гуління.

1. Він проявляється на 2-му місяці життя у відповідь на зовнішні впливи.

2. На 3-му місяці життя комплекс пожвавлення формується в цілісну систему і стає основною формою поведінки дитини. Кожен компонент використовується адекватно меті спілкування. Так, зосередження допомагає сприйняти впливи дорослого; усмішка є знаком того, що вплив прийнятий і зростає задоволення; рухове пожвавлення, вокалізації допомагають привернути увагу дорослого, який перебуває в полі зору дитини, тримати його біля себе. Це активний етап.

3. Комплекс пожвавлення стає звичною формою вияву будь-яких позитивних емоційних переживань, що засвідчує його соціальну функцію.

Для виникнення комплексу пожвавлення недостатньо лише задоволення органічних потреб. Воно лише знімає негативні емоції і створює передумови, за яких у дитини може виникати радісне переживання. Йому передують отримання вражень, пов'язаних із дорослим.

Якщо дитина в першому півріччі отримує від дорослого достатньо уваги, вона швидко розвивається психічно: під час неспання - активна, життєрадісна, рано починає гуліти, усміхатися, у неї своєчасно виникає комплекс пожвавлення. За відсутності вражень, емоційного контакту з дорослими здорова, доглянута дитина поводить себе апатично або кричить, у неї затримується руховий, розумовий і навіть фізичний розвиток (явище госпіталізму). У дітей, які живуть в умовах дефіциту спілкування, проявляються невротичні форми поведінки, вони частіше хворіють.

*Спілкування як провідна діяльність немовляти*

Провідною діяльністю в немовлячому віці є спілкування, оскільки воно забезпечує головні лінії психічного розвитку. Залежно від змісту у немовлячому періоді розрізняють ситуативно-особистісну і ситуативно-ділову форми спілкування.

До 6-ти місяців спілкування дитини з дорослими має переважно емоційний характер, а його засобами є реакції.

*Емоційне спілкування - спілкування за допомогою виразних рухів, які відповідають певному емоційному стану: пози, міміка, інтонація голосу, доторкання, погладження, притискання до грудей, відитовхування тощо.*

Після 6-ти-8-ми місяців у дитини формується новий тип спілкування з дорослими - ситуативно-діловий, при чому > м у засобом спілкування поряд з емоційними реакціями ' ГН дія з предметом.

*Ситуативно-ділове спілкування - спілкування дитини з дорослим у процесі спільних дій з предметами, метою якого є ця спільна дія.*

У немовлячому періоді виокремлюють два етапи розпитку:

1. Від народження до 5-6-ти місяців. Цей період характеризується становленням ситуативно-особистісного спілкування, інтенсивним розвитком сенсорних систем, слуху, слуху. Таке спілкування вважається достатньо розмішеним, якщо малюк дивиться в очі дорослому, відповідне усмішкою на його усмішку, адресує йому ініціативні усмішки, рухове пожвавлення і вокалізації, прагне продовжити емоційний контакт з ним, намагається перебудувати свою поведінку відповідно до його поведінки.

Зміст потреби у спілкуванні полягає у прагненні до доброзичливої уваги. Розвивається воно за допомогою експресивно-мімічних засобів, які немовля інтенсивно засвоює протягом 4-х-6-ти тижнів. У цьому віці спілкування є провідною діяльністю. Воно допомагає малюку вижити і адаптуватися до обставин життя.

2. Від шести місяців до року. Початок цього періоду пов'язаний з розвитком хапання, установленням зорово-рухових координацій (координація між рукою та оком). Дитина вже здатна втримати предмет, інтенсивно засвоює маніпулювання ним. Розширюється її простір. Створюються передумови для розвитку маніпуляції з

предметами і предметного сприймання. Спілкування відбувається на фоні маніпуляцій, які стосуються предметів.

З 6-ти місяців життя дитини ситуативно-особистісну форму спілкування змінює ситуативно-ділова, яка розгортається в результаті спільних з дорослим маніпулятивних дій і задовольняє її нову потребу - у співпраці. Дитині недостатньо доброзичливої уваги. Їй необхідно, щоб дорослий виявив зацікавленість тим, чим вона займається, брав участь у цьому процесі. Дорослого вона вважає експертом, зразком, помічником, учасником і організатором спільних дій. У цих заняттях експресивно-мімічні засоби доповнюються предметами. Дитина виявляє своє прагнення до співробітництва позами, жестами. Спілкування має яскраво емоційний відтінок, йому притаманні не лише позитивні емоції. Діти можуть проявляти образу, гнів, якщо поведінка дорослого їх не влаштовує. Збагачується і спектр їхніх позитивних переживань.

Спілкування з дорослим як провідна діяльність в немовлячому віці найбільше сприяє психічному розвитку дитини, переходу її на наступний віковий етап. Систематичний словесно-емоційний вплив дорослого стимулює емоційну сферу немовлят, сприяє їхньому пізнавальному розвитку. Це спілкування буде продуктивнішим, якщо починатиметься до того, як у дитини сформується складні форми предметного сприймання.

Дорослий організовує і перші акти предметного сприймання дитини. Оволодівши ними, немовля може успішно використовувати їх в інших ситуаціях, з іншими предметами, наприклад з іграшками.

Дитина росте, змінюються її можливості, потреби. Її все більше приваблюють навколишні предмети, вона починає з ними діяти. Але простота, обмеженість її дій не дають змоги самостійно відкрити різноманітні специфічні властивості і функції предметів. Неоціненну допомогу в цьому надає дорослий. Він показує нові цікаві дії з предметами: підкидає м'ячик угору, нанизує кільця на пірамідку, розкриває і знову збирає половинки дерев'яної ляльки.

Емоційно-особистісне спілкування змінюється в цей час на емоційно-ділове. Крім уваги і доброзичливості, у його контекст включаються ще співробітництво дорослого, його участь у справах малюка. Багатшими стають засоби спілкування: погляди й усмішки доповнюють вказівними жестами, певними інтонаціями у вокалізаціях і перших словах, які з'являються у другій половині року.

Ділове спілкування забезпечує подальший розвиток психіки дитини, яка оволодіває мовленням, вчиться виконувати складніші дії з предметами, переходить до найпростіших ігор з ними.

У немовлячому віці відбувається становлення передумов спілкування, безпосередніх емоційних контактів з однолітками, які відображають широкий спектр переживань. Інтерес дітей одне до одного спонукає їх до пізнавальних контактів, до вивчення іншого. До 12-ти місяців виникають ділові контакти у формі спільних предметно-практичних та ігрових дій. У цей період закладаються основи подальшого повноцінного спілкування з однолітками. Формування цієї потреби починається з 3-х місяців з виникненням орієнтувальної активності на однолітка. У складі комплексу поживлення у 5-місячної дитини з'являються яскраві емоції при сприйманні партнера. У другій половині першого року життя формуються складні форми поведінки (наслідування, спільні ігри), які засвідчують подальший розвиток потреби в спілкуванні з однолітками.

Контакти з однолітками здебільшого спрямовані на знайомство з ними як з цікавим об'єктом. Діти розглядають, одне одного, доторкаються до обличчя, одягу, іноді навіть «пробують на смак» - беруть у рот пальчик іншого. Чисто не обмежуються спогляданням однолітка, а поводяться з ним, як з цікавою іграшкою. Можуть адресувати їм ті самі дії, що й дорослим: усміхнутися, запропонувати іграшку, однак ініціативні прояви на адресу однолітків, прагнення привернути до себе увагу спостерігаються рідко, як і відповідна активність. Немовлята ще не є учасниці ми повноцінного спілкування, на цьому етапі життя лише закладаються його передумови.

## **Роль рухової активності у психічному розвитку дитини**

Протягом першого року життя дитина досягає великих успіхів, оволодіваючи пересуванням у просторі і найпростішими діями з предметами.

Поступальний розвиток моторики дитини забезпечує становлення всіх психічних функцій. Досліджуючи простір, дитина ознайомлюється з властивостями предметів, починає використовувати їх властивості для розв'язання завдань, що зумовлює розвиток елементарних форм мислення.

### *Характеристика рухів і дій на першому році життя*

Моторна сфера (сукупність можливостей рухової системи) немовляти з народження має досить складну організацію. Вона включає в себе багато механізмів, призначених для регуляції пози. У новонародженого часто проявляється підвищена рухова активність кінцівок, що позитивно позначається на формуванні в майбутньому складних комплексів координованих рухів.

Розвиток рухів дитини на 1-му році життя відбувається дуже швидко. Із безпомічної істоти дитина перетворюється на людину, яка стоїть на ногах, відносно вільно і самостійно пересувається в просторі, одночасно з рухами ніг виконує складні маніпуляційні рухи руками.

Дитина навчається тримати голову, сидіти, повзати, пересуватися навколiшки, набувати вертикального положення і робити кроки. Вона починає тягнутися до предметів, схоплювати й утримувати їх, маніпулювати ними: розмахувати, кидати, постукувати об ліжечко. Усі ці рухи і дії є прогресивними етапами поступового оволодіння властивими людині формами поведінки.

*Прогресивні рухи і дії - рухи і дії, які сприяють розвитку дитини, отриманню нових вражень від навколишнього світу.*

Крім них, за несприятливих умов виховання в дитини можуть виникати і закріплюватися гальмівні рухи, які не лише не сприяють подальшому розвитку, а стимулюють його гальмування: ссання пальців, розглядання піднесеної до обличчя руки, розкачування навколiнки.

*Гальмівні рухи і дії - рухи і дії, які стримують розвиток, відсторонюють дитину від навколишнього світу.*

Прогресивні рухи і дії сприяють отриманню нових вражень, ознайомленню з предметами та їх властивостями, гальмівні - відгороджують дитину від навколишнього світу. Наприклад, ссання пальців викликає гальмування всіх інших реакцій: дитина стає нерухливою, ні на що не дивиться, ні до чого не прислухається. Відучити її від цього буває надто важко.

У віці 7-ми-10-ти місяців дитина не тільки оволодіває достатньо тонкою моторикою, а й набуває здатності самостійно рухатися у просторі. Її дії мають уже маніпуляційний характер. Вона здійснює руками різноманітні координовані рухи з предметами (обмацує, обертає, перекладає, кидає тощо).

Високого рівня розвитку досягає зорово-моторна координація (здійснення координованих рухів під контролем зору): дитина може відкривати і закривати кришку коробки, вкладати кульку в порожній кубик, діставати один цікавий предмет за допомогою іншого. Вона здатна, притримуючись за опору, самостійно ставати на ноги і навіть ходити. У просторі більшість дітей рухається навколiшки, виявляючи при цьому високу дослідницьку активність - за допомогою рухів і рота обстежують кожен предмет, що трапляється на шляху. Їхні ігри з предметами мають маніпуляційний характер: перекладання з руки в руку, кидання, стукання тощо.

Після 10-ти місяців ігри з предметами набувають диференційованого, функціонального характеру: ляльку заколисують, гребінцем розчісуються, машину возять.

*Функціональний характер дій - відтворення у структурі дій функціональних властивостей предмета, а також рухів і дій, пов'язаних з його використанням.*

Завдяки цьому багато дій дитини після 10-ти місяців стають осмисленими.

Отже, досліджуючи навколишній простір з допомогою можливостей рухової системи, дитина, здійснюючи прогресивні рухи і дії, - розвивається, за переважання у неї гальмівних рухів і дій - стримує свій розвиток.

#### *Оволодіння повзанням та іншими рухами у немовлячому віці*

Прогресивні види рухів і дій успішно формуються тільки на постійній увазі до дитини з боку дорослих. Вони мають важливе значення для психічного розвитку, є показниками рівня розвитку, якого досягла дитина. Особливо можливу роль відіграє оволодіння активним пересуванням у просторі (повзанням, ходьбою), хапанням предметів і маніпулюванням ними.

Першим видом самостійного переміщення дитини є повзання. У більшості дітей воно виникає наприкінці першого - на початку другого півріччя життя, коли новонароджені намагаються дістати привабливий для них предмет. Дитина тягнеться до предмета то однією, то іншою рукою і, намагаючись його захопити, трішки просувається вперед. Ці рухи поступово закріплюються, перетворюючись у спосіб пересування.

Повзати діти починають по-різному. Ті, що до 7-го місяця навчилися ставати навколінки, відразу повзуть, спираючись на долоні і коліна. Інші повзають на животі, а до високого повзання переходять пізніше. Поступово всі діти добре засвоюють цей рух і користуються ним часто: підповзають до іграшок і предметів, які їх цікавлять і які можна використати як опору для того, щоб встати, повзають і заради задоволення.

Дитина, яка своєчасно почала повзати, легко і швидко навчиться сидати, лягати, вставати, стояти і знову опускатися, притримуючись руками за опору. Починаючи з 9-го місяця, опора потрібна їй усе менше. Усі рухи вона засвоює, самостійно граючись за створених для цього умов. Граючись іграшками, спостерігаючи за іншими, дитина напівприсідає, спираючись то на одну, то на другу руку, опускається і знову сідає, завдяки чому засвоює ці рухи. Спочатку вона сидить зовсім недовго, проте з часом сидіння триває довше. До 7-8-ми місяців дитина, яка раніше навчилася повзати, сідає самостійно.

У 8-9 місяців малюк засвоює і деякі інші рухи: стає на коліна, сидить (недовго) навпочіпки, притримуючись руками. Нові пози, рухи приносять йому задоволення, він радіє, голосно сміється. Однак не потрібно садити дитину раніше, ніж вона навчиться повзати. Хоча 6-місячна дитина сама хапається за пальці і, спираючись на опору, встає, задоволено присідає. Сидіти вона повинна тільки тоді, коли і сідає, і встає самостійно. Цим малюк оволодіває на 8-му місяці життя.

Багато дітей починає стояти без опори тоді, коли потрібно щось зробити з іграшкою двома руками. Спочатку це вдається їм лише на нетривалий час, але задоволення вони отримують велике, тому знову вдаються до цього, поступово звикаючи стояти без опори довго.

Вставати й опускатися малюку найважче самостійно. Це вміння формується у нього до року. Та іноді дитина, яка не вміє ще міцно стояти, намагається піднятися на ноги без опори: спочатку встає навколінки, потім повільно випрямляється, стоїть мить, швидко втрачає рівновагу і, похитнувшись, опускається на підлогу. Декілька разів поспіль вона може підніматися, опускатися і знову вставати.

Після того, як дитина навчиться вставати на ноги, вона починає переступати вздовж билець ліжечка і швидко досягає необхідної вправності. Тому з 9-ти місяців її можна вправляти в умінні ходити, підтримуючи за обидві руки.

У 9-10 місяців дитина швидко ходить уздовж нерухомих предметів, тримаючись за них руками. Незабаром вона зможе це робити і вздовж гладенької стіни, злегка спираючись на неї долонями, потім почне переходити від одного предмета до іншого, роблячи самостійно один-два кроки.

Оволодіння повзанням та іншими рухами у немовлячому віці - наступний важливий етап у психічному розвитку дитини.

#### *Розвиток у малюка хапання і маніпулювання*



На 3-му місяці життя немовля, хаотично водячи рукою по ковдрі, раптом хапає її край, випадково торкнувшись іграшки, стискає її пальцями. У цей час дитина починає ніби обмацувати однією рукою іншу.

3-4-місячний малюк може довго зосереджено гратися іграшками, які висять над її грудьми: вона то наштотується на них руками і стежить, як вони погойдуються, то хапає і деякий час утримує їх. Намагається втримати викладений у руку предмет. Незабаром починає і сам тягнутої до іграшки, яка висить. У 4,5-5 місяців діти вільно дістають, хапають і утримують іграшку, в 6 - можуть дістати її однією рукою. На 5-му і 6-му місяці вони вчаться точно спрямовувати руку до іграшки, діставати і брати предмет, лежачи на боці чи на животі. До півроку вже вміти, брати в кожную руку по іграшці й утримувати їх. Вони розмахують іграшкою, перекладають її з руки в руку, розглядають, беруть у рот, постукують нею. Упустивши іграшку, намагаються її знайти: рухають рукою з боку на бік, шукають поглядом. Діставши іграшку, малюк продовжує нею гратися. Якщо не вдається взяти її, виявляє незадоволення і заспокоюється, лише тримаючи іграшку в руках. Дитина, в якій відібрали іграшку, може розплакатися, не заспокоюючись до тих пір, поки її не повернуть.

Відтоді, як дитина навчиться брати іграшки і гратися ними (4-5 місяців), у неї виникає нова потреба - дістати і взяти іграшку, яка приваблює її увагу. Якщо не вдається відразу цього зробити (іграшка далеко або вислизає з рук), вона проявляє більшу наполегливість, застосовуючи всі дії, якими володіє, часто винаходячи нові.

Для виконання цих рухів потрібно, щоб малюк умів схоплювати предмети. Адже він не міг би почати самостійно присідати, вставати на ноги, хапати і ходити, тримаючись за опору, якби не вмів братися руками за бильця.

Руки піврічного малюка ще далекі від досконалості. Рука, яку він протягує до предмета, рухається не по прямій лінії, а петлеподібно, дугою, відхиляючись від потрібного напрямку. Всі предмети він намагається хапати однаково - притискаючи пальцями до долоні.

У другій половині 1-го року життя відбувається подальше вдосконалення хапання: уточнюється рух руки до предмета і розвивається протиставлення великого пальця всім іншим, дитина починає утримувати предмети пальцями. Послідовне наближення руки до предмета виробляється приблизно до 8-ми місяців, але позбавленим відхилень воно стає тільки наприкінці року. Хапання й утримування предмета пальцями формується на 7-8-му місяці і продовжує вдосконалюватися до кінця року. Розміщення пальців на предметі все більше залежить від предмета: м'яч вона бере розчепіреними пальцями; шнурок - кінчиками великого, вказівного і середнього пальців; при утримуванні кубика пальці розміщуються на його гранях.

Як тільки дитина набуває вміння утримувати в ручці предмет, вона починає ним маніпулювати. Перші маніпуляції дуже прості: малюк хапає предмет і, потримавши деякий час, випускає, потім знову хапає. Зауваживши два предмети, він може схопити один із них, потім випустити і схопити другий. Маючи предмет у руці, підносить його до очей, роздивляється, бере в рот, розмахує ним. Перші маніпуляції спрямовані на предмет, який приваблює дитину. З часом маніпуляції з предметом ускладнюються. Навіть найпростіші дії (розмахування, штовхання, стискання предмета) зумовлюють певний результат -- переміщення у просторі, звучання іграшки тощо. Дитина починає помічати цей результат і активно його відтворювати. До кінця першого - початку другого півріччя в її маніпуляціях з'являється стійка спрямованість на результат, на зміни, що виникають під час виконання дій з предметом.

