

Консультация «Психофизиологические особенности десятиклассников»

Юность – период жизни после отрочества до взрослости (возрастные границы условны – от 15 до 25 лет). Это период, когда человек может пройти от неуверенного, непоследовательного отрока, притязающего на взрослость, до действительного повзросления. В юности у молодого человека возникает проблема жизненных ценностей. Юность стремится зафиксировать свою внутреннюю позицию по отношению к себе, другим людям и моральным ценностям. Именно в этом возрасте человек либо обращается к цинизму, становясь «нравственным пылесосом», либо начинает сознательно стремиться к духовному росту, построению жизни на основе традиционных и новых нравственных ориентаций.

В юности углубляется разрыв между молодыми людьми в сфере ценностных ориентаций и притязаний на признание, способности к рефлексии и в сфере других особенностей, характеризующих личность.

В юности человек стремится к самоопределению как личность и как индивид, включенный в общественное производство, в трудовую деятельность. Поиск профессии – важнейшая проблема юности. Значительная часть молодежи в юности начинает тяготеть к лидерству как предстоящей деятельности. Именно в юности человек погружается в амбивалентные состояния всепоглощающей любви и неудержимой ненависти.

Юноша, обретая потенциал личности, входящий в пору своего второго рождения, начинает чувствовать освобождение от непосредственной зависимости от тесного круга значимых лиц. Эта независимость приносит сильнейшие переживания, захлестывает эмоционально создает огромное количество проблем.

Старший школьный возраст – это только начало юности. Но к моменту окончания школы старшеклассник должен подойти психологически готовым к вступлению во взрослую жизнь.

Понятие психологической готовности к взрослой жизни предполагает в данном случае наличие развитых способностей и потребностей для самореализации. Это прежде всего потребность в общении и владение способами его построения; теоретическое мышление и умение ориентироваться в различных формах теоретического знания (научная, художественная, этическая, правовая) и способности к рефлексии; потребность в труде и владение навыками, позволяющими включиться в деятельность и осуществлять ее на творческих началах. Эти качества образуют психологическую базу для самоопределения школьников – центрального новообразования раннего юношеского возраста.

Все качественно новые особенности личности старшеклассника связаны не столько с формированием психических функций, сколько с кардинальными изменениями в структуре и содержании личности школьника: формирующееся мировоззрение, обобщенная форма самосознания («Я-концепция»), самоопределение (психосоциальная идентичность, поиск смысла жизни, восприятие психологического времени) и другое.

Психологические трудности юношеского возраста.

- Психофизиологический уровень
- Психологический уровень
- Незавершенность физического развития.
- Синдром дисморфофобии (физическая непривлекательность).
- Неустойчивость эмоциональной сферы.
- Высокий уровень личностной тревожности.
- Особенности высшей нервной деятельности.
- Задержка развития теоретического мышления.
- Отсутствие навыков и приемов смысловой памяти, маленький объем оперативной памяти.
- Нереалистичность воображения.
- Несформированность волевой сферы.

На личностном и межличностном уровнях возникают следующие проблемы:

- проблема самосознания;
- проблема личностного роста;
- неадекватный уровень притязаний;
- несформированность жизненных планов;
- несформированность потребностей;
- несовпадение учебных и профессиональных интересов;
- низкая социальная активность при стремлении к социальному одобрению и так далее.

Средний интеллектуальный уровень в старшей школе оказывается сравнительно высоким. В результате бывший отличник может неожиданно для себя оказаться средним или даже слабым учеником. А бывший «твердый семёрочник» – неуспевающим. Родители не всегда задумываются об этом и часто не понимают, почему вдруг их ребенок становится мрачным, подавленным или, напротив, злобным и агрессивным.

Дело же в том, что при резкой смене критериев оценок, при потере привычного статуса в группе сверстников возникают значительные (и, что самое главное, часто неосознаваемые) сдвиги в области самооценки, отношения к себе, происходит как бы разрыв преемственности в становлении идентичности, в сфере основных переживаний человека, связанных с осознанием самого себя. Часто это ведет к развитию разного рода защитных механизмов, которые позволяют человеку сохранять привычную высокую самооценку, привычное отношение к себе за счет искажения субъективного восприятия действительности и самого себя, что выражается внешне в неадекватном поведении, в снижении конструктивности поведения, в возникновении аффективных реакций, а также чувства подавленности, депрессии и прочих самых разных проявлениях. Возникает то, что принято называть социально-психологической дезадаптацией.

Такое состояние ребенка требует индивидуальной помощи от психолога.

Другая нередко встречающаяся в 10 классе проблема – *установка на продление моратория*. После напряженного 9 класса с его заботами и проблемами завершения неполного среднего образования и перехода к новому этапу и в преддверии напряженного периода окончания полной средней школы и поступления в вузы многие юноши и девушки «расслабляются», они как бы впадают в беззаботное детство: неожиданно на первый план выступает общение со сверстниками (как у подростков), снижается интерес к учебе, а повышается к спорту, досугу и всему, что – не учеба и не работа. Это можно понять.

Более того, по-видимому, для многих такой мораторий просто необходим как отдых, как передышка. Более того, опыт такого широкого и разнообразного взаимодействия с окружающей действительностью, даже опыт насаждения новой «почти взрослой» жизнью, не связанной с одной только учебой, имеет огромное развивающее значение в этом возрасте.

К основным критериям дезадаптации старших школьников относят: отклонения в соматическом здоровье, отсутствие желания учиться, агрессию, повышенную возбудимость, конфликтность с родителями, учителями и сверстниками, побеги из дома, чувство собственной неполноценности, упрямство, неадекватные страхи и неуверенность в принятии решения, сверхчувствительность, неспособность сосредоточиться на работе, частые эмоциональные расстройства, заметная уединенность, чрезмерная угрюмость и недовольство, завышенная самооценка.

Рекомендации родителям

- Понять, что зрелость и ранняя юность - это два разных мира. Нужно время, чтобы ребенок увидел себя взрослыми глазами.
- Не отрицать, что существуют различные факторы риска дезадаптации десятиклассника. Их необходимо осознавать и помогать своему ребёнку совместно с педагогами, при необходимости обращаться к школьному психологу.

- Понять, что сегодняшний результат ребенка - это и наш с Вами результат. Адекватно оценивайте достижения и неудачи ребенка, будьте