Психологические и физиологические особенности семиклассников

Возрастные особенности семиклассников (12-15-летних подростков). Старший подростковый возраст не без основания называют критическим. В этот период в формировании личности происходят существенные сдвиги, которые приводят порой к коренному изменению поведения, прежних интересов, отношений.

Переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период физического, умственного, нравственного, социального. Важность подросткового возраста определяется и тем, что в нем закладываются основы и намечаются общие направления формирования моральных и социальных установок личности.

На этапе половой зрелости появляются первые признаки полового созревания, наблюдается активизация деятельности внутренних желез, влияющих на физическое развитие, ускоряется обмен веществ; активый рост трубчатых костей (около 10 см в год); подростки начинают бурно расти, увеличивается окружность грудной клетки; масса тела увеличивается медленнее, хотя пропорции тела сохраняются (ребенок выглядит неуклюжим, угловатым, нескладным: длинные руки, большие ступни, сутулый); изменяется лицо, выделяется нос; у мальчиков выдается кадык, и голова по сравнению с телом кажется маленькой.

Это вызывает и некоторые психологические проявления: подросток осознает свою угловатость, стесняется ее, старается замаскировать свою нескладность – принимает порой неестественные, вычурные позы, пытается бравадой и напускной грубостью отвлечь внимание от своей наружности. Даже легкая ирония и насмешка в отношении его фигуры, позы или походки вызывают часто бурную реакцию, подростка угнетает мысль, что он смешон и нелеп в глазах людей.

Интенсивная деятельность желез внутренней секреции (щитовидной железы) приводит к некоторым скоропроходящим нарушениям в деятельности нервной системы.

Недостаточное насыщение мозга кислородом приводит к торможению и как следствие к изменению функционирования психических процессов, уменьшению объема внимания (способность удерживать в поле зрения несколько объектов одновременно), снижению скорости его переключения (умение перенести внимание с одного объекта на другой), к снижению способности распределения внимания (выполнение одновременно двух и более заданий) и его концентрации (умение работать сосредоточенно).

Нервная система подростка еще не всегда способна выдерживать сильные или длительно действующие монотонные раздражители и под влиянием их часто переходит в состояние торможения или, наоборот, в состояние сильного возбуждения. Так могут действовать на подростка обилие впечатлений, сильные нервные потрясения, долгое ожидание волнующего события и т. д. Одни подростки под влиянием этого тормозятся, становятся вялыми и безучастными, сонливыми, рассеянными; другие – раздражительными, нервозными, начинают нарушать дисциплину, совершать иногда абсолютно несвойственные им поступки.

Резкая смена настроений и психических состояний, повышенная возбудимость, импульсивность, эмоциональная неустойчивость, утомляемость, раздражительность – наиболее яркие особенности проявления изменений в нервной системе и эмоциях, возникающих у подростка.

Важность данного периода в жизни человека объясняется тем, что в это время закладываются основы моральных и социальных установок личности. Почему трудный возраст?

1) происходят многочисленные качественные сдвиги, которые носят характер ломки прежних: особенностей, интересов и отношений (эта ломка происходит чаще всего бурно, неожиданно, скоротечно);

2) изменения в этом возрасте сопровождаются:

а) субъективными трудностями подростка (внутренние переживания, сумятица, физиологические трудности),

б) трудности для родителей и педагогов в воспитании подростков (упрямство, грубость, негативизм, раздражительность и т. д.).

Психологи называют этот возраст – «время 5 НЕ»

НЕ хотят учиться как могут.

НЕ хотят слушать советов.

НЕ убирают за собой.

НЕ делают домашние дела.

НЕ приходят вовремя.

Главная потребность этого возраста – потребность в общении со сверстниками. Общение – это познание себя через других, поиск самого себя, внимание к своей внутренней жизни, самоутверждение личности. Поскольку общение превалирует, то происходит колоссальное снижение мотивации учения. Интерес у подростков ко всему только не к учебной деятельности.

Половые отличия в общении: мальчики менее общительны, девочки тянутся к мальчикам старше себя.

Эмоции и чувства подростка. Эмоциональная сфера имеет колоссальное значение в жизни подростка. Разум отходит на второй план. Симпатии к людям, учителям, учебным предметам, обстоятельствам жизни складываются исключительно на волне эмоций как негативных, так и позитивных. В этом возрасте они любят «купаться» в собственных эмоциях – печали, одиночества, гневе, чувстве вины, эйфории. Подростки исключительно бурно и непосредственно выражают свои эмоции, часто бывают исключительно несдержаны.

Взаимоотношения с взрослыми.

Происходит «отчуждение» от взрослых: меньше близости и доверия в отношениях с родителями, заметно стараются не участвовать в семейных делах;

Демонстративность поведения: скандалы, капризы, грубость по отношению к взрослым. Все это – скрытое требование признать их взрослость и права. Подросток понимает, что его взрослость еще зыбкая, но через демонстративность компенсирует эту неуверенность.

Отстаивание справедливости. Подростки в повседневной жизни обличают взрослых в несправедливости – взрослые требуют то что сами не выполняют. Это связано с тем, что в этом возрасте нравственное развитие приобретает новый смысл, выходящий за рамки реальной жизни (справедливость, любовь, дружба, искренность). Выход из этой ситуации для родителей – не пассивно соглашаться с претензиями детей, а выражать и аргументировано отстаивать собственную позицию.

Что делать?

Разберитесь с правами и обязанностями.

Ваш контроль преподносите как заботу.

Не критикуйте подростка в присутствии других.

Не бойтесь признаваться в своих ошибках.

Объясняйте мотивы своих требований и поощряйте их обсуждение ребенком.

В некоторых ситуациях просите совета (помощи) как у равного или старшего.

Сотрудничайте с учителями.

Относитесь мудро к "срывам" в поведении подростка. Ребенок "портится", чтобы заново испытывать жизнь и себя; "разваливается" - чтобы строить себя по-новому.