Невдовзі малюк починає діяти одночасно з двома предметами, наприклад, постукувати одним брязкальцем об інше. Спрямованість на результат при цьому стає очевидною: дитина наполегливо намагається наблизити предмети, покласти або нанизати їх. Результатом цих дій стає потрапляння предмета на певне місце, розміщення двох предметів у певному положенні. Отримавши його, дитина повторює дію.

До кінця першого року життя у маніпуляціях дитини з предметами з'являється нова важлива особливість. За зовнішніми ознаками дії зазвичай залишаються такими, як і раніше (вкладання, нанизування, відкривання тощо), але їх виконання стає точнішим. Якщо раніше дитина виконувала дію так, як це показав їй дорослий, то тепер вона намагається повторити самостійно її на всіх предметах. Ці дії змінюються залежно від особливостей предметів.

На цьому етапі розвитку діти починають помічати прямі і непрямі результати своїх дій: потягнувши за мотузочку, можна наблизити до себе прив'язаний до неї предмет; натиснувши на кнопку - увімкнути або вимкнути світло; знявши трубку телефона - почути гудок. Багато малюків вправно керують пультом телевізора. Усі ці дії приносять їм велике задоволення, тому вони намагаються багаторазово відтворювати їх.

Розвиток маніпулювання полягає у переході від спрямованості на предмет до спрямованості на результат дії, в ускладненні досягнутих результатів. Спершу воно полягає в переміщеннях або змінах, які зумовлюють прояви прихованої властивості (наприклад, звучання) одного предмета, потім - у наданні певного взаємного положення двом предметам, а далі - в отриманні знайомих змін на нових предметах або змін, побічно пов'язаних з дією. З допомогою дорослого можливості дії немовляти суттєво розширюються: дорослий може показати різноманітні властивості предмета і нові способи дії з ним (м'ячик можна котити, кільця пірамідки нанизувати на стержень, дзигу крутити пі ін.). Оволодіваючи цими діями, малюк переходить до спеціальних дій з предметами, які він засвоює до кінця 1-го року життя. Поява специфічних дій свідчить про початок нової, предметної діяльності дитини, характерної для наступного періоду.

#### **Мовленнєвий розвиток немовляти**

Перший рік життя є довербальним періодом розвитку, коли створюються важливі передумови засвоєння мовлення, які визначають подальший мовний розвиток дитини.

Потреба дитини у спілкуванні з дорослими в цей період за своїм змістом є прагнення до доброзичливої уваги, обміну позитивними емоціями, на основі якого формується мотивація визнання і позитивної оцінки. У цей період відбувається інтенсивний розвиток інтонацій і з'являються так звані псевдослова. Перші інтонації є спробами звернути на себе увагу дорослого.

#### *Довербальний етап розвитку мовлення*

На основі потреби у спілкуванні дитина починає наслідувати звуки людського мовлення, затихає, прислухається, коли дорослий з нею розмовляє. Підготовка до появи мовлення відбувається на основі розвитку розуміння мовлення дорослих (розвиток пасивного мовлення), а також розвитку передмовних вокалізацій дитини, які передують активному мовленню. Розвиток розуміння мовлення пов'язаний з розвитком мовного слуху, мовних вокалізацій з відпрацюванням мовних артикуляцій. Пасивне мовлення засвоюється дитиною швидше, ніж активне. Дитина народжується з готовим мовним апаратом. Уміння його використовувати пов'язане з набуттям відповідних навичок, ознайомленням із словесними формами, накопиченням змісту для мовлення, встановленням соціальних зв'язків. Розвиток мовлення дитини пов'язаний з виникненням і посиленням потреби у спілкуванні з дорослим.

Немовля ще не розуміє значення того, що йому говорять. У першій половині 1-го року життя воно особливо реагує на ритмічно-мелодійні звуки голосу людини, у другому - зі всіх голосових впливів дорослого виокремлює звуки мовлення. Особливо чутливе до інтонації, з якою до нього звертається дорослий, до міміки, якою супроводжуються висловлювання. Чітка вимова слів, які виражають похвалу, викликає в нього позитивні емоції, а слова, сказані з нахмуреним обличчям, - негативні.

Реагувати на слова дорослих дитина починає дуже рано: вже на 3-му тижні вона зосереджується на голосі; на 2-му місяці - перестає кричати, якщо з ним розмовляють, зосереджується на обличчі дорослого. У другій половині 1-го року життя встановлює зв'язок між словом і предметом або дією.

Спочатку діти краще розуміють не слова, а жести дорослого. У 5-6 місяців немовля підповзає до дорослого, коли він його кличе жестом. На словесний виклик малюк наближається до дорослого тільки після 11,5 місяців.

З часом реакції дитини на мовлення дорослого ускладнюються. У 7-8 місяців малюк повертається до предмета у відповідь на запитання дорослого «Де?». Однак зв'язок між словом і предметом у цьому віці дуже нестійкий: якщо предмет змінює своє місцезнаходження, немовля його не впізнає. У 9 місяців дитина уже знаходить декілька знайомих предметів незалежно від їх місцезнаходження. 7-8-місячний малюк виконує вивчені рухи, коли їх називає дорослий («Встань», «Сядь», «До побачення»); 9-10-місячний - розуміє елементарні доручення («Дай мені ложку»), 10-11-місячний - за вказівкою вибирає предмети. До кінця 1-го року життя у нього виникає зв'язок між назвою і самим предметом. Проявляється він у пошуку і знаходженні цього предмета. Це є основними ознаками початкової форми розуміння мовлення. Розуміння зв'язку між предметом і його назвою - найважливіше досягнення у розвитку мовлення немовляти. Пізніше на цій основі виникатимуть уявлення.

На 1-му році життя у дитини формуються передумови слухання: вона зосереджується не лише на мові дорослого, яка увиразнюється діями або мімікою, а й на звучанні невеликих пісень, віршів.

#### *Розвиток мовлення у немовлячому віці*

Розвиток передумов для засвоєння активного мовлення також залежить від спілкування з дорослим. На 3-му місяці життя малюк реагує на «розмову» дорослого сміхом і звуками; у 2-4-місячному віці - видає характерні приголосні звуки («к-к», «х-х»); приблизно у 4 місяці агукання змінюється гулінням; на 4-му - перегукується з дорослим на відстані, вимовляючи звуки і після припинення спілкування. Важливим набуттям є вимовляння звуків під гоп тролем слуху, перетворення вимови на самостійну діяльність. На 5-6-му місяці дитина вимовляє звуки і здійснює різноманітні рухи, щоб привернути увагу дорослого, донести до нього свої бажання. Її звуки чітко адресовані дорослому, засвідчують ініціативне спілкування, яке виокремлюється із загального складу виразних рухів. Дитини вимовляє звуки під час самостійної діяльності, а також побачивши дорослого.

З другої половини 1-го року життя дитина виявляє елементи мовного спілкування. Після 6 місяців у її мовленні уявляється лепет: тривалий час вона вимовляє різноманітні склади, намагається наслідувати ті, які чує від дорослих. Своїм лепетом малюк виявляє готовність до спілкування, завдяки йому навчається вимовляти і розрізняти нові мовні звуки. Вимова їх приємна для дитини, тому лепет триває іноді під час усього періоду неспання. Для розпитку мовлення немовляти лепет має важливе значення, оскільки завдяки йому поступово вдосконалюється використання губ, язика і дихання. З такою підготовкою дитини зможе засвоїти звуки будь-якої мови. За допомогою лепету малюк виявляє свої вимоги (наприклад, вимовляє «да-да-да», тягнеться до пляшечки з водичкою).

Із 7-8-ми місяців у дитини значно збільшується кількість слів, які вона пов'язує зі своїми діями або враженнями.

Однак перші самостійно вимовлені слова дитина сприймає досить своєрідно, для неї вони ще не є справжньою мовою, хоч вимовляються під час дій та емоційних для неї ситуацій. Початки дитячого мовлення проявляються у жестах, які супроводжуються певними звуками.

Із 8-ми-9-ти місяців починається активний період розвитку мовлення. У цей час дитина робить постійні спроби наслідувати звуки, які вимовляє дорослий. Однак це стосується лише тих слів, які викликають у малюка певну реакцію, тобто набули для нього певного смислу. Наслідування є своєрідною формою спілкування і механізмом розвитку мовлення. Дитина звертає увагу на артикуляцію дорослого, повторює за ним нові звуки і слова.

До кінця 1-го року життя у своєму активному мовленні дитина має від чотирьох до двадцяти слів, які позначають назви осіб і предметів. Їх значення дуже нестійке, однак використання відбувається в осмислених ситуаціях. Дитина позначає цими словами не лише сам предмет, а й ситуацію, в яку вона включена, виявляє своє ставлення до нього, вказує на дію, яка з ним виконується. Малюк легко переносить назву з одного предмета на інший, подібний за певною несуттєвою ознакою. Найголовніше його досягнення полягає у набутті слів предметної спрямованості, що створює основу для засвоєння дитиною їх значень. Значно багатший пасивний словник дитини, який охоплює назви більшості іграшок, посуду, одягу; накази («Дай!», «Закрий!», «Неможна!», «Іди сюди!», «На!», «Знайди!»); слова, які класифікують людей («мама», «тато», «баба», «діти», «тьотя», «дядя»).

Виникнення перших осмислених слів і розуміння мовлення на основі мовних засобів, пов'язаних з певними фонемами рідної мови, свідчать про перехід розвитку мовлення в нову (фонемну) стадію, початок засвоєння звукової сторони мови. Раніше (на дофонемній стадії) розуміння дитиною мовлення дорослого ґрунтувалося на сприйманні не фонематичного складу, а загальної ритмічно-мелодійної структури слова, фрази. Слово сприймалось нею як єдиний нерозчленований комплекс.

Із початком розуміння мовлення дорослого і з використанням перших слів дитина сама звертається до дорослого, вимагаючи від нього спілкування, називання все нових предметів. Завдяки цьому до кінця немовлячого періоду засвоєння мовлення набуває активного характеру, стає одним із важливих засобів розширення можливостей спілкування дитини з дорослим.

#### **Когнітивний розвиток дитини першого року життя**

У немовлячому віці формуються основи орієнтування у навколишньому світі за допомогою пізнавальних психічних процесів, пов'язаних із сприйняттям і переробкою інформації. Це такі психічні процеси, як відчуття, сприймання, мислення, мовлення, увага, пам'ять. Саме завдяки їм дитина отримує інформацію про себе і навколишній світ. Ці психічні процеси тісно взаємопов'язані, однак мають і суттєві відмінності. Їх називають *когнітивними процесами* - сукупністю процесів, що забезпечують перетворення сенсорної інформації від моменту потрапляння і пі мулу на рецепторні поверхні до отримання відповіді у вигляді знання.

#### *Особливості уваги*

Елементарним проявом уваги у немовлячому віці є реакція зосередженості, коли малюк ніби встановлює свій аналізатор, щоб краще сприйняти сигнал.

*Увага - спрямованість і зосередженість психічної діяльності на певних об'єктах.*

На 3-4-му тижні життя спостерігається зорове зосередження на обличчі дорослого і слухове - під час розмови з малюком. Дитина не розуміє, що їй говорять, але прислухається, в результаті чого створюються передумови для переходу до активного неспання. Наприкінці 1-го місяця життя вона зосереджується на нових достатньо сильних подразниках, наприклад, затримує погляд на незвичному предметі.

Найзначущішим подразником для немовляти є дорослий. 2-3-місячна дитина зосереджується на обличчі матері, потім на предметах, включених у контекст спілкування з нею, що є найближчим для дитини протягом усього немовлячого віку.

У 5-7 місяців немовля може достатньо довго розглядати будь-який предмет, обмацувати його, брати в рот. Особливий інтерес викликають нові яскраві і блискучі предмети, що свідчить про нормальний розвиток мимовільної уваги. Подальший розвиток уваги пов'язаний із засвоєнням хапання, яке дає змогу утримувати предмети і маніпулювати ними. Після 6-ти місяців рефлекс «що таке?» перетворюється на рефлекс «що з цим можна робити?», дитина фіксує не лише предмет, а і його ознаки, дії з ним. Це стимулює орієнтувально-дослідницьку діяльність, зосередження на пізнаванні навколишнього світу. Наприкінці року маніпулювання з предметами зумовлює розподіл

уваги (дитина діє одночасно з двома предметами), переключення (малюк складає кульки в коробочку, переміщуючи фокус уваги з однієї кульки на іншу).

Виникнення властивостей уваги сприяє зародженню складніших форм поведінки і діяльності.

#### *Розвиток відчуттів і сприймань немовляти*

У немовлячому віці інтенсивно розвиваються відчуття, формуються сприймання, уявлення про предмети навколишньої дійсності, розширюється і диференціюється ставлення до них. Відчуття починають розвиватися відразу після народження дитини. Суть їх полягає у відображенні психікою дитини окремих властивостей предметів, таких як тепло і холод, твердість і м'якість, колір тощо.

Відчуття - відображення властивостей предметів і явищ об'єктивного світу під час їх безпосереднього впливу на органи чуття.

Головною відмінністю сприймання від відчуття є те, що у процесі сприйняття у дитини формується цілісне уявлення про предмет, а не лише про його окремі властивості.

Сприймання - цілісне відображення предметів, ситуацій, явищ об'єктивного світу у процесі їх безпосереднього впливу на органи чуття.

До початку немовлячого віку удосконалюється робота зорового і слухового апаратів, оскільки виникає зорове і слухове зосередження. Зазвичай цей процес закінчується на 3-4-му місяці життя. Дитина вільно стежить за предметами, які рухаються в будь-якому напрямку з різною швидкістю і на будь-якій відстані. Вона може зосереджуватись на предметі протягом необмеженого часу (до 25 хв. і довше). У цей період виникають ініціативні рухи очей - переведення погляду з одного предмета на інший без жодної зовнішньої причини. Слухове зосередження також стає тривалим. Його зумовлюють будь-які неголосні звуки, які приваблюють немовля. Зір і слух об'єднуються: дитина повертає голову туди, звідки чути звук, шукає очима його джерело. Уже на 3-4-му місяці деякі діти починають реагувати на спів і музику усмішкою, загальним пожвавленням.

Про розвиток мовного слуху свідчить реагування малюка на інтонацію мовлення. Відчувається це на 2-му місяці життя, коли дитина заспокоюється, почувши ласкавий голос матері.

Дещо пізніше дитина починає сприймати ритміку мовлення і загальний звуковий малюнок слів. Розрізнення звуків мовлення настає наприкінці першого року життя. Відтоді починається розвиток власне мовного слуху. Спочатку виникає здатність розрізняти голосні, потім - приголосні звуки.

Дитина не тільки бачить і чує, вона прагне зорових і слухових вражень, отримує від них задоволення. Її погляд привертають блискучі, яскраві, рухомі, предмети; слух - туки музики, людського мовлення. Усе це помітно під час простого спостереження, однак воно не дає підстав для висновків, що саме бачить дитина, як переживає отримані враження. Це можна з'ясувати експериментально. 3-місячні діти добре розрізняють кольори, форми об'ємних і плоских геометричних фігур. Кольори привертають їхню увагу по-різному: як правило, перевага надається яскравим і світлим кольорам. На основі розрізнення кольорів уявляється інтерес до різноманітних яскравих предметів.

У другій половині 1-го року життя дитина починає активно розглядати, обстежувати предмети, маніпулювати ними (малюк стукає, розмахує, перекладає, кидає та ін.), під час розглядання і маніпулювання з предметами виникають зорово-рухові координації. Спершу малюк орієнтується у навколишньому світі за допомогою зовнішніх орієнтувальних дій. Коли він хоче взяти якийсь предмет, рука рухається до нього, визначаючи віддаль практично і вносячи корективи по мірі руху. Око, спостерігаючи за рухом руки, «вчиться» оцінювати відстань. У процесі хапання і маніпулювання дитина пізнає різноманітні властивості предметів: форму, величину, вагу, температуру, міцність та ін.

Діти цього віку дуже чутливі до новизни: якщо поряд з предметами, на які вони часто дивляться, розмістити новий, відмінний від них за кольором або формою, малюк, помітивши цей предмет, цілком переключиться на нього, надовго зосереджуючи погляд. Малюк переставляє предмет в нові положення доти, поки він не вичерпає своєї новизни, що знизить орієнтувальну реакцію на цей предмет. Таке обстеження об'єктів свідчить про зародження інтересу до їх властивостей. Предмети постійно нагадують дитині про своє існування в навколишньому світі, відкривають їй і свої властивості. Пошук 9-10-місячними дітьми предметів, які зникли, засвідчує розуміння ними того, що предмет не перестав існувати, а знаходиться в іншому місці. Вони починають впізнавати предмети незалежно від їх положення у просторі (перевернуті, показані у незвичному місці), правильно визначати їх величину, якою б не була відстань до них.

У цьому процесі враження перетворюються на образи сприймання, що відображають стійкі властивості предметів, з якими дитина ознайомлюється у своїх діях. Це створює основу для використання властивостей предметів під час виконання нових завдань, що виникають перед дитиною, тобто для елементарних форм мислення.

Орієнтування немовляти у навколишньому світі за допомогою зовнішніх рухів і дій виникає раніше, ніж орієнтування на основі психічних процесів (сприймання, мислення) і слугує для них основою.

#### *Розвиток пам'яті*

Первинним проявом пам'яті можна вважати умовні рефлекси, помітні вже у перші місяці життя дитини (припинення плачу, коли в кімнату заходить мама). На 3-4-му місяцях життя починає формуватися образ предмета. Таким чином створюється основа образної пам'яті.

*Пам'ять - запам'ятовування, збереження і наступне відтворення людиною свого досвіду.*

Поступово збільшується коло об'єктів, які впізнає дитина. Першими вона впізнає обличчя і голос матері. Це важливе новоутворення свідчить про вибіркове сприйняття подразників.

У 3-4 місяці дитина впізнає предмети, пов'язані з годуванням, у 5 - відрізняє людей за голосом, 6 - виокремлює улюблену іграшку. На 7-8-му місяці впізнавання предмета опосередковується словом (малюк знаходить річ у відповідь на запитання дорослого: «Де...?»). У 8-9 місяців дитина упізнає знайому людину після двох-трьох тижнів розлуки. До 12 місяців розрізняє мелодію, яка раніше викликала у неї позитивні емоції, виконує на вимогу дорослого нескладні рухи (робить «лади-ладусі», ляскає ручкою).

Впізнавання предметів у немовлячому віці відбувається за однією, часто несуттєвою ознакою. Малюка ще дезорієнтують навіть незначні зміни зовнішнього вигляду об'єкта (не впізнає маму у новому платті). Однак ознака, що зазнала у досвіді малюка найбільшого підкріплення, може виявитися достатньою для впізнавання. Наприклад, 7-місячний хлопчик не міг впізнати няні після її тривалої відсутності, навіть коли вона заговорила, однак легко це зробив після того, як вона заспівала.

Поступово період між запам'ятовуванням і впізнаванням подовжується, але залишається невеликим. У вільних спогадах образна пам'ять втілюється лише на початку другого року життя дитини.

Про появу рухової пам'яті свідчить умовний рефлекс на звичні для малюка положення при годуванні: біля груди матері дитина починає робити ссальні рухи. Розвиток рухової пам'яті активізується у другому півріччі життя малюка, коли він починає захоплюватися маніпулювати предметами (засвоєння хапання), рухатися, вчиться повзати і ходити.

Пам'ять у немовлячому віці не є самостійним процесом, вона включена у сприймання і відчуття, тому матеріал запам'ятовується ніби мимовільно (сам собою). Якщо малюка в один час годують, купують, у нього виробляється рефлекс на ту годину, він починає «готуватися» до відповідного режимного процесу, наприклад прокидатися до

годування. Побачивши незвичну іграшку, яка викликає радість, вимагатиме її, маніпулюватиме нею. Емоційна пам'ять усе яскравіше виявляється у другій половині I року життя, коли дитина переживає емоції від певних об'єктів або ситуацій (наприклад, починає плакати, побачивши предмети для купання, якщо ця процедура в минулому була пов'язана з негативними переживаннями).

Інтерес до мовлення в малюка виникає рано, оскільки воно є характерною ознакою людини, слово дорослого «керує» його поведінкою, дорослий називає предмети, їх ознаки, дії, властивості. Унаслідок цього дитина починає пов'язувати предмет зі словом, запам'ятовує його назву.

Психологічні особливості дітей немовлячого і раннього піку наведені у табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Психологічні особливості дітей немовлячого і раннього віку

Показники	Вік дітей		
	Період новонародженості	Немовлячий вік	Ранній вік
<b>1</b> Соціальна ситуація розвитку Провідна діяльність Форма спілкування	<b>2</b> Центром розвитку дитини є дорослий  - Безпосередньо-емоційне	<b>3</b> Дорослий - дитина  Емоційне спілкування Ситуативно-особистісне (до 5-6 міс.). Ситуативно-ділове (з 6 міс. до 1 р.)	<b>4</b> Дитина - предмет - дорослий  Предметна діяльність Ситуативно-ділове
Мовлення	Орієнтувальний рефлекс на голос людини	Гуління, лепет, розуміння слів, перші слова	Сензитивний період розвитку мовлення. Удосконалення розуміння мовлення. Формування активного мовлення. 1,5 р. - засвоює від 30 до 40 слів, 2 р. - 200 слів, 3р. - 1500 слів. Мовлення ситуативне
Увага	Слухове зосередження (2-3 тижні). Зорове зосередження (3-4 тижні)	Мимовільна. Зосередженість слабка	Мимовільна. Вузкий обсяг. Найбільш стійка в активній діяльності
Відчуття сприймання  Мислення	Недостатньо розвинений аналізаторський апарат	Бурхливий розвиток орієнтувально-дослідницької діяльності. Активне розглядання предметів  Перші елементи мислення	Домінуючі у розвитку психічних процесів. Перехід від зовнішнього орієнтування до зорового сприймання  Наочно-дійове формування узагальнень. Засвоєння знакової

			функції свідомості. Зародження наочно-образного мислення
Пам'ять	Утворення умовних рефлексів	Включена у відчуття і сприймання. Мимовільна. Розпізнавання об'єктів	Мимовільна. Перші прояви уяви. Велика пластичність (швидкість і легкість запам'ятовування)
Емоції і почуття	Перші емоції - негативні. Перша соціальна емоція - усмішка. Комплекс пожвавлення	Комплекс пожвавлення. Емоційна безпосередність. Різні переходи	Багатство різноманітність почуттів. Різні переходи

Отже, спочатку в малюка розвивається рухова, емоційна й образна пам'ять, а до кінця року створюються передумови для розвитку словесної пам'яті.

### **Передумови формування особистості дитини**

У немовлячому віці закладаються передумови розвитку особистості. Дуже різноманітним є психічне життя немовляти. Під впливом дорослих у дитини формується Я концепція. Спочатку вона не відокремлює себе від зовнішнього світу, лише на 3-8-й місяць усвідомлює власне тіло. Приблизно у 6 місяців починається становлення поведінки шляхом наслідування дорослих, яке у 2 роки перетворюється на орієнтування на соціальні норми. Упродовж 1-го року життя психічне життя накопичує досвід взаємодії з навколишнім світом, під час якої виробляється ставлення до себе, інших людей і предметів.

#### *Розвиток самосвідомості у немовлячому віці*

У немовляти зароджуються і поступово формуються перші елементарні уявлення про себе, з'являється самосвідомість.

*Самосвідомість - відносно стійка, більші або менші усвідомлена система уявлень про себе.*

Основною умовою розвитку особистості дитини є її спілкування. Тільки в цій сфері немовля може виявити себе як людина, висловити своє ставлення до іншої людини. Навіть предмети викликають інтерес малюка, якщо вони включені в контекст спілкування з дорослим. Дитину приваблює насамперед те, чим захоплено діє дорослий.

Вона ще не розуміє звернених до неї слів, змісту оцінки, яку дає дорослий, але чутлива до його ставлення. Ця чутливість яскраво виражена вже на 3-му місяці життя. Отже, дорослий виокремлює малюка з навколишнього світу, як щось особливо цінне, важливе, значуще для себе. Підтримуючи ініціативу дитини, дозволяє їй впливати на себе, авансом наділяє її особистісною своєрідністю, неповторністю та унікальністю. Таке ставлення до дитини формує у неї позитивне ставлення до людей і позитивне самопочуття, переживання своєї значущості для близьких. Це переживання створює основу для активного прояву дитиною себе.

Інтерес до дорослого і відповідна реакція на його ініціативні дії виникає у немовляти наприкінці 1-го місяця життя, а на 2-му - інтерес до людей і предметів. У 8 місяців у дитини формується активність - передособистісне утворення - частково вроджена якість, яка розвивається зазвичай під впливом соціальних умов життя, спілкування з дорослими. Свідченням цього є ініціативність, урізноманітнення її поведінки. У 4-5 місяців дитина проявляє себе як довірлива, життєрадісна, допитлива і вимоглива істота.

Позитивне самопочуття, яке виникає у першому півріччі життя під впливом доброзичливої уваги дорослого, після 6-ти місяців багато в чому залежить від успішності маніпуляцій малюка з предметами. Він уже чітко сприймає результати своїх дій,



намагається з допомогою дорослого отримати об'єкт, доторкнутися до нього, обстежити його. Невдача породжує в ньому невпевненість, а успіх спонукає знову і знову виконувати дію.

Свої перші захоплення немовля виражає позитивними емоціями, особливо коли виникає взаємообмін переживаннями з дорослим. Дитина, яка переживає справжню емоційну ідентифікацію з дорослим, насамперед з мамою, у майбутньому по-справжньому пізнає всі відтінки людських почуттів до людей, своїх батьків і дітей, виростає людиною з повноцінною емоційною сферою.

З віком підвищується і вибірковість ставлення до дорослого. Якщо 3-місячний малюк приблизно однаково (усміхаючись і радіючи) реагує на кожного дорослого, то в другій половині першого року життя він чітко розрізняє рідних, знайомих і зовсім чужих людей. Після трьох місяців малюк починає виокремлювати другу близьку людину - тата. До 4-ох - 5-ти місяців звертає на нього особливу увагу, адже тато зовсім інакше спілкується, ніж мама, по-іншому пахне, що в немовлячому віці має особливе значення (запах дає дитині додаткові сигнали).

Малюки, особливо після 8-ми місяців, починають боятися незнайомих. Часто за відсутності близького дорослого вони плачуть, відвертаються, відповзають від чужого дорослого, проявляють сором'язливість і невпевненість. У присутності рідних діти прагнуть привернути до себе увагу чужих людей. Сидячи на руках у мами, дивляться на незнайомця, намагаються піймати його погляд, видають звуки, здійснюють інші ініціативні дії.

У спілкуванні з близькими дитина активна, ініціативна, її переживання не лише позитивні, а й негативні, дуже яскраві. Вона виражає радість, задоволення, розчарування, образу, ніби намагається поділитися своїм емоційним станом, шукає підтримки у дорослих. Виявляє також інтерес і до знайомих людей, однак стриманіше виражає емоції. Дитина найбільше любить маму, якщо, звичайно, мама її любить. Хочє відчувати маму і тата фізично: сидіти на колінах, смикати, ляскати, тягнути. Її особливо цікавить обличчя дорослого, яке вона вивчає, з яким грає. Дитина щаслива, коли її пригортають, цілують, пестять. Чим більше вона відчуває любов, тим швидше навчиться любити, тим щедрішою на любов і відкритішою для любові стане потім, тим легше у неї формуватиметься почуття довіри до людей, тим щиріше співпереживатиме іншим.

До 12-ти місяців дитина пов'язує знайомого дорослого з певними діями, очікуючи їх від нього. Наприклад, заглядає в сумку бабусі, якщо вона традиційно приносить у ній подарунки; проситься на руки до тата, якщо він постійно грається з нею. Неоднакове ставлення до різних осіб свідчить, що до кінця 1-го року життя в дитини формуються стійкі образи дорослих. Водночас у малюка частіше проявляються впертість, негативне ставлення до зауважень дорослого, наполегливість у досягненні своїх бажань і вимог. Раніше його було значно легше відвернути від привабливого, але забороненого предмета, тепер він може протистояти дорослому. Це, а також радість від успіхів, переживання невдач є природними ознаками особистості, що формується.

У 2-3 місяці немовля зосереджено розглядає своє відображення у дзеркалі - так відбувається становлення свого образу. Позитивне переживання себе виражається в радісному ставленні до свого відображення. До 6-ти місяців у дитини виникає дослідницька поведінка: малюк обстежує своє відображення руками, обводить контур обличчя, доторкається до відображення руки. Після 6-ти місяців вона співвідносить свої реальні дії з діями, які відображаються у дзеркалі: ворушить пальчиками, розмахує руками, простежуючи поглядом відображення цих дій. У 11 -12 місяців малята довго грають зі своїм відображенням. У них формується більш або менш усвідомлене уявлення про себе.

### **Криза першого року життя**

Будь-яка криза в дитячому розвитку зумовлена суперечністю між новоутвореннями, які виробляються до кінця певного вікового періоду і певною

соціальною ситуацією розвитку. На 1-му році життя виникають суперечності між прагненням дитини до самостійності і її залежністю від дорослого (практичної допомоги, оцінки).

*Криза першого року життя - криза, спричинена руйнуванням необхідності емоційної взаємодії дитини з дорослим, яка проявляється у плаксивості, похмурості, інколи у порушенні сну.*

Наприклад, для дитини, яка вже опанувала ходьбу, вимовила перше слово, попередні рамки єдності з матір'ю стають надто вузькими. Отже, становлення ходьби є першим моментом у змісті цієї кризи. Наступний її момент стосується мовлення. У цей період дитина ще не є повноцінним мовцем, становлення її мовлення, як правило, відбувається латентно, триваючи так приблизно три місяці.

Кризу 1-го року життя характеризують особливості прояву афектів і волі. У зв'язку з нею в дитини виникають перші акти протесту, опозиції, протиставлення себе іншим. За неправильного виховання такі реакції можуть проявлятися особливо інтенсивно. У дитини, якій у чомусь відмовлено або яку не зрозуміли, різко проявляється афект (вона падає на підлогу, б'є ногами об неї, починає кричати, відмовляється ходити). Ця реакція спрямована проти заборон, відмов, вдаючись до неї, дитина ніби повертається до більш раннього періоду життя, але використовує це інакше.

Криза 1-го року не характеризується гостротою. Встановлення нових стосунків з дитиною, надання їй певної самостійності, терпіння і витримка дорослих пом'якшують її перебіг.

Найважливішим набутком 1-го року життя є здатність діяти не лише під впливом безпосередньо сприйнятих об'єктів, а й афективно заряджених образів і уявлень, що виникають у пам'яті, тобто «мотивуючих уявлень» (С. Божович), які є центральними новоутвореннями цього періоду життя. На цій основі виникають власні, незалежні від дорослого, бажання дитини. Якщо раніше все, що потрібно було малюку, виходило від дорослого і визначалось ним, то з цього часу він може хотіти те, що зовсім не пов'язане з дорослим. Якщо раніше навколишні предмети ставали значущими і привабливими переважно в руках дорослого, то тепер вони приваблюють малюка незалежно від нього. Виникнення цього новоутворення зумовлене новими можливостями дитини (свободою пересування) і першими заборонами дорослого.

У цей період розривається первинний зв'язок з дорослим виникає автономність дитини від дорослого, яка різко підвищує її власну активність. Однак ця автономність досить відносна. Малюк ще нічого не вмє робити сам, постійно потребує допомоги і підтримки дорослого, навіть ходити самому йому ще важко. Дорослий ще потрібний йому, але уже по-іншому. Малюк потребує не лише хорошого ставлення до себе взагалі, а й до його дій і їх реалізації. Без оцінки і підтримки дорослого він не може відчувати своєї самостійності й активності. Цим зумовлена підвищена чутливість немовлят до похвали і ганьби, їх образливість, вимагання уваги до своїх дій. Орієнтація на оцінку дорослого є важливим якісним перетворенням, яке відбувається в період кризи першого року життя.

Основними новоутвореннями цього періоду розвитку є формування мовної структури (наприкінці 1-го року дитина вимовляє перші слова) і предметних дій (дитина освоює довільні дії з предметами навколишнього світу).

#### **Лекція 4. Психологія підлітка.**

Підлітковий вік є першим перехідним періодом від дитинства до зрілості. Якісні зміни, що відбуваються в інтелектуальній та емоційній сферах особистості підлітка (інтенсивний, нерівномірний розвиток і ріст організму, особистісні новоутворення та ін.), породжують новий рівень його самосвідомості, потреби у самоствердженні, рівноправному і довірливому спілкуванні з ровесниками і дорослими. Інтенсивний

статевий розвиток зумовлює виникнення статевого потягу і пов'язані з ним переживання й інтереси.

Усе це є підставою для виокремлення підлітків в особливу соціально-психологічну, демографічну групу з характерними для неї настановами, цінностями, нормами і манерами поведінки, які утворюють специфічну субкультуру.

Загальна характеристика психічного і особистісного розвитку підлітка

Підлітковий вік охоплює період від 11—12 до 14—15 років, що відповідає середньому шкільному вікові, тобто 5—9 класам сучасної школи. У цей період в особистості дитини відбуваються складні і суперечливі зміни, на підставі чого його ще називають важким, критичним, перехідним. Така оцінка зумовлена багатьма якісними змінами, які нерідко пов'язані з докорінним ламанням попередніх позицій, особливостей активності, інтересів і стосунків дитини. Відбуваються вони за порівняно короткий час, здебільшого бувають несподіваними і надають процесові розвитку стрибкоподібного, бурхливого характеру. Майже завжди ці зміни супроводжуються появою у підлітка суб'єктивних труднощів. Ускладнюється і його виховання, оскільки підліток не підкоряється ефективним щодо молодшого школяра впливам дорослих, у різних формах проявляє непослух, опір і протест (упертість, грубість, негативізм, замкненість).

Підлітковий вік називають перехідним і тому, що у цей період відбувається перехід від дитинства до юності, від незрілості до зрілості. Ця особливість проявляється в фізичному, розумовому, моральному, соціальному та духовному розвитку особистості.

Вже більше століття ведеться дискусія про те, якими факторами зумовлений психічний та особистісний розвиток підлітка: біологічними чи соціальними. Проблема біологічного чинника пов'язана з тим, що саме на цей вік припадають кардинальні зміни в організмі дитини, розгортається процес статевого дозрівання.

Підлітковий вік характеризується швидким, нерівномірним ростом і розвитком організму. Відбувається ствердіння скелета, вдосконалюється м'язова система. Однак нерівномірність розвитку серця і кровоносних судин, а також посилена діяльність залоз внутрішньої секреції часто спричиняють тимчасові розлади кровообігу, підвищення тиску, напруження серцевої діяльності, посилення збудливості дітей, що виражається у нервозності, швидкій втомі, запамороченнях і підвищеному серцебитті. Нервова система підлітка ще не зовсім готова витримати сильні, тривалі подразники, часто перебуває під їх впливом у стані загальмованості або сильного збудження.

У намаганнях пояснити суттєві анатомо-фізіологічні зміни в організмі підлітка сформувався різноманітні теорії про біологічну зумовленість його особливостей. Автор першої фундаментальної праці про підлітковий період, американський психолог Гренвіл-Стенлі Холл (1844—1924), осмислюючи багатий і різноманітний матеріал спостережень, висунув теорію рекапітуляції, згідно з якою розвиток індивіда схематично відтворює та повторює історію людського роду, виявляючись у генетично запрограмованій *послідовній* зміні спадково зумовлених форм поведінки, почуттів і соціальних інстинктів. Особливості підліткового віку С. Холл асоціював із бурхливою *перехідною епохою*, “коли наші пращури вели кочове життя, білися, полювали, доглядали вогнище, блукали на волі, шукали пригод”.

Психологічні особливості підлітків науковці пояснювали фактом статевого дозрівання, яке є домінантою розвитку в цьому віці, вважаючи кризи неминучими, біогенетично зумовленими. За таких умов найраціональнішими, за переконаннями С. Холла, є методи пасивної педагогіки, оскільки втручання в розвиток підлітка для того, щоб змінити, виправити його, є недоцільними і шкідливими, бо не можна змінити природу.

Згідно з психоаналітичною теорією З. Фрейда неминучість у підлітковому періоді внутрішніх і зовнішніх конфліктів є нормою, а випадки безконфліктного розвитку свідчать про різноманітні варіанти патологічного розвитку.

У 20—30-ті роки ХХ ст. психологічна наука зосереджувалася на пізнанні залежності

деяких особливостей особистості підлітка від його соціального оточення. З цією метою було досліджено життя і психічні особливості підлітків в умовах примітивної цивілізації острова Самоа задля встановлення, що в розвитку людини залежить від природи, а що від культури (конкретних суспільно-історичних умов). Результати досліджень описані у працях американського етнографа Маргарет Мід (1901 —1978). Оскільки в розвитку підлітків острова Самоа симптомів кризи не виявлено, це переконливо доводить необґрунтованість тверджень про біологічне походження підліткової кризи. Вона пов'язана не із дозріванням організму, а з особливостями соціалізації. Однак індивідуальні варіанти її перебігу певною мірою залежать від вроджених особливостей нервової системи.

На основі етнографічних досліджень американський психолог Рут Бенедикт (1887—1948) зробила висновок, що перехід від дитинства до дорослості різний у різних суспільствах і його не можна вважати природно зумовленим. Вона довела, що конкретні соціальні обставини життя дитини зумовлюють тривалість підліткового віку, наявність чи відсутність кризи, конфліктів, труднощів, особливості переходу від дитинства до дорослості. Згідно з цими дослідженнями у людині природне не може бути протиставлене соціальному, оскільки природне в ній теж є соціальним.

У дослідженні підліткового віку важливо, на думку Л. Виготського, виокремити основне новоутворення у психіці підлітка, з'ясувати соціальну ситуацію його розвитку, яка у кожному віці передбачає неповторну систему стосунків дитини і середовища. А суть кризи перехідного віку полягає у перебудові цієї системи. Психологічний зміст підліткової кризи пов'язаний з виникненням почуття дорослості, розвитком самосвідомості, ставлення до себе як до дорослої особистості, до своїх нових можливостей і здібностей. Підліткам властиві прагнення до ідеалів, максималізм, значні фізіологічні зміни.

*Отже, враховуючи різні теорії, можна стверджувати, що особливості проявів і перебігу підліткового періоду залежать від конкретних соціальних обставин життя і розвитку підлітка, його соціальної позиції у світі дорослих. Вирішальна роль у його психічному розвитку належить передусім системі соціальних відносин (відносин із навколишнім світом). Біологічний чинник впливає на підлітка опосередковано — через соціальні стосунки з оточенням.*

Соціальна ситуація розвитку підлітка

У підлітковому, як і в молодшому шкільному віці, основним соціальним середовищем дитини залишається школа. Зовнішні умови розвитку тісно пов'язані із внутрішніми. На основі вищого, ніж у молодших школярів, рівня психічного та особистісного розвитку відбуваються докорінні зміни у змісті і співвідношенні основних мотиваційних тенденцій особистості підлітка. На цьому етапі у дитини виникає специфічний комплекс потреб, що виражається в прагненні знайти своє місце у групі ровесників, вийти за межі школи та приєднатися до життя і діяльності дорослих.

Своєрідність соціальної ситуації розвитку підлітка полягає у включенні його в нову систему стосунків, спілкування з дорослими та ровесниками, в опануванні нових соціальних функцій. У школі це виявляється передусім у необхідності налагодження у зв'язку з предметним навчанням стосунків не з одним, а з багатьма вчителями, врахування особистісних якостей кожного з них і їх нерідко суперечливих вимог. Усе це, як зазначала Л. Божович, зумовлює нову позицію учнів щодо вчителів, своєрідно емансипує їх від безпосереднього впливу дорослих, робить їх самостійнішими. Найголовніша зміна в соціальній ситуації розвитку підлітка, на її думку, породжена роллю в його житті групи ровесників. Тому в навчально-виховній роботі з підлітками необхідно враховувати важливість для їх поведінки і діяльності думки однолітків.

Соціальна ситуація розвитку підлітка особливо залежить від сім'ї, стосунків з батьками. Якщо ці стосунки враховують його потреби і можливості, вибудовуються на засадах взаємоповаги та довіри, підліток легко долає труднощі у навчанні і спілкуванні, активно

набуває соціальний досвід, утверджується в таких елементах соціуму, як шкільний клас, група ровесників та ін.

Основним чинником розвитку підлітка є його власна соціальна активність, спрямована на засвоєння важливих для нього зразків поведінки і цінностей, на побудову стосунків з дорослими, ровесниками. Підлітки включаються у різні види суспільно корисної діяльності, що розширює сферу їхнього спілкування, можливості засвоєння соціальних цінностей, сприяє формуванню моральних якостей особистості.

*Отже, для соціальної ситуації розвитку підлітка характерні перехід до середньої школи, зміна стосунків з учителями, однолітками, батьками, розширення сфери соціальної активності.*

Провідна діяльність підлітка

У підлітковому віці провідними видами діяльності є міжособистісне спілкування з дорослими і ровесниками, суспільно корисна праця і навчання, що позитивно позначається на розвитку психіки та особистості загалом.

Міжособистісне спілкування підлітка. Реалізується воно у спілкуванні з дорослими та спілкуванні з ровесниками, їх роль у формуванні особистості неоднакова. Якщо у спілкуванні з дорослими підліток засвоює суспільно значущі критерії оцінок, цілі та мотиви поведінки, способи аналізу навколишньої дійсності і способи дій, то спілкування з ровесниками є своєрідним випробуванням себе у сфері особистісної, зокрема специфічної моральної, проблематики. У спілкуванні з дорослими підліток завжди перебуває в позиції молодшого, певною мірою підкореного, а за таких умов не всі морально-етичні норми можуть бути ним засвоєні та апробовані. І лише в стосунках з ровесниками він рівноправний, виконуючи ролі організатора та виконавця, приятеля і суперника, друга, що зберігає чинсь тасмницю і довіряє свою іншим.

**Спілкування підлітка з дорослими.** Підліток прагне діяти та виглядати як дорослий, мати його права і можливості. Тому його розвиток супроводжується постійним рівнянням на дорослого. Це може виявлятися у наслідуванні дещо старших чи однолітків, які в чомусь виявилися вправнішими. Однак вплив ровесників не може применшити значення безпосередніх контактів з дорослими, спільних дій з ними. Саме в спільній діяльності дорослий має реальні можливості впливати на становлення особистості підлітка, його дорослішання. Тому для нього надзвичайно важливо зайняти правильну позицію в стосунках з дитиною.

Для підлітка характерна зміна ставлення до дорослих. Він починає критичніше оцінювати їх слова і вчинки, аналізувати поведінку, стосунки, соціальну позицію. Однак вимоги підлітка до дорослого є дещо суперечливими. Він прагне самостійності, протестує проти опіки, контролю, недовіри, відчуваючи водночас тривогу і ляк за необхідності долати проблеми, сподівається на допомогу і підтримку дорослого, але не завжди відверто зізнається в цьому.

Український педагог Василь Сухомлинський (1918— 1970) вдало відобразив через монолог підлітка основні суперечності його стосунків з дорослими:

*“Не опікуйте мене, не ходіть за мною, не зважуйте кожен мій крок, не повивайте мене пеленками нагляду і недовіри, не нагадуйте їй словом про мою коліску. Я самостійна людина. Я не хочу, щоб мене вели за руку. Переді мною висока гора, це мета мого життя. Я бачу її, думаю про неї, хочу досягти її, але зійти на цю вершину хочу самостійно. Я вже піднімаюсь, роблю перші кроки, і чим вище ступає моя нога, тим ширший горизонт відкривається мені, тим більше я бачу людей, тим більше пізнаю їх, тим більше людей бачать мене. Від величі до безмежності того, що мені відкривається, робиться страшно. Мені необхідна підтримка старшого друга. Я досягну своєї вершини, якщо буду спиратись на плече сильного і мудрого друга. Та мені соромно і боязко сказати про це. Я хочу, щоб всі вважали, наче я самостійно, своїми силами доберуся до вершини”.*

Дорослий повинен бути другом підлітка, але особливим, — другом-приятелем, другом-наставником. Його завдання — допомогти дитині пізнати себе, оцінити свої здібності і

можливості, знайти своє місце в світі дорослих. Підлітки багато чого довіряють дорослим, якщо відчують прихильність з їхнього боку, байдужість дорослих вони сприймають боляче. Відсутність взаємної довіри не лише ображає, а й завдає значної шкоди їх морально-духовному розвитку. Наявність дорослого друга є найважливішою умовою нормального розвитку, гармонійного становлення особистості.

Важливе значення для підлітка має спільна діяльність із дорослими, організована на основі єдності інтересів, захоплень. Зміст такої співпраці може бути різним. Підліток може допомагати батькам по господарству, навіть радити їм у певних справах, а дорослі мають дослухатися до його думки. Старший може залучити його до справ, якими він зайнятий. Така спільна діяльність породжує спільність переживань, почуттів, настроїв, намірів, полегшує контакт із підлітком, зумовлює емоційну та духовну близькість. У ній дитина пізнає складний внутрішній світ дорослих, глибину думок і переживань, вчиться турботливому ставленню до людей.

У підлітковому віці дитина прагне зрозуміти, що означає бути дорослим, проводить паралелі між вчинками дорослих і своїми. Підліток зауважує їхні прорахунки та помилки, нестерпно ставиться до спроб принизити його. Та якщо дорослі визнають свої помилки, діти щиро їм вибачають. Часто предметом критики (заслуженої і незаслуженої) стає вчитель, якого інколи учні звинувачують в несправедливості. *Батькам не слід захочувати необ'єктивне ставлення підлітка до педагога, доцільніше спонукати його замислитися над своєю поведінкою і зробити високоморальні, адекватні ситуації висновки.*

У зв'язку з появою в дітей підліткового віку нових психологічних особливостей інколи їхні стосунки з дорослими супроводжуються конфліктами, негативними формами поведінки, зокрема проявами грубості, впертості. Це пов'язане, як правило, з прагненням до самостійності, яке дорослі не сприймають і не підтримують. Підлітки хочуть, щоб з їхніми думками, бажаннями та настроями рахувалися, не терплять недовіри, байдужості, насмішок, нотацій, особливо в присутності друзів. Однак прояви негативних форм поведінки і конфліктність підлітків не є неминучими.

*Компетентні, досвідчені батьки і вчителі знають, що передбачити та попередити конфлікт легше, ніж подолати його наслідки, і відповідно вибудовують свою взаємодію з підлітками. Як правило, вони дбайливо і з розумінням ставляться до внутрішнього світу, переживань, захоплень дитини, труднощів і особистісних проблем, поєднують високий рівень вимог з високою повагою до її особистості. Це робить дорослих значущими і потрібними підлітку. А бути значущим і потрібним — означає розділити його тривоги і сумніви, стати другом, у якого можна шукати підтримки, відповіді на свої запитання, що можливо лише за взаємної відвертості і довіри, розуміння і співчуття.*

Дорослий, який за будь-яких обставин готовий бути поряд із підлітком, сприйняти його таким, яким він є, вчасно приходити йому на допомогу, турбуватися про гармонійний розвиток його особистості, виховання моральних якостей, спільно з ним аналізувати вчинки і стосунки людей, критично ставитися до себе і своїх дій, виконує неоціненну роль у процесі адаптації підлітка до нової соціальної ролі, в його самопізнанні і пізнанні світу, в соціальному й особистісному самоутвердженні та самовираженні.

**Спілкування підлітка з ровесниками.** Характерною особливістю підлітка є посилене прагнення до спілкування з ровесниками, передусім з однокласниками, і трохи старшими за себе, стосунки з якими відіграють важливу роль у його житті. Він прагне заслужити повагу і визнання ровесників, мати в них авторитет. Для цього йому потрібно відповідати очікуванням однолітків, що *не завжди є високоморальними.* У товаристві ровесників починає вироблятися нова система критеріїв оцінювання поведінки та особистості людини, відбувається переоцінка цінностей, формуються нові морально-етичні вимоги. В результаті його самосвідомість набуває нового рівня розвитку. Під час аналізу поведінки та особистісних якостей друзів у підлітка складається система вимог не лише до них, а й

до себе. У своїх товаришах він цінує принциповість, сумлінне ставлення до справи, громадську активність, щирість, чесність, доброту, силу, а часом і браваду. Значущими є також якості, що безпосередньо стосуються його взаємодії з однолітками. Підлітки не терплять зазнайства, хвальковитості, зверхності.

Дорослий не повинен старатися замінити підліткові друзів-ровесників, побоюючись їхнього негативного впливу. Щоб певною мірою коригувати стосунки з однолітками, він мусить знати коло спілкування підлітка, його специфіку.

У підлітковому віці дитина більше часу проводить з друзями, наслідує їх. Дружба підлітків ґрунтується на спільних інтересах та вподобаннях. Вони однаково проводять час, читають однакові книги, слухають однакову музику, надають перевагу подібному одягу та манері поведінки. Своїх друзів підлітки вважають найрозумнішими, найвеселішими, найкращими, а наслідуючи їх, творять себе, виховують у собі потрібні якості.

Важливе значення для підлітка має оцінка друзями його особистісних якостей, знань і вмінь, здібностей і можливостей. У товаришів він знаходить співчуття, адекватне сприйняття своїх радощів і негараздів, які дорослим часто здаються незначущими.

Групі підлітків-ровесників характерні непостійність, змінюваність стосунків та інтересів. Зміна симпатій, авторитетів, посилення і послаблення впливу однолітків у групі є свідченням постійного внутрішнього осмислення і переосмислення, переживання, приміряння вчинків і стосунків друзів до вимог моралі.

Отже, спілкування у підлітковому віці є провідною діяльністю, без нього неможливий нормальний розвиток. Тільки в контакті з дорослими, однолітками підліток бачить себе збоку, порівнює свої можливості, випробовує різні соціальні ролі, формує та удосконалює себе.

Суспільно корисна діяльність підлітка. У суспільно корисній діяльності відбувається не тільки опанування знань, розвиток умінь і навичок, а й соціалізація підлітка як особистості. Найбільше задовольняє його домінуючі потреби групова суспільно корисна діяльність. Йдеться про спілкування з однолітками, самоствердження серед ровесників, старших школярів і дорослих. Завдяки цій діяльності він засвоює правила поведінки, суспільну мораль, у нього формуються погляди, переконання, принципи, ідеали, життєві цілі. З нею пов'язані резерви виховання підлітка як громадянина.

В організації суспільно корисної діяльності дуже важливо, щоб підлітки не обмежувалися цілями та інтересами своєї контактної групи, оскільки таке обмеження породжує груповий егоїзм, а завдання виховання полягає у формуванні просоціальної, гуманістичної спрямованості особистості. Це можливо, якщо підлітки керуються мотивами відповідальності за загальну справу, досягнення суспільно значущих цілей.

Як правило, учні середніх класів охоче беруться за будь-яку суспільно корисну справу. Їх приваблює зміст і форма позакласної чи позашкільної діяльності, захоплює героїка, романтика, їм подобаються походи, подорожі, дослідження. Для дітей важливо бачити сенс того, чим вони займаються, перспективу успіху. У процесі суспільно корисної діяльності у підлітків виникають внутрішні суперечності, які вони не завжди можуть розв'язати самостійно. Інколи діти виявляють пристрасний порив на початку і байдужіють у процесі роботи. Нерідко це спричинює незацікавленість інших (ровесників, дорослих) їхньою діяльністю або неволодіння способами діяльності.

Суспільно корисна діяльність забезпечує умови для самовираження підлітка в суспільно значущих справах, для розвитку його самодіяльності, відповідає прагненню зайняти вагоміше становище в системі суспільних відносин. Основне її значення полягає в тому, що вона дає змогу учневі змодельовати реальну практику суспільних відносин, відповідає його потреба ввійти в активне життя суспільства.

Навчання підлітка. Поряд із суспільно корисною діяльністю, спілкуванням основним видом діяльності підлітка залишається навчання. Він віддає перевагу тим видам навчальної діяльності, які, за його переконанням, роблять його дорослим у власних очах та в очах значущих інших. Найчастіше його приваблюють самостійна робота на уроці,

складний навчальний матеріал, можливість самостійно організувати свою пізнавальну діяльність за межами школи. Але дуже часто підліткові не вдається реалізувати нові форми навчальної діяльності, оскільки він ще не володіє способами їх виконання. Саме в цьому йому має допомогти педагог, підтримуючи і стимулюючи його пізнавальні інтереси, заохочуючи його подальші зусилля, вселяючи йому віру в себе.

У більшості підлітків, як правило, знижується інтерес до навчання, а школа перестає бути для них центром особистісного (морального, духовного) життя. Здебільшого це спричинено несформованістю навчальної діяльності умолодшому шкільному віці (5-6 клас), що не дає змоги задовольнити найактуальнішу потребу підлітка — потребу в самостверженні. Дбаючи про подолання цієї проблеми, дорослі, передусім учителі, повинні допомогти йому надолужити втрачене у формуванні навчальної діяльності, самостійно визначати навчальні завдання, обирати раціональні прийоми і способи їх розв'язання, контролювати та оцінювати свою роботу.

*У підлітковому віці розширюється зміст навчання, оскільки набуття знань нерідко виходить за межі школи, навчальних програм і здійснюється самостійно й цілеспрямовано. З часом ця тенденція посилюється. У багатьох учнів з'являється стійке прагнення до розумової роботи, оволодіння новими знаннями та вміннями, усвідомлений інтерес до певних навчальних предметів і відповідних галузей науки, техніки, мистецтва, спорту. У деяких підлітків обсяг знань з однієї чи кількох галузей може набагато перевищувати вікову норму.*

Оптимальні умови для розвитку особистості складаються тоді, коли набуття знань стає для підлітка суб'єктивно необхідним і важливим. Саме в цьому віці з'являються нові мотиви навчання, пов'язані з формуванням ідеалу, життєвої перспективи, професійних намірів і самосвідомості. Далекі і близькі цілі організують і скеровують самостійну діяльність дитини. Завдяки виконанню пізнавальних і продуктивно-творчих завдань навчання набуває особистісного сенсу, перетворюється на самоосвіту, стимулює самовдосконалення підлітка. Незадоволення собою і прагнення реалізувати задумане живлять його пізнавальну активність.

Навчання у школі може стати для підлітка формальною діяльністю, нецікавою, рутинною працею. Якщо в системі його особистісних цінностей набуття знань не є суттєвим, він вчитиметься лише заради оцінки. Крім усвідомлення необхідності навчання в школі, підліток мусить мати сформовані соціальні, позиційні мотиви, наприклад прагнення бути кращим учнем класу, вирізнитися з-поміж інших школярів.

#### Психологічні новоутворення підліткового віку

Підлітковий вік характеризується такими специфічними новоутвореннями, як почуття дорослості, потреба у самостверженні.

Почуття дорослості у підлітковому віці. Розвиток дорослості є процесом становлення готовності дитини до життя в суспільстві. Він передбачає засвоєння суспільних вимог до особистості, діяльності, стосунків і поведінки дорослих.

З прагненням підлітка швидше стати дорослим пов'язана провідна для нього потреба в самостійності і незалежності. Його здатності самостійно регулювати свою поведінку сприяє досягнутий рівень психічного та особистісного розвитку. Підліток краще, ніж молодший школяр, розуміє себе, може аналізувати свої вчинки, хоч йому ще важко передбачати їх наслідки. Його поведінка більш осмислена, не така імпульсивна, як молодшого школяра, він краще володіє собою. Підліток ставить перед собою віддаленіші цілі, формує перші життєві плани (вибір професії), ідеали, прагне бути на когось схожим, набутти певні риси характеру, моральні переконання. Потреба в самостійності реалізується у намаганні діяти без сторонньої допомоги й опіки, в здатності приймати рішення і відстоювати власні погляди, в умінні досягати поставленої мети, поводитися під впливом власних спонукань.

Водночас у підлітків посилюється негативізм щодо будь-яких вимог дорослих, яскраво



виявляються ознаки емансипації, намагання будь-що демонструвати свою незалежність. Вони прагнуть вільно обирати способи виконання своїх обов'язків і одночасно бояться проявити слабкість, уникають діяльності, яка може спричинити чиїсь насмішки або відчуття невпевненості у своїх силах. Тому інколи за відсутності вільного вибору підлітки швидше поводитимуться зухвало, ніж дозволять змусити себе до активності.

Потреба підлітка у самоствердженні. Постійна взаємодія підлітка з однолітками породжує у нього прагнення зайняти належне місце серед них, що є одним із домінуючих мотивів поведінки та діяльності.

Його потреба в самоствердженні настільки сильна, що задля визнання ровесниками підліток готовий поступитися своїми поглядами та переконаннями, здійснювати вчинки всупереч своїм моральним настановам. Вона спонукає так званих важких підлітків до порушень норм і правил поведінки. Втратити авторитет в очах друзів, відчуття посягання на свою честь і гідність є найбільшою трагедією для підлітка, що може призвести аж до суїциду (самогубства). Тому він бурхливо реагує на нетактовні зауваження учителя у присутності друзів, вважаючи це приниженням своєї особистості. На цій основі нерідко виникають конфлікти між учнями і вчителем. Тільки тактовне ставлення до підлітка, підтримка його в очах ровесників створюють психологічно сприятливий ґрунт для ефективного впливу на нього виховних засобів педагога. Суттєву критику дорослого підліток адекватно може сприйняти наодинці.

Форми самоствердження підлітка можуть бути різноманітними. Найпростіша з них полягає у зовнішньому наслідуванні дорослих, їхніх шкідливих звичок, особливостей поведінки (куріння, вживання алкоголю, наркотиків, надмірне і без смаку використання косметики, носіння своєрідного одягу, послуговування нецензурною лексикою). Батьки та вчителі повинні активно боротися з цим, звертаючи увагу підлітків на позитивні зразки для наслідування (літературні герої, історичні діячі, відомі особистості). Найважливіше, щоб і вони були для підлітків достойними зразками.

*Позитивними формами самоствердження підлітків є заняття спортом, праця в сім'ї, школі, на виробництві, виконання суспільно корисних справ. Інтелектуальне самоствердження учнів відбувається в їхній навчальній і позанавчальній пізнавальній діяльності, реалізації пізнавальних потреб та інтересів. Підлітки із захопленням займаються дослідницькою діяльністю в навчально-наукових гуртках, їх приваблює участь у відкриттях.*

Самоствердження молодших і старших підлітків має різну спрямованість. Для молодших провідною є потреба в гідному становищі у групі. Так, реакція п'ятикласника на певний вплив учителя залежить не стільки від міри його вини чи характеру впливу, скільки від шкоди, яка може бути завдана цим впливом його становищу в класі. При цьому впертість, свавілля тощо мають на меті завоювати і зміцнити становище дитини в групі, колективі однолітків.

*Старший підліток, як і молодший, потребує товариства ровесників, але його самоствердження виявляється у прагненні утвердитись у власних очах, а не в очах оточуючих.*

У роботі з підлітками дорослі повинні зважати на основні новоутворення, оскільки вони тісно пов'язані із суперечностями цього віку, розв'язання яких є поступом у розвитку особистості.

Розвиток самосвідомості у підлітковому віці

Підлітковий вік є сенситивним для розвитку самосвідомості особистості. У підлітків виникає інтерес до себе, якостей своєї особистості, потреба оцінити, порівняти себе з іншими, розібратися у своїх почуттях і переживаннях. На основі розвитку самосвідомості, зростання вимог до себе, нового становища серед ровесників і старших у них з'являється прагнення до самовиховання. Вони намагаються розвинути в собі позитивні якості, подолати негативні риси. Але порівняно невеликий життєвий досвід і ще не сформований життєвий світогляд нерідко породжують суперечності між потребою у

самовихованні і невмінням реалізувати її.

Самопізнання підлітка. Формування ставлення підлітка до себе як особистості долає у два етапи, які відповідають молодшому і старшому періодам підліткового віку. На першому етапі відбувається усвідомлення своєї відмінності від ровесників, утвердження своєї належності до світу дорослих. Йому властиві некритичне наслідування зовнішніх манер дорослих, відчутна залежність від групи ровесників. На другому етапі підліток уже не сумнівається, що він не дитина, починає усвідомлювати своєрідність своєї особистості. Знижується його залежність від групи однолітків. Якщо вони змушують підлітка чинити всупереч його уявленням про себе, він може не погодитися з ними, відстояти свою думку. Старшого підлітка характеризують підвищена увага до внутрішнього світу інших людей, до самоаналізу, поява здатності до самовиховання.

*Індивідуальний підхід у вихованні підлітків повинен ґрунтуватися на врахуванні потреби ставлення до дитини як до особистості, відмінностей у статі, темпераменті, інтелекті, здібностях і характері. Педагог покликаний допомагати підліткам у виборі індивідуальних (соціально прийнятних) шляхів самовираження, засобів самоствердження.*

Особливе значення у розвитку самосвідомості підлітка має формування власного образу фізичного Я — уявлення про свій тілесний образ, порівняння та оцінювання себе з точки зору еталона “мужності” або “жіночості”. Цей образ є основою різноманітних захоплень дітей. Хлопці, наприклад, починають займатися спортом, особливо силовими його видами, що забезпечують зміцнення фізичної сили. Дівчата захоплюються ритмічною гімнастикою, щоб бути стрункими, привабливими, розкутими.

*Останнім часом у деяких дівчат-підлітків спостерігається нервова анорексія (грец. an (позначає заперечення) і orexis — апетит) — прагнення виглядати худими, страх перед розтовстінням. Попри те що їх вага і так менша норми, вони починають обмежувати себе в їжі, перевантажують себе фізичними вправами, іноді вживають проносні засоби. Прагнення відповідати ідеалові стрункої жінки перетворюється на хворобливу манію, може спричинити цілковите фізичне виснаження, навіть загрозувати життю. В окремих дівчаток-підлітків, як і в дорослих жінок, спостерігається нервова булімія (грец. bus — бик і limis — голод) — втрата контролю за своїм харчуванням, аж до приступів ненажерливості. Після таких приступів дівчата переживають почуття огиди до себе, докори сумління, депресію.*

Уявлення про свою зовнішність не випадково є чи не найважливішим у самосвідомості підлітка. Воно пов'язане з тим, що ознаки дорослості найяскравіше виявляються у зміні його тіла. Саме зовнішні ознаки дорослості визначають його статус у товаристві ровесників.

Надмірна увага до образу фізичного Я у самосвідомості підлітка є тимчасовим, однак природним, нормальним, суб'єктивно значущим явищем. Знаючи це, дорослі повинні уникати нетактовних, іронічних оцінок його зовнішності. Адже будь-яка негативна публічна характеристика його дорослим може спричинити важкі психічні травми, наслідки яких нерідко проявляються через багато років.

Намагаючись допомогти підліткові пережити цей важкий для нього етап зрілості, передусім слід встановити з ним щирі, довірливі стосунки, допомогти усвідомити, що його розуміють, поділяють його переживання, цінують і поважають його таким, яким він є. Прихильність дорослих знімає напругу в міжособистісних стосунках, допомагає підліткові подолати замкнутість у власному внутрішньому світі, підтримує його позитивне ставлення до власного Я, висвітлює часто йому невідомі, але схвалювані іншими якості його особистості.

У мотиваційній сфері і поведінці підлітка загалом простежуються два протилежні прагнення — до індивідуалізації, емансипації у всіх сферах життя (особливо у стосунках з батьками) і до підпорядкування інтересам групи ровесників (іноді різновіковій групі хуліганів), наслідування (зовнішнього вигляду, інтересів тощо), спільного підкорення моді. Йдеться про прагнення виокремитися, страх знівелювати себе, своє Я, свою

індивідуальність, які тільки-но починають проявлятися, і не менш сильне бажання знайти свою референтну групу й стати “одним із”, злитися з нею, суспільством, світом, відчути себе їх частиною.

За твердженням сучасного російського психолога Ігоря Кона, стратегія виховання підлітка зведена до формули: “людина розкривається в колективі”. Але гіпертрофована потреба у згрупуванні, яка з певного моменту починає сприйматися як взаємний нагляд, звужує природний для людини страх самотності до страху залишитися наодинці з собою. Водночас, як зазначає російський психолог Георгій Асмолов (нар. 1944), властиве підлітковому віку переживання самотності, неприлученості до інших людей є нагодою задуматися, подивитися на себе збоку.

Характерною особливістю самосвідомості підлітка є вищий, ніж у молодшого школяра, рівень активності у самопізнанні. До підліткового віку розвиток самосвідомості здійснювався стихійно, переважно без цілеспрямованого включення особистості в цей процес. У підлітковому віці самосвідомість усе більше починає зумовлювати процес керування дитиною своєю поведінкою.

Усвідомлення себе, становлення Я-образу підлітка пов'язані з формуванням образу Іншого. Найчастіше таким значущим іншим є ровесник, спілкування з яким особливо важливе. Однак ця особливість має специфічні прояви: когнітивно прості підлітки (дуже схематично, поверхово аналізують внутрішній світ людини) ідентифікують себе з широким колом однолітків, акцентуючи подібності між собою і всіма ними; когнітивно складні (в аналізі внутрішнього світу людини прагнуть проникати в суть найрізноманітніших аспектів людської особистості) — уподібнюють себе лише деяким ровесникам, підкреслюючи одночасно власну відмінність від них. Загалом, ідентифікацію себе з однолітками переживають усі підлітки, вона є етапом формування їхнього Я-образу.

У підлітковому віці, а саме в переломний його момент (13—14 років), Я-образ стає дуже нестійким, втрачає свою цілісність. Підліток особливо гостро відчуває суперечність, невпорядкованість свого Я, що зумовлене невизначеністю рівня домагань, труднощами переорієнтації з оцінювання інших на самооцінювання. Відхід від прямого копіювання зразків поведінки інших людей вимагає розвитку способів самопізнання та самоаналізу, які у підлітків ще недостатньо сформовані. Це породжує суперечність між гострою потребою підлітків у самопізнанні і нездатністю адекватно реалізувати її, наслідком чого є зниження рівня адекватності, стійкості самооцінки, стабільності розвитку Я-образу.

Попри обмежені можливості підлітків для самопізнання, вони виявляють високу сприйнятливості до корекції негативних прагнень, поведінки та соціально несхвалюваних якостей. Це актуалізує необхідність тактової допомоги їм в оволодінні способами самопізнання, створення умов, які б сприяли об'єктивізації особистісних переживань, у яких вони змогли б подивитися на себе очима інших.

Самооцінка і домагання підлітка. У підлітковому віці самооцінка дітей стосується переважно основних моральних якостей: доброти, честі, справедливості тощо. Учні середніх класів не досить самокритичні, хоч часто вони визнають у собі багато негативних якостей, усвідомлюють потребу позбутися їх, прагнуть до самовиховання. їх самооцінка є нестійкою та не завжди адекватною.

Судження молодших підлітків про себе виражаються також в оцінці їхніх взаємин з іншими людьми. Ці оцінки стосуються уміння дружити, чуйності до людей, своєї поведінки серед інших, поваги до себе, сприймання себе однокласниками, що свідчить про досить високий рівень самосвідомості, збагачення досвіду соціальної поведінки.

Самооцінка старших підлітків є досить різноманітною, різнобічною, узагальненою за змістом. Кількість якостей, які вони усвідомлюють, приблизно удвічі більша, ніж у молодшій підлітковій групі. Старші підлітки оцінюють не тільки окремі риси характеру, а й свою особистість загалом. Вони виявляють певну соціальну зрілість, усвідомлюють себе готовими до життя особистостями. Це виражається в самооцінці якостей, що характеризують їх як діяльних суб'єктів (рішучість, витримка, сміливість, почуття власної

гідності, вміння обстоювати свої інтереси). У процесі самооцінювання підліток виявляє свої можливості для прийняття важливого для нього рішення, бере на себе певні обов'язки. Саме самооцінка є передумовою його свободи вибору.

Далеко не рідкісною є неадекватна самооцінка підлітків, яка проявляється в переоцінці або недооцінці своїх можливостей, що шкодить розвитку відповідальності та інших важливих якостей. Наприклад, завищена самооцінка блокує почуття невдоволеності собою, провини за негідний вчинок, докори сумління за безвідповідальну поведінку. Несамокритичність заважає замислитись над своїми вчинками, самостійно пред'явити собі вимоги і виконати їх. Свідченням заниженої самооцінки є незадоволення собою, нездатність поставити перед собою більш високі вимоги, оскільки бракує впевненості у своїх можливостях. Це гальмує розвиток відповідальності, бо такі діти не виявляють активності, ухиляються від виконання завдань, обов'язків, доручень.

З дорослішанням самооцінка підлітків стає диференційованішою, вона стосується не поведінки загалом, а поведінки в окремих соціальних ситуаціях, окремих вчинків. Це сприяє становленню її об'єктивності. Саме в цей період міра об'єктивності самооцінки зумовлює концентрацію зусиль на формуванні моральних якостей, визначає напрям розвитку особистості.

Суттєво впливають на поведінку підлітка виконання обов'язків і доручень, очікуване ним ставлення до себе. Грунтуючись на самооцінці, очікування опосередковуються емоційно-оцінним ставленням до групових норм, вимог і цінностей. Підліток відчуває підвищену потребу у схваленні і визнанні друзями. Тому він активно шукає таке оточення, в якому відчуває позитивне ставлення до себе, своїх учинків, має змогу переконатися, що він доросла, самостійна людина.

Із самооцінкою тісно пов'язаний рівень домагань, спрямованих на майбутню діяльність підлітків. Австрійський психолог Фрідріх Хоппе (1899—1976) започаткував бачення, згідно з яким рівень домагань зумовлений такими двома протилежними тенденціями:

- 1) підтримання свого Я, своєї самооцінки на максимально високому рівні, прагнення досягти успіху;
- 2) зниження своїх домагань, бажання уникнути невдачі, щоб не зашкодити самооцінці.

Деякі дослідники вважають, що для підліткового віку характерне прагнення різними шляхами реалізувати лише першу тенденцію.

На рівень домагань підлітка впливає визнання його можливостей як значущими іншими, так і собою. Як відомо, в розвитку самосвідомості важливе значення має адекватність рівня домагань можливостям дитини. За результатами експериментальних досліджень, міра адекватності домагань щодо навчального статусу підлітка залежить від його успішності у навчанні. Чим краще він вчиться, тим адекватнішими є його домагання щодо місця в класі за успішністю. Адекватна самооцінка і рівень домагань, що ґрунтуються на ній, дають підліткові змогу ставити перед собою завдання, брати на себе обов'язки, які за складністю відповідають його особистісним можливостям.

Формування адекватної самооцінки і рівня домагань важливе для правильного сприйняття підлітком вимог інших, пробуджує і стимулює його прагнення до самовиховання. Становлення адекватного ставлення до себе відбувається завдяки оцінним судженням значущих інших, з якими спілкується підліток. Дуже великий вплив на нього має педагог. Його об'єктивна, справедлива, вимоглива і разом з тим доброзичлива оцінка сприймається підлітком без внутрішнього спротиву, стимулює його працю над собою. Досягають виховної мети вказівки педагога, які допомагають дітям усвідомити позитивні та негативні аспекти їхньої поведінки, пояснюють наслідки нерозсудливих, неморальних вчинків, передбачають можливість виправити недоліки, досягти успіхів. Якщо підліток не приймає оцінку дорослих, джерелом його самооцінки стають власні, не завжди адекватні і правильні судження.

*Ефективному розвитку в підлітків адекватних оцінних суджень сприяють усвідомлення змісту найзначущіших для людини рис, якостей; засвоєння об'єктивних критеріїв*

оцінювання морально-вольових якостей і навчальної діяльності; переконання у важливості адекватних, стійких оцінних ставлень людини до себе та інших для нормальної взаємодії з ними. Важливими факторами розвитку правильної самооцінки є сприятливе становище серед ровесників, позиція позитивної рівноваги у стосунках, активна участь у громадському житті класу, групи, належна успішність. Особливе значення має самовиховання, тому виховна робота з підлітками повинна бути спрямована на прищеплення їм прагнення до праці над собою, самовдосконалення.

Отже, у підлітковому віці дитина робить значний поступ в усвідомленні своєї особистості. Процес самопізнання є складним і досить суперечливим, самооцінка та рівень домагань — часто неадекватними та нестійкими. У підлітків ще не виникає цілісний Я-образ.

Розвиток спонукальної (мотиваційної) сфери підлітка

Активний психічний розвиток підлітка зумовлює суттєві зміни спонукальної сфери його особистості. Насамперед це помітно у формуванні нової внутрішньої позиції, виникненні особливих потреб, зокрема намагання подолати у своїй самореалізації межі школи та прилучитися до життя і діяльності дорослих. На основі цих потреб підліток починає орієнтуватися на цілі, які він бачить за межами свого сьогодення. Якщо усі переживання, інтереси, прагнення підлітка зосереджені на проблемах тільки шкільного життя, то це свідчить про певне порушення (затримку) розвитку особистості, неготовність до переходу на новий віковий етап.

Нова внутрішня позиція підлітка виявляється й у виникненні потреби відповідати не тільки вимогам тих, хто його оточує (характерна для молодших школярів), а й власним вимогам та самооцінці. Спілкування підлітка з ровесниками, порівняння себе з іншими, інтерес до власної особистості, своїх здібностей, можливостей, їх оцінка зумовлюють значущість потреби знайти і зайняти своє місце у товаристві ровесників, самоствердитись. Щоб задовольнити це прагнення, підлітки стараються потрапити у надзвичайні ситуації, створюють екстремальні умови для самопроявів, часто здійснюючи непродумані вчинки. Безглуздість їх дій нерідко зумовлюється нестійкістю мотивації. Вона є віковою особливістю підлітків, тому в цьому віці такі дії спостерігаються часто.

У старшому підлітковому віці переважаючим особистісним мотивом є прагнення бути не гіршим від інших, не втратити своє Я, що свідчить про наявність у дітей почуття власної гідності.

Для спонукальної сфери підлітків характерний перехід від дотримання зовнішніх вимог щодо моральної поведінки до особистісної активності, яка спирається на власні норми, ідеали, наміри, цілі.

У підлітковому віці основою мотивації стають цінності, однак система ціннісних орієнтацій дитини перебуває ще на стадії формування. Відбувається перегляд сформованих у молодшому шкільному віці уявлень про цінності. Якщо в попередньому періоді великий вплив на виникнення цінностей мало виховання, то в підлітковому віці значущими для дитини стають цінності і погляди, які домінують у групі. У підлітка певною мірою сформована ієрархія життєвих цілей, однак він ще недостатньо володіє засобами їх досягнення, а це уповільнює процес опанування соціально цінної поведінки.

Протягом підліткового віку ціннісні орієнтації дітей ускладнюються, стають більш ліберальними, незалежними, відбувається безумовне схиляння перед визнаними цінностями. Вплив референтної групи не призводить до суттєвої зміни сприйнятих від дорослих ціннісних уявлень, але послаблює зв'язок із батьками. Деякі суспільні цінності, зокрема допомога, самопожертва, у підлітковому віці тимчасово втрачають своє значення, натомість актуальними стають соціальний статус, авторитет, економічна і світоглядна самостійність, зовнішній вигляд.

### **Лекція 5. Загальна характеристика дорослого періоду життя.**

**Рання дорослість є періодом, який настає після юності й характеризується стабільністю у психофізіологічному, психологічному та соціальному аспектах розвитку. На цьому етапі людина активно реалізує свій особистісний потенціал у різних сферах життєдіяльності.**

Соціальна ситуація розвитку полягає в активному залученні в сферу суспільного виробництва, сферу трудової діяльності, а також створенні власної сім'ї і вихованні дітей. Суб'єктивно соціальна ситуація розвитку визначається прагненням до самостійності, незалежності і, головне, відповідальності. Усвідомлення особистої відповідальності за своє життя і життя близьких, готовність прийняти цю відповідальність - ключове переживання соціальної ситуації розвитку ранньої дорослості.

Праця - основний вид провідної діяльності в даний період. При цьому провідною діяльністю стає не просто залучення до виробничого життя суспільства (в широкому сенсі даного поняття), але й максимальна реалізація сутнісних сил людини в процесі такої діяльності. Таким чином, мова йде про прагнення до найвищих досягнень людини в різних сферах - фізичній, моральній, інтелектуальній, професійній.

В ціннісному аспекті дорослість пов'язують з творчістю в системі суспільних діяльностей та екзистенційних цінностей.

Ранній дорослий вік охоплює період від 20 до 40 років, в якому виокремлюються дві фази.

Перша фаза ранньої дорослості

Молодість визначається дослідниками як перша фаза ранньої дорослості, охоплює період життя від юності (20-23 роки) до приблизно 30 років. Верхня межа молодості може суттєво змінюватися, деякі автори продовжують її до 35 років. Молодість - це, перш за

все, час створення сім'ї і влаштування сімейного життя, час опанування вибраної професії, визначення ставлення до суспільного життя і своєї ролі в ньому.

Характерною особливістю молодості є оптимізм. Людина починає реалізацію свого життєвого задуму, її переповнюють сила, енергія та бажання досягти визначеної цілі та ідеалу. В молодості найбільш доступними є найскладніші види професійної діяльності, найбільш повно та інтенсивно розвивається спілкування, найпростіше встановлюються стосунки дружби та кохання. Молодість вважається оптимальним періодом для самореалізації. Труднощі, які виникають, не сприймаються як фатальні, супутні їм сумніви та невпевненість швидко минають, відбувається активний пошук нових можливостей досягнення цілей.

О.В.Толстих відзначає, що в сучасну епоху, коли збільшилась тривалість життя і розширились періоди освіти й професійної підготовки, підвищилось їх значення, "молодість стала найбільш цінним віком, що впливає своїми смаками, цінностями, звичками на смаки, цінності, звички всього суспільства. Звідси природне бажання довше бути в категорії молодих - вступити в цей вік раніше і затриматися щонайдовше... Молодість приховує в собі надзвичайну привабливість. І це не лише привабливість здорового тіла, фізичної краси та свіжості. Це, більше, привабливість тих видів діяльності, які доступні молодості в найбільшій мірі, які складають якщо не її привілей, то, принаймні, невід'ємний атрибут". Варто додати, що це, в першу чергу, "привабливість" широких життєвих перспектив, віри в свої сили та можливості, оптимістичного ставлення до майбутнього.

Початок дорослого буття внутрішньо сприймається як позитивне і значуще почуття, зникають сумніви і переживання часів юності; людина починає осмислено будувати майбутнє, орієнтуючись на всю вікову перспективу в цілому, а не тільки на оволодіння цінностями і цілями найближчого вікового періоду (як це було на всіх попередніх етапах розвитку). У всіх сферах життя (професійній, емоційній, особистісній, соціальній) виявляється сильне прагнення до особистісної експансії, самовираження. В першу чергу, ці тенденції чітко виявляються при виборі професії, здійсненні професійного самовизначення і початку самостійної професійної кар'єри. Для чоловіків "створення життєвої спільноти" та початок професійної кар'єри - найважливіші завдання цього віку. Для жінок на перше місце часто виходить відповідальність за створення особистого оточення - партнера, сім'ї, дітей, хоча прагнення кар'єрних досягнень актуальне для сучасних жінок не менше, ніж для чоловіків. Якщо вирішення цих завдань сповільнюється або пов'язане з низкою труднощів, то суб'єктивно це сприймається як дефіцит, недостача, і людина кидає всі сили, щоб їх поповнити. Це вимагає від даного періоду розвитку творчих здібностей особистості.

Час молодості для багатьох - це ще й пора учнівства, час отримання професії, початку трудової діяльності та, пов'язаних з цим, змін соціального статусу: початок самостійної трудової діяльності, створення основи для економічного відокремлення від батьківської сім'ї, а реалізація себе в обраній професії - можливість творчих досягнень. Прагнення отримати освіту, загалом, характерне для всіх соціальних молодіжних груп, а шлях "в студенти" визначається задовго до того, як людина отримає можливість професійного вибору. Професійний вибір в молодості здійснюється під впливом різноманітних чинників - думки батьків, вчителів, друзів, книг, телебачення, реклами тощо.

Для студентської молоді "залежний стан" фази юності штучно продовжується тривалішим періодом навчання. Для більшості молодих людей студентська пора - це час, коли доводиться переживати великі навантаження - фізичні, розумові, моральні, вольові. На жаль, не всі молоді люди з самого початку можуть правильно розрахувати власні сили, раціонально організувати свою роботу. Дається взнаки вплив зміни життя, побуту, діяльності студентів.

Пошук супутника життя, відокремлення від батьківської сім'ї, отримання професії і початок власного професійного і особистісного життя - необхідні умови для вироблення власного індивідуального стилю життя. В той же час, це дає можливість здобути і реалізувати індивідуальні сенси життя. Здатність особистості вирішувати внутрішні протиріччя, вибудовувати власну систему цінностей, створювати життєву перспективу і визначати стратегічні цілі є мірилом її людської зрілості.

Сенс життя - одна з основних категорій, якими оперує молодість. Йдеться про внутрішнє мотивоване, індивідуальне значення для суб'єкта власних дій, вчинків, що оцінюються цілісно як істинні та значущі. Зазвичай, переживання, які пов'язані із становленням і набуттям смисло-життєвих орієнтацій втілюються у формулу "бути самим собою", "самореалізуватися", "усвідомити себе як цінність" і часто спрямовуються на інших людей.

В молодості вперше вибудовується життєва стратегія, яка спирається на рефлексію та співвіднесення своїх здібностей; статусних, вікових, індивідуальних особливостей і прагнень, з вимогами суспільства. Ця стратегія спирається на життєву перспективу, яка створювалася на етапі від дошкільного до юнацького віку. Життєвий шлях, визначений для себе особистістю - це не просто набір фіксованих, бажаних життєвих позицій, а гнучка лінія, яка пов'язана з реалізацією своїх очікувань протягом певного періоду, що співвідноситься з рефлексією наявних можливостей.

Життєва стратегія в молодості загалом визначається як узгодження своєї особистості, характеру, індивідуальності з обраним способом самореалізації в суспільстві, серед інших людей. Вік дає для цього знання та розуміння самого себе, які призводять до усвідомлення, що мистецтво життя полягає не тільки в тому, щоб враховувати і реалізовувати свою індивідуальність, але і в тому, щоб індивідуальні можливості і досягнення ставали основою для нового розвитку, відкриття в самому собі нових здібностей і властивостей.

Нове усвідомлення власного "Я" в молодому віці знижує рівень прагнення до наслідування (копіювання), порівняння та ідентифікації себе з іншими. Однак, певна частина молоді продовжує "жити за чужим зразком", що може призводити до несамостійності, а також не завжди адекватного життєвого самовираження. Здобуття та прийняття своєї індивідуальності створює можливість формування особистих цінностей і перетворення їх в принципи власного життя, особистісні установки.

В емоційному плані для молодої людини прийняття себе - дуже важлива умова самореалізації. В молодості людина здатна сприйняти себе реалістично та критично, прийняти недоліки свого характеру, зовнішності, недостатню розвиненість тих чи інших здібностей та, в той же час, навчитися використовувати вигідні сторони своєї особистості і характеру на користь своєму розвитку.

Для молодості особливе значення має вибудовування системи особистих моральних, духовних цінностей, що дозволяє більш гостро та повно відчувати власне "Я". Тому віра, світогляд, ідеали набувають в молодості стійкої форми. І хоча більшість цінностей не створюються особистістю, а засвоюються як соціально-культурний досвід, їх розуміння і прийняття як індивідуальних цінностей - дає молодій людині відчуття своєї гідності, значущості, "повноти життя".

В молодому віці оформлюється здатність і потреба моральної саморегуляції, оскільки ніхто інший (батьки, вчителі) тепер безпосередньо не контролює поведінку і способи задоволення потреб особистості - відбувається передача відповідальності людини за саму себе. Із зміною життя, з тією новизною, яку несуть самостійність і відповідальність людина змінюється: вона починає глибше розуміти закони людського життя, більше напевно бачить своє місце в ньому, визначає життєву мету, стає більш активною у їх досягненні.

Однак, визначені зміни не завжди зумовлюють розвиток особистості, іноді це тільки "поступка" обставинам. Пристосування до обставин в молодості свідчить про



нездатність оволодіти своїм життям, пасивну життєву стратегію. Людина під впливом різних причин відтинає чи звужує шляхи самореалізації. В цьому випадку в житті починає домінувати лінія зовнішніх подій, розмиваються життєві цілі, які надають цілісність діям, зникає план внутрішнього волевиявлення; людина стає менш цікавою і менш індивідуальною. Ціль життя полягає лише в тому, щоб утримати досягнуту життєву позицію: забезпечити життя сім'ї в побутовому плані, зберегти роботу, підтримувати звичне коло спілкування.

Для молодості немає нічого гіршого, ніж ця "екзистенцій-на монотонність", вимушена подібність, однаковість, відсутність подій в житті. З неї може початися деградація особистості, яка має непомітні для самої людини форми. Зазвичай, вона проявляється в зниженні мотивації, накопиченні негативних емоцій, байдужості. При цьому знижуються і навіть зовсім зникають інтелектуальні інтереси, їх витісняють "буденні міркування", банальності, плітки, скарги на невдале життя, заздрість, необґрунтовані амбіції і претензії, які пов'язані з визнанням своєї значущості. Деградація особистості призводить до інволюційних вікових змін, швидше починається старіння.

Сильні особистості в молодості намагаються уникнути того, щоб їх життя було таким "штучно" стабільним. Вони активно прагнуть до новизни, змін і досягнень. Переживши період молодості, більша частина цих подвижників і новаторів приходять до бажання стабілізації своєї професійної діяльності, сімейного та особистого життя, але це - природно досягнуте переживання зрілої особистості закріпити і осмислити свій досвід, зробити його придатним для узагальнень і передачі.

### **Друга фаза ранньої дорослості**

Охоплює період від 30 до 40 років. Особливості розвитку людини в цей час залежать від ступеня і продуктивності її соціальної активності, досягнутого статусу, попередніх стабільних і кризових періодів. Новий статус дорослого забезпечується його правами і обов'язками в різних сферах життя, консолідацією соціальних і професійних ролей.

У другій фазі ранньої дорослості важливим є вдале вирішення таких проблем:

- 1) Проблема професійної кар'єри. Основною формою соціальної активності людини на цьому етапі її життя є професійна діяльність, накопичення досвіду. Для одних людей задоволеність життям пов'язана з роботою, до інших приходять усвідомлення обмеженості можливостей власного зростання та неможливості здійснення задумів щодо кар'єри. Джерелом задоволення життям для них стає сім'я та особисті інтереси.

- 2) Проблема виховання дітей. Із народженням дитини зусилля сім'ї спрямовуються на її виховання. Кожний період розвитку дитини вимагає переходу батьківства на якісно новий рівень. Можливо виокремити такі стадії:

- а) формування образу батьківства - від зачаття до народження (дорослі розмірковують, якими вони будуть батьками, спираючись на власні уявлення про еталон батьківства);

- б) вигодовування - від народження до 2 років (у дорослих формуються стійкі емоційні зв'язки з дитиною, вони вчаться узгоджувати звичний спосіб життя, вільний час, інтереси з потребами дитини);

- в) формування авторитету - від 2 до 5 років (батьки починають переосмислювати своє батьківство, усвідомлюють ймовірність і ризик невідповідності власної та дитячої поведінки еталонній);

- г) інтерпретативна - охоплює молодший шкільний вік (важливі зміни в житті дитини змушують дорослих переглянути звичні виховні установки);

- д) взаємозалежності - триває протягом підліткового віку (батьки аналізують стосунки зі своїми дітьми);

- ж) розлучення (дорослі відпускають від себе дітей і критично осмислюють, якими батьками були).

В процесі розвитку дитини батькам доводиться не тільки вирішувати її проблеми, задовольняти запити, а й долати труднощі, які виникають у подружніх взаєминах. На кожній стадії батьки повинні розв'язувати свої внутрішні конфлікти на все вищому рівні інтеграції. Тому основним завданням ранньої дорослості є вирішення суперечностей між власною ідентичністю та поєднанням соціальних ролей, між близькістю в стосунках з іншими людьми й ізоляцією від них.

Досягнення ідентичності забезпечує відчуття неперервності досвіду дорослого життя. У зв'язку з пошуками ідентичності особистості постійно доводиться пізнавати себе, визначати та переглядати власні пріоритети, місце в соціальному середовищі.

Б.Лівехуд вважає, що в даний період людина здобуває "основну домінуючу структуру", яку він афористично визначає як "тональність, в якій пишеться особиста біографія". Йдеться про життєву спрямованість, яка визначається всім попереднім психічним розвитком: життєвими обставинами, соціокультурними чинниками, становищем сім'ї, в якій виховувалася людина, професійним вибором, рівнем громадської активності тощо. Це своєрідна схильність будувати і проживати життя саме так, а не інакше, знаходити в цьому переживання істинності, осмисленості свого життєвого шляху та задоволення ним.

В.І. Ковальов виокремлює декілька типів поведінки в ранньому дорослому віці:

- стихійно-буденний тип: особистість знаходиться в залежності від подій і обставин життя; не встигає за часом, не може організувати правильну послідовність подій, передбачати їх здійснення; поведінка такої людини ситуативна, безініціативна, фрагментарна;

- функціонально-дієвий тип: особистість активно організовує перебіг подій, спрямовує їх хід, своєчасно залучається до них, добиваючись ефективності; але ініціатива охоплює лише окремі періоди перебігу подій, а не їх суб'єктивні чи об'єктивні наслідки;

- споглядально-продовжений тип: особистість пасивно ставиться до перебігу часу власного життя, у неї відсутня чітка організація часу життя;

- творчий тип: особистість ефективно здійснює організацію часу, пов'язуючи його з життєвим смислом, вирішенням суспільних проблем, творчо оволодіває часом.

В цьому віці дослідники виокремлюють низку нових особистісних характеристик:

- вміння брати на себе відповідальність;
- прагнення до влади і організаторські здібності;
- здатність до інтелектуальної та емоційної підтримки інших;
- впевненість в собі та цілеспрямованість;
- схильність до філософських узагальнень;
- захист системи власних принципів та життєвих цінностей;
- здатність опиратися проблемам навколишньої дійсності за допомогою;
- розвинутих вольових властивостей;
- формування індивідуального життєвого стилю;
- прагнення "вплинути на світ" та передати індивідуальний досвід молодому поколінню;

- стабілізація системи соціальних ролей.

Особливе значення даної фази дорослості полягає в тому, що, залучаючись до широкого різноманіття суспільних відносин, людина стає їх справжнім суб'єктом, свідомо формує індивідуальне ставлення до навколишнього світу. Приблизно до 40 років людина здобуває унікальну повноту буття, яка складається з розмаїття її прав і обов'язків в різних сферах життя та діяльності: в соціумі, на роботі, в сім'ї; і в той же час, максимальну відповідальність за навколишній світ і за себе в світі.

Більшість дорослих людей досягають стабільності в житті, впевненості у собі. Однак, у цьому надійному і спланованому дорослому світі можуть виникати сумніви, пов'язані з оцінкою пройденого життєвого шляху, з розумінням стабілізації, довершеності

життя, переживанням відсутності очікувань новизни, спонтанності життя, можливостей щось змінити (які притаманні дитинству та юності).

Загалом, на етапі ранньої дорослості людина досягає піку в своєму фізичному розвитку, завдяки включенню у різні сфери соціального життя збагачується п досвід. їй доводиться вирішувати важливі проблеми та завдання професійної кар'єри, виховання дітей, досягти ідентичності, розв'язувати суперечність між близькістю та ізоляцією у стосунках з людьми.

### **Розвиток психофізіологічних функцій в період ранньої дорослості**

Психічний розвиток детермінується функціонуванням систем фізіологічних механізмів. На кожному етапі онтогенезу вони створюють передумови для засвоєння нового досвіду і формування нових психічних можливостей. У період ранньої дорослості окремі структури та функції мозку досягають повної зрілості, що виявляється в неповторній "архітектурі".

Вікова динаміка психофізіологічних функцій дорослих людей різного віку має складний і суперечливий характер. Це зумовлене тим, що нервово-психічний розвиток пов'язаний не тільки з прогресом другої сигнальної системи, а й з загальним розвитком аналітико-синтетичної діяльності мозку. Рівень одних функцій і процесів під час їх розвитку підвищується (обсяг поля зору, диференційоване впізнавання, просторові уявлення, пізнання, увага), інших знижується (гострота зору, короткочасна зорова пам'ять) або стабілізується (спостережливість, загальний інтелектуальний розвиток).

Розвиток психофізіологічних функцій відбувається як процес якісних перетворень міжфункціональних і внутрішньо-функціональних структур. Ці зміни стосуються сенсорної, моторної та мнемічної психофізіологічних функцій.

**Розвиток сенсорної функції у ранньому дорослому віці**

Дана функція забезпечує аналіз сенсорної інформації різних модальностей (зір, слух, нюх, смак тощо). Зміна часу реакції після отримання інформації супроводжується підвищенням чутливості людини (чутливості периферійного зору, слуху, центрів руху тощо). Максимального розвитку відчуття досягають на межі 25 років і зберігаються на цьому рівні у більшості людей до 40 років.

Вік має нерівномірний вплив на зорово-просторові функції: гостроту зору - на 25%, поле зору - на 70%. Це означає, що поле зору, яке визначається структурою провідних шляхів і корковими проекціями, найбільше залежить від процесу дозрівання і загального стану мозку. Чутливість різної модальності (периферійний зір, слух, кінестезія) залежить від віку. Найкращі показники різних видів чутливості зафіксовані у віці 20 років. Високі показники кольорової чутливості, різних її видів спостерігається у 25 років.

Розвиток сенсорної функції має певні відхилення від загальної закономірності розвитку психофізіологічних функцій, передусім, їй притаманна виразна гетерохронність, залежність від особливостей професійної діяльності, стану здоров'я людини тощо.

**Розвиток моторної функції у ранньому дорослому віці**

Вона забезпечує рух внутрішніх органів, тіла та окремих його частин (рух у просторі, зміна пози, міміка), регулювання функціонального стану організму та виконання трудових операцій.

Підтвердженням того, що рання дорослість - оптимальний період для розвитку моторних функцій є вікові характеристики рекордсменів у спорті. Середній вік олімпійських чемпіонів - 23,6, чемпіонів - 25,3 років. В деяких видах спорту найвищих результатів досягають у 24-35 років: штовхання ядра у 26-32 роки, ходьба на 20 км - у 24-33 роки, метання диску - у 24-35 років, метання молота - у 29-32 роки.

Сила правої і лівої рук чоловіків у 18-19 років є значно вищою, ніж у 30-35 років. Швидкість рухових реакцій (час обведення фігур, швидкість ходи) у 18-19 літніх перевищує швидкість рухових реакцій дорослих. Однак точність ходи (міра відхилення

від прямої в градусах) з відкритими очима у 30-35-річних чоловіків удвічі вища, ніж у 18-19 річних, із закритими - у 5 разів. Окрім того, вищою є точність обведення фігур.

Розвиток мнемічної функції у ранньому дорослому віці

Мнемічна функція забезпечує запам'ятовування, збереження (і забування) та відтворення людиною досвіду, фіксування сигналів різної модальності.

Період ранньої дорослості є сприятливим для інтелектуальних досягнень. Особливе значення для розуміння розумової діяльності дорослих мають експериментальні дані про онтогенетичну еволюцію психофізіологічних функцій людини, які забезпечують перебіг пізнавальних психічних процесів. Найсприятливішими для впливу на психофізіологічну організацію інтелекту є періоди консолідації, під час яких встановлюються оптимальні структурні співвідношення між окремими пізнавальними функціями, що забезпечує ефективне розв'язання пізнавальних проблем. Для зміни структур і характеру їх розвитку важливі мікроперіоди життя дорослої людини, протягом яких відбуваються послаблення або розпад міжфункціональних зв'язків, створення можливості їх спрямованого перетворення,

У зв'язку з високим рівнем реалізації пізнавальних функцій у процесі розвитку дорослої людини підвищується її здатність до навчання.

Збереження рівня психофізіологічних функцій пов'язане з трудовою діяльністю, практичним досвідом і тренуваністю. Наприклад, досить високим є збереження включених у професійну діяльність зорово-просторових функцій людей (поле зору, гострота зору часто є нормальними або перевищують норму у водіїв навіть пенсійного віку).

На сенсibiliзацію (чутливість) функцій впливає інструментально-технічне оснащення діяльності та комунікації, що зумовлює формування апарату перцептивних дій, в системі яких реалізуються сенсорні функції. Досягнення в процесі трудової діяльності в ранньому дорослому віці нових, вищих рівнів функціонального розвитку можливе завдяки оптимальному навантаженню психічних функцій, посиленню мотивації, операційним перетворенням. За їх відсутності психофізіологічні функції поступово знижують свій рівень.

Після досягнення людиною 25-річного віку збереження і стабільність психофізіологічних функцій визначаються особливостями вищих психічних процесів. Від них залежать наявність піків, точок піднесення кожного виду чутливості, нерівномірність процесу розвитку. Один з таких піків, який супроводжується конвергенцією (наближенням) сенсорних функцій, спостерігається у 18-25 років, а інший може відбутися пізніше, в період загальної стабілізації функцій.

В розвитку психофізіологічних функцій простежується закономірність, відповідно до якої з 3 до 22 років скорочується часовий інтервал між дією сигналу і початком реакції на нього (час реакції); до 23-25 років багато психофізіологічних функцій досягають свого максимального розвитку і зберігаються на досягнутому рівні до 40 років.

### **Розвиток когнітивної сфери в період ранньої дорослості**

Когнітивний розвиток у період ранньої дорослості досягає свого максимуму одночасно з піком фізичного розвитку.

Розвиток інтелекту та мислення в ранньому дорослому віці

В сучасній когнітивній психології отримала підтвердження теорія "динамічного" і "кристалізованого" інтелекту, запропонована американським психологом Р.Кеттелом. Згідно з цією теорією, інтелект має дві основні складові: кристалізовану (предметно-змістову) і операційно-динамічну. Кристалізований інтелект включає культурні знання, досвід, освіту, компетентність; він в більшій мірі залежить від навчання. Динамічний інтелект описується як базова здатність осмислення змісту та здійснення обробки інформації. Динамічний інтелект, на думку, Р.Кеттела, не залежить від залучення до соціокультурного середовища.

Приблизно до 25 років обидва види інтелекту розвиваються паралельно в бік зростання. Надалі, предметно-змістовий інтелект залишається на одному рівні протягом всіх наступних вікових періодів, а операційно-динамічний інтелект після 30-35 років починає поступово знижуватися, причому інволюція найбільш виражена в похилому віці. Дослідження когнітивних психологів доводять, що накопичені індивідом знання, рівень компетентності, вміння зберігаються до глибокої старості. Більше того, вони можуть розвиватися при навчанні та тренуванні.

Дослідження переконливо доводять, що для вікового періоду 18-25 років характерний інтенсивний розвиток психічних функцій, їх фронтальний прогрес. У цей період найбільш інтенсивно розвиваються пам'ять і мислення. Домінуючу роль у пізнавальній діяльності починає відігравати абстрактне мислення, формується узагальнена картина світу, встановлюються глибинні зв'язки між різними аспектами реальності, що вивчається.

Друга фаза ранньої дорослості відзначається тим, що в даний період відбувається нова диференціація окремих сторін інтелекту і в той же час - вищий рівень його загальної інтегрованості. Так, у період 34-37 років настає другий пік розвитку мислення дорослої людини, встановлюються тісніші зв'язки між образним, вербально-логічним і практичним мисленням.

В. Овенс і Л.Шефельд вважають, що вербально-логічні функції досягають першого оптимуму в ранній молодості, потім вони можуть зростати до 50 років.

За даними Д.Векслера, еволюція інтелектуальних функцій охоплює період від 19 до 30 років. Вершина лексичних функцій досягає свого максимуму в 40 років. Після 30 років спостерігається зниження інтелектуальних функцій, пов'язаних з моторикою.

В інтелектуальному розвитку людини О.Л.Степанова виокремлює три макроперіоди: перший період від 18 до 25 років, другий - 26-35 років, третій - 36-40 років. Найбільші зміни інтелекту відбуваються в першому макроперіоді, а другий і третій характеризуються відносною сталістю, але вираженого підйому набуває вербальний інтелект.

Б.Д. Бромлеєм оцінювалися вербальні і невербальні функції у людей від 20 до 80 років. Уже в 30-35 років відзначається поступова стабілізація й подальше зниження невербальних функцій приблизно до 40 років. Разом з тим, вербальні функції саме в цьому періоді прогресують найбільше і досягають максимуму після 40 років. Вербально-логічні функції прогресують і тоді, коли інволюція старості вже вразила невербальний інтелект і сенсомоторику людини.

У дорослої людини при залученні до різних форм творчої активності інтелектуальна діяльність досягає найвищого рівня. Експериментальні дослідження вітчизняних і зарубіжних дослідників показали, що кульмінаційні моменти наукової творчості припадають на 35-40 і 40-45 років життя. Середній максимум творчої активності для багатьох спеціальностей відзначається в межах 35-39 років. При цьому найвищі показники творчих здібностей проявляються до 30-34 років в таких науках як математика, фізика, хімія; 35-39 років - у геологів, лікарів.

Б.Г.Ананьєв доводить, що інтенсивність старіння інтелектуальних функцій зумовлюється двома чинниками: внутрішнім чинником є обдарованість людини, зовнішнім - освіта. Освіченість протистоїть старінню, гальмує його процеси.

Дослідження характеризують другу фазу ранньої дорослості як організаційний період, коли людина схильна вирішувати проблемні ситуації організаційним шляхом. Вміння узагальнювати, аналізувати факти і приймати логічні рішення, які базуються на інтерпретації фактів і прогнозах виступає на перший план.

Дослідники описують нову можливу стадію розвитку інтелекту в ранній дорослості - здатність до самостійної постановки проблем. Нові рішення старих завдань виявляються в ширшому контексті ставлення до себе з позицій суспільства, людства в

цілому, вимагають розвиненої здатності до самостійних суджень, вміння вибрати лінію поведінки, тобто розвиненої індивідуальності.

У.Пері вважає характерною особливістю даного періоду перехід від базового дуалізму, розуміння навколишньої дійсності в авторитарних дуалістичних термінах, притаманного юнацькому віку (чіткий поділ явищ навколишнього світу на погані та хороші, правильні й неправильні, пошук абсолютної істини та знання) до толерантної, зваженої оцінки альтернативних позицій (концептуального релятивізму) і подальшого самостійного вибору ідей і переконань. Поступово, зустрічаючи різні, часто суперечливі точки зору, людина починає цінувати право на власну, індивідуальну позицію, усвідомлює, що будь-які явища, вчинки, події можна оцінювати по-різному, залежно від контексту. Таким чином, особистість приходить до розуміння відповідальності за обрані цінності, погляди, переконання.

К.Рігел стверджує, що важливим досягненням когнітивного розвитку дорослих є процес розуміння суперечностей. Він висунув гіпотезу існування специфічної стадії розвитку пізнавальної сфери дорослих, яка отримала назву діалектичного мислення. Суть даного феномену полягає в осмисленні та подальшій інтеграції протилежних, суперечливих ідей, смислів чи спостережень. Одним з найважливіших аспектів діалектичного мислення є інтеграція ідеалу та реальності. За К.Рігелом, ця особливість є сильною стороною мислення дорослих людей.

Г.Лейбові-Віф надавала особливого значення "обов'язкам і відповідальності" як характерним ознакам когнітивної зрілості в ранній дорослості. Вона доводить, що хід когнітивного розвитку повинний включати як розвиток логічного мислення, згідно теорії Ж.Піаже, так і еволюцію саморегуляції, яка починається з дитячого віку і охоплює більшу частину періоду дорослості. Дослідниця визнає, що логічне мислення може досягти своєї кінцевої стадії при досягненні рівня формальних операцій. Однак, так само як У.Пері та К.Рігел, вона стверджує, що людині потрібно відчувати на собі вплив складних соціальних проблем, суперечливих точок зору, набуття значного практичного досвіду, щоб надалі відійти від дуалістичного мислення. Г.Лейбові-Віф описує період еволюції як тривалий процес становлення автономності дорослих, їх підготовки до зіткнення з суперечливістю і неоднозначністю життєвого досвіду. Когнітивна зрілість в ранній дорослості характеризується розвитком навичок незалежного прийняття рішень.

В.Шейко, визначає гнучкість застосування когнітивних здібностей як характерну рису мислення дорослих. Він стверджує, що протягом дитинства та підліткового періоду людина набуває складніших внутрішніх структур розуміння світу. Потужні інструменти, формального операційного мислення - ключові досягнення цього етапу розвитку, які він визначив як період набуття. В ранній дорослості інтелектуальні здібності використовуються, щоб досягти успіху і обрати стиль життя; В.Шейко назвав це періодом досягнень. Людина застосовує інтелектуальний потенціал, навички вирішення проблем і прийняття рішень у процесі досягнення цілей і виконання життєвого плану.

Особистість, яка успішно справляється з цим, досягає певного рівня розвитку незалежності і переходить на іншу стадію застосування когнітивних здібностей - період, що включає в себе соціальну відповідальність. В середньому віці (зрілості) за В.Шейко, людина застосовує когнітивні здібності для вирішення проблем інших людей: у сім'ї, суспільстві, на роботі тощо. Він стверджує, що ядром когнітивного розвитку дорослого віку є не підвищення можливостей чи зміни в когнітивних структурах, а гнучке використання інтелекту на різних етапах життя.

Деякі автори визначають ранню дорослість як період продовження когнітивного розвитку та змін. Одним з провідних дослідників в цій галузі є Р.Кеган. Він стверджує, що особистість в процесі розвитку постійно диференціює своє "Я" від навколишнього середовища, і в той же час, прагне інтегрувати "Я" в більш широкий світ. Р. Кеган наполягає на тому, що смислові системи людини продовжують розвиватися в період ранньої дорослості. Такі системи можуть набувати різних форм: релігійних, політичних,

культурних, особистісних. Людина активно створює системи переконань і цінностей, залучаючи досвід; новоутворені системи інтегруються в досвіді, організовуючи думки і переживання, забезпечують основу для поведінки.

В процесі розвитку когнітивних здібностей у період дорослості, смислові системи індивіда стають більш своєрідними, маючи, однак, певну подібність до систем інших людей, які знаходяться на тому самому рівні розвитку. На кожній наступній стадії попередній досвід стає невід'ємною частиною когнітивних новоутворень, так само як конкретне розуміння навколишнього світу дітьми стає інформаційною основою мислення на рівні формальних операцій.

Р. Кеган притримується позиції, що у більшості людей продовжується структурування та переструктурування їх систематизованого розуміння самих себе і навколишнього світу в період ранньої дорослості.

Розвиток пам'яті в ранньому дорослому віці

Процеси пам'яті різноманітні, тому спостерігається деяка різноманітність отриманих результатів при експериментальних дослідженнях пам'яті.

Так, Г. Еббінгауз сформулював положення про трифазну характеристику онтогенезу пам'яті: поступовий прогрес до 25 років, стабілізація функцій пам'яті від 25 до 50 років, а далі - інволюція і регрес пам'яті.

Дослідження свідчать про дійсне зниження деяких процесів пам'яті. На думку Б.Г.Ананьєва, раніше всього відбувається процес зниження образної пам'яті, причому ейдетична пам'ять послаблюється вже в підлітковому віці.

Високий рівень короткочасної вербальної пам'яті спостерігається у віці 18-30 років. До завершення другої фази ранньої дорослості її продуктивність знижується. Для довготривалої характерне зростання у віці 18-35 років, а зниження рівня розвитку від 30 до 40 років. Найвищі показники короткочасної зорової і слухової пам'яті припадають на 18-30 років. В період від 31 до 40 років спостерігається зниження рівня їх розвитку. Період 18-35 років найбільш сприятливий для вербального закріплення інформації в довготривалій пам'яті, поступове зниження відбувається у 36-40 років.

На думку С.Пако, логічна пам'ять знижується у період 20-45 років на 35-40%. Дослідник вважав, що деякі функції пам'яті у менш освічених молодих людей, відповідають рівню розвитку пам'яті освічених людей похилого віку. Особливості розвитку мнемічних функцій залежать від діяльності, до якої активно залучена особистість. Інтенсивна інтелектуальна діяльність найчастіше зумовлює високі показники різних видів пам'яті.

Б.Г. Ананьєв вважає, що уявлення про ранню інволюцію пам'яті в дорослих людей не відповідає дійсним потенціалам процесів пам'яті. У пам'яті, як і в перцептивних процесах, діє така закономірність: у ранньому і середньому віці дорослості формується й досягає найвищого рівня загальна система пам'яті, а на її базі починає розвиватися спеціалізована система пам'яті, необхідна для конкретної практичної діяльності. Багато дослідників відзначають залежність динаміки розвитку мнемічних функцій від характеру діяльності людини.

Розвиток мовлення у ранньому дорослому віці

Рання дорослість характеризується розвитком мовлення, яке збагачується лексично, складними синтаксичними структурами, стає більш відповідним загальноприйнятим граматичним нормам.

Зазначені зміни виявляють зростання можливостей мовленнєвої і мисленнєвої діяльності особистості.

Варто відзначити інтенсивний розвиток вербальних функцій інтелекту, що виявляється в оперуванні словами, розумінні їх значень.

Мовленнєві функції протистоять процесу старіння, інволюційні зміни в них відбуваються значно пізніше, ніж в інших психологічних функціях.

### Розвиток уваги у ранньому дорослому віці

Різні властивості уваги в цей період виявляються нерівномірно. Найбільше змінюються з роками обсяг, переключення та вибірковість уваги. Показники їх розвитку зростають поступово до 33 років, найвищими вони є у 27-33 роки. Після 34 років вони поступово знижуються. Стійкість і концентрація уваги у ранньому дорослому віці суттєво не змінюються.

В 26-29 років увага за своїм розвитком випереджає пам'ять і мислення. Це свідчить про рухливість і гнучкість взаємозв'язків між пам'яттю та увагою.

В 30-33 роки знову настає високий розвиток уваги, а до 40 років швидкість прийому інформації, інтенсивність уваги знижується.

Важливу роль у розвитку уваги відіграє активна розумова діяльність людини.

### Розвиток сімейних стосунків в ранньому дорослому віці

Молодість часто називають віком кохання. В цей період вдало поєднуються психологічні, фізіологічні, соціальні та інші чинники, що сприяють вибору партнера та створенню сім'ї.

Трикомпонентна теорія кохання Р. Стернберга демонструє труднощі, які виникають при формуванні любовних стосунків. Дослідник вважає, що кохання має три основні складові:

- о інтимність - почуття близькості, яке з'являється в любовних стосунках. Інтимність - почуття тісних стосунків з коханою людиною, характеризується вираженням прагнення покращити життя партнера, почуттям ейфорії, коли він знаходиться поряд. Закохані підтримують одне одного, часто залучені до спільної діяльності, мають подібні інтереси, погляди та почуття, разом вирішують побутові проблеми. Фактично спільне залучення до одного виду діяльності та подібність інтересів можуть стати вирішальними чинниками для перетворення залицяння у стосунки кохання або подружні стосунки.

- о пристрасть - фізичний потяг, збудження і сексуальна поведінка в стосунках. Сексуальні потреби важливі, але вони не є єдиними, які мотивують поведінку людини в стосунках. Іноді інтимність призводить до виникнення пристрасті; в інших випадках пристрасть передує інтимності. Трапляється, що пристрасть існує без інтимності або навпаки.

- о рішення / зобов'язання - дана складова має короткотривалий і довготривалий аспекти. Короткотривалий аспект - рішення про існування закоханості або її усвідомлення. Довготривалий аспект - усвідомлення важливості та необхідності збереження кохання.

Зв'язок визначених складових може мати різноманітний характер. Для демонстрації можливих комбінацій Р.Стернберг розробив систематику любовних стосунків, яка наведена нижче. Ці види кохання описують крайні випадки, які базуються на трьох компонентах теорії Р.Стернберга. Більшість реальних любовних стосунків займають проміжні позиції між цими категоріями, оскільки різні компоненти кохання виражаються континуально, а не дискретно. Очевидно, що більшість людей, зацікавлених в подружніх стосунках, сподіваються, що їх можна віднести до категорії досконалого кохання. Але, на жаль, не одна пара помилково сприймала сліпе захоплення як кохання, окрім того, в багатьох стосунках при зникненні пристрасті, вони втрачають романтичність.

Інтимність може руйнуватися негативними почуттями, наприклад, гнівом. Страх бути покинутим також створює перепони для близькості, особливо коли він призводить до хибної ідентичності, в основі якої лежить прагнення догодити іншій людині, а не реалізація важливих особистісних потреб. Традиційні способи залицяння можуть зруйнувати інтимність, якщо вони складаються лише з ритуальних дій і розгортаються на рівні поверхнево спілкування, позбавленого глибокого змісту.



Е. Хетфілд аналізуючи чинники, які сприяють виникненню кохання, зупиняється на наступних:

\* територіальна близькість - одна з найважливіших детермінант, що обумовлює виникнення кохання. Чим ближче знаходяться люди, тим більша імовірність знайомства, яке може призвести до закоханості та власне кохання;

• фізична привабливість - існує низка причин виникнення потягу до фізично привабливих людей: а) приємна зовнішність викликає естетичне задоволення; б) у більшості соціальних груп привабливий партнер може слугувати ознакою престижу; в) відповідно до стереотипу "гарний означає хороший" більшість людей вважає, що привабливі партнери є носіями соціально схвалюваних особистісних властивостей і що їхнє життя складається щасливіше та успішніше;

• подібність - люди частіше закохуються в тих, з ким вони мають більше спільного (освіта, цінності, інтереси, установки). Існує декілька пояснень чому нам подобаються і викликають кохання подібні до нас люди. По-перше, людина в житті частіше зустрічає подібних до себе людей; по-друге, існує певний суспільний тиск, що стимулює до взаємодії з подібними партнерами, окрім того, з точки зору співвіднесення витрат та можливих результатів взаємодії, подібні партнери виявляються перспективнішими.

Переважає більшість людей одружується вперше саме в молодості, яка характеризується найвищою статевою активністю, коли організм жінки найкраще пристосований до народження першої дитини. В молодості людям простіше знайомитися та пізнавати одне одного, легше адаптуватися до умов спільного життя. Звичайно любов між чоловіком та жінкою притаманна не лише молодому віку, але молодість цілком певно можна називати сенситивним періодом для створення сім'ї.

Після 30 років люди дуже рідко беруть шлюб вперше. Соціологічні дослідження доводять, що люди, які не створили сім'ї до 28-30 років надалі, як правило, цього зробити не можуть. Вони звикли жити на самоті, стали занадто вимогливими до інших людей, у них з'являється ригідність звичок, які створюють багато труднощів при спільному житті.

Створення сім'ї має надзвичайно важливе значення для особистісного розвитку. Людина реалізує дуже важливий для себе та інших аспект власного призначення, набуває нового соціального статусу, який пов'язаний з відповідальністю за продовження роду і виховання майбутнього покоління, починає новий етап влаштування свого життя. Одночасно вона задовольняє одну з своїх головних потреб (для багатьох - найголовнішу) в сфері стосунків з іншими людьми. Від того, як складається сімейне життя залежить подальший загальний розвиток людини - духовне зростання, розвиток і реалізація здібностей тощо.

Особливе значення має народження дітей. З появою дитини створена сім'я набуває якісно нового значення, отримує завершеність як найважливіший інститут зміни поколінь.

Змінюється зміст і спосіб сімейного життя, у подружжя виникають нові обов'язки, нові аспекти спільної відповідальності, пов'язані з вихованням дитини.

Вибір супутника життя і створення сім'ї - один з важливих аспектів соціальної ситуації розвитку в ранній дорослості. Відповідна цій ситуації діяльність є однією з найголовніших сторін життя.

Незважаючи на сенситивність ранньої дорослості для створення сім'ї і всі сприятливі чинники даного періоду, завдання вибору партнера досить часто вирішується невдало. Статистика розлучень, які відбуваються в молодому віці, переконливо це підтверджує і сягає близько 50 %. До цього необхідно додати, що багато сімей, які створювалися в молодості розпадаються в період зрілості, а багато, незважаючи на взаємну незадоволеність подружнім життям, зберігаються до кінця життя. Наведені факти свідчать про надзвичайну актуальність проблеми вибору партнера, визначення основних закономірностей цього процесу.

З.Фрейд - один з перших теоретиків, який почав аналізувати причини, що спонукають людей до шлюбу. Одним з найважливіших положень його психоаналітичної теорії є теза про потяг, який відчувають діти до батьків протилежної статі і надалі переносять його на певні соціально прийнятні об'єкти - потенційного чоловіка чи дружину. Однак, як і у випадку інших аспектів теорії З.Фрейда, відсутні емпіричні дослідження, які могли б підтвердити ці положення.

Інструментальна теорія вибору партнерів, розроблена Р.Сентерсом, також концентрується на задоволенні потреб. При цьому стверджується, що деякі потреби (наприклад, статеві потреби чи потреби приналежності) є більш значущими, порівняно з іншими і, що існують відмінності потреб чоловіків та жінок. Автор доводить, що людина відчуває потяг та обирає саме того партнера, який має подібні потреби, що доповнюють її власні.

Згідно з теорією "стимул - цінність - роль", розробленої Б.Мурштейном, кожний майбутній партнер намагається закріпити своє соціальне і психологічне становище шляхом вибору найбільш підходящої за своїми соціальними характеристиками пари. Переваги і недоліки іншої людини досліджуються в процесі розвитку стосунків, коли різноманітні чинники пропускаються через систему фільтрів для визначення доцільності продовження контактів. Таке дослідження відбувається на кожній з трьох стадій розвитку стосунків. На стадії стимулу, коли чоловік і жінка зустрічаються вперше, формується початкове враження, що стосується зовнішності іншої людини, особистості та інтелекту. Якщо перше враження позитивне, пара переходить до другої стадії - стадії порівняння цінностей. У процесі спілкування партнери повинні зрозуміти чи узгоджуються їх інтереси, установки, погляди та потреби. На фінальній рольовій стадії пара з'ясовує рівень сумісності виконання своїх ролей у шлюбі.

Результати дослідження Д.Адамса показують, що первинний потяг базується на незначних, досить поверхневих характеристиках: фізична привабливість, рівноваженість, комунікабельність та спільні інтереси. Стосунки, які виникають, закріплюються завдяки реакціям соціального оточення, отриманому статусу пари, відчуттям затишку та спокою в ситуаціях, коли партнери разом. Потім пара починає стадію взаємних обов'язків і близькості, що тісніше поєднує партнерів. Вони, вивчають погляди і цінності одне одного, беручи на себе певні обов'язки. На цій стадії пара часто готова до прийняття рішення про одруження.

Теорія сімейних систем робить наголос на тому, що процес утворення пари включає розвиток нової структури стосунків, а також процес взаємного пізнання. Вирішальне значення для утворення пари має завдання визначення та окреслення її нових меж. Поступово партнери визначають свої стосунки з найближчим соціальним оточенням: своїми сім'ями, друзями, одне з одним. У стосунках відбувається низка формальних і неформальних змін, таких як ритуал одруження, який повинний офіційно окреслити нові межі сімейної пари.

### **Лекція 8. Розгляд особистості в дорослому віці**

Проблема психічного розвитку дорослої людини займає чільне місце в сучасних вітчизняних і зарубіжних теоретико-емпіричних дослідженнях. Період дорослості займає більшу частину життєвого шляху людини й охоплює три етапи: молодість, зрілість та старість. Кожен етап дорослості опосередковується накопиченим життєвим досвідом і утвореними індивідуально-типологічними рисами. Тому цілком правильною є точка зору, що з віком індивідуальний розвиток дорослої людини набуває своєрідноіндивідуалізованого характеру. Водночас, інтерес до проблем психології дорослості виник не так давно – у 30-ті роки ХХ століття і був пов'язаний головним чином із пошуком відповіді на запитання про специфіку і сутність навчання дорослих людей, розглядаючи цей віковий період у контексті різних, іноді суперечливих один одному, підходів. Доволі часто в роботах вітчизняних і зарубіжних науковців

зазначається, що період дорослості є певним чином схожим на те, що можна назвати кінцевою ціллю і в той же час завершенням розвитку особистості, оскільки зрілість розглядалася як вік «психологічної скам'янілості», а старість – як вік тотального згасання. Таким чином, розвиваючись фізично і соціально, доросла людина немов би була виключеною з процесу розвитку в його соціально-психологічному значенні. Важливо й те, що психологія дорослості одна з найменш досліджених вікових психологій, оскільки все, що пов'язано з психологією дорослої людини є нечітким, не зрозумілим і суперечливим. Період дорослості як найбільш тривалий етап життєдіяльності людини недостатньо охоплюється увагою сучасними психологами, особливо вітчизняними.

**Доросла особистість – це людина**, що активно опановує і свідомо перетворює природу, суспільство і власну індивідуальність, яка має унікальне динамічне співвідношення просторово-часових орієнтацій, потребо-вольових переживань, змістових спрямувань, рівнів опанування й форм реалізації діяльності. Цим співвідношенням визначається свобода суб'єктного самовизначення особистості в її вчинках і міра відповідальності за їхні (включаючи й підсвідомо непередбачені) наслідки перед природою, суспільством і своїм сумлінням. У контексті вихідних положень багатовимірного розвитку особистості (автор концепції В.Ф. Моргун) усе життя людини розподіляється на чотири основні періоди. Дорослість охоплює третій (пов'язується із працею як «серйозною грою», з амбівалентною орієнтацією на теперішнє, що виявляється у досягненні не тільки професійної майстерності, а й визнання у справі свого життя) і четвертий (переходить у самодіяльність особистості, де домінують такі види діяльності як наставництво, спогади і самообслуговування) періоди. Кожен період має властиву для нього просторово-часову орієнтацію й 5 емоційну забарвленість і складається із трьох стадій – навчання, відтворення, творчості, а кожна стадія – із трьох фаз: моторної, перцептивної і мовленнєво-розумової. Зокрема, для праці дорослого амбівалентна орієнтація на теперішнє, а для самодіяльності людини поважного віку – ностальгічна орієнтація на минуле. Переходи між періодами і фазами відзначаються кризами розвитку особистості, серед яких найвідповідальнішими для періоду дорослості визнаються криза молодості, що визначає перехід до самостійного дорослого життя, та криза зрілості, яка пов'язана з виходом на пенсію і переходом до самодіяльності людини поважного віку. Під час перехідних періодів здійснюється зміна провідних діяльностей і соціальних ситуацій розвитку, завдяки чому особистість переростає попередні і вростає у наступні провідні діяльності і спільноти, набуваючи важливих особистісних новоутворень. Наскільки ці переходи будуть кризовими або психологічно комфортними залежить як від адекватності самооцінки людини, так і від соціального оточення, яке повинно підготувати людину до нового періоду її життя. Можна навести цікаві історичні приклади не подолання та, навпаки, успіхи долаття вікових криз. Так, звертаючись до давньогрецького філософа Емпедокла, один із його співвітчизників констатував: «П'ятдесят років живу я на світі, літ тридцять шукаю всюди розумних людей і ніде не знаходжу їх!» На що мислитель відповів: «Мій друже, розумних знаходять тільки розумні!» Цей приклад свідчить про неуспішне проходження кризи третього віку співрозмовником Емпедокла. Наш славетний філософ і просвітитель Г.С. Сковорода успішно подолав останню кризу свого життя – пошуку сенсу життя і смерті, коли попросив залишити на своїй могильній плиті відомий тепер надпис: «Світ ловив мене, але не впіймав». Утім, навіть за сприятливих умов, не всі люди успішно долають кризові періоди розвитку особистості, найважливішими з яких є екзистенціальні вибори способу життя, справи життя і супутника життя. Ці вибори припадають на юність і молодість, що є перехідними періодами між дитинством і дорослістю людини. Психологія накопичує засоби супроводу цих доленосних виборів людини (Л.Ф. Бурлачук, С.Д. Максименко, Є.О. Клімов, Б.О. Федоришин та ін.). Зокрема, Моргуном В.Ф. у контексті багатовимірної теорії особистості розроблено три психодіагностичних методики, що здатні профілакувати невдачі людини з вибором нездорового способу життя (опитувальник реального, бажаного і фантастичного бюджетів

часу людини), не конгруентної професії (методика багатовимірного аналізу досягнень оптанта з метою профілювання і профорієнтації), несумісність пар, що може призвести до розлучення у шлюбі (багатовимірний опитувальник мотивації кохання) [121]. У перспективі, в моменти доленосних екзистенціальних виборів дорослої особистості (прийом на професійну освіту, прийом на роботу, реєстрація шлюбу), превентивно-профілактичне психологічне обстеження кожної людини повинно стати обов'язковим для майбутньої психологічної служби України. Досліджуючи вікову динаміку, особливості окремих етапів дорослості та взаємозв'язки між ними, не можна абстрагуватися від цілісності життєвого шляху дорослої особистості, історії її індивідуального розвитку в різноманітних соціальних зв'язках. Розкриття проблем дорослості в розвитку можливе лише в тому випадку, якщо всі етапи онтогенезу дорослої людини будуть розглядатися в єдності, а старість, у тому числі й глибока, буде вивчатися як момент індивідуального шляху особистості. У пізнанні дорослої людини, розумінні її особистісних характеристик важливе значення має врахування історичної ситуації. Сучасна людина не тільки придбала нові можливості вибору, новий рівень самосвідомості (наявні дослідження індивідів античності – А.Ф. Лосєв, середньовіччя – Я.А. Гуревич та ін., свідчать про складний шлях набуття людиною особистості), але завдання, що постають на етапі нового тисячоліття, вимагають від неї подальшого розвитку в плані розгортання стосунків, поглиблення самовизначення, «загального дорослішання» через усвідомлення можливостей самоактуалізації. Водночас, постійно зростаючі можливості (визначені досягненнями науки, техніки, медицини, інформатизації тощо) зумовлюють нову ситуацію розвитку дорослої людини, розсовуючи межі її життя. Однією з найбільш актуальних проблем психології дорослості є розширення знань про вікові особливості психофізіологічних функцій дорослої людини шляхом їх мікрівікового аналізу в період росту та інволюції. У цьому контексті особливого значення набуває проблема старості, проблема літньої людини. Серед окремих розділів психології дорослості – геронтопсихологія – є «наймолодшим» напрямом дослідження. Саме зараз ламаються старі уявлення про старість. Усе більше диференціюються два її аспекти – фізичний і психологічний. Старість – закономірний етап у розвитку людини, і все більш очевидною стає можливість подовження людського життя, у тому числі і за рахунок внутрішнього саморозвитку самого індивіда, вироблення його психологічної стійкості проти старіння. Старіюча людина потребує особливої уваги, оскільки сучасне життя у державі супроводжується реформуванням пенсійної системи, що може по-різному на неї впливати. Крім того, відбуваються зміни в її соціальній ситуації розвитку. Вони стосуються найближчого оточення і пов'язані із скороченням чисельності багатопокілних сімей, у наслідок чого старіючі батьки стають самотніми, живуть окремо від дітей та онуків, а також пов'язані зі втратами (найчастіше через смерть) чоловіка або дружини, друзів. Змінюється також і професійний статус особи: вона йде на пенсію, внаслідок чого зазнає корекцій спосіб її життя. У зв'язку із такими змінами старіючі особи, у яких порівняно збережене фізичне та психічне здоров'я, стають важливою соціальною 7 спільнотою, яка вимагає уваги суспільства і потребує подальшого вдосконалення їхньої життєдіяльності. Психологія дорослості займається вивченням того, як з віком змінюється поведінка і досвід дорослої людини. Кінцевою метою чисельних теорій дорослості є вивчення вікової динаміки розвитку людської психіки, онтогенезу психічних процесів і психологічних якостей дорослої особистості, які якісно змінюються в часі. Дослідження, опис і пояснення цих закономірностей визначає коло тих завдань, які вирішує психологія дорослості. Лейтмотивом психології дорослості є тема безперервності, зміни та їх взаємодії на етапах онтогенезу дорослої особистості.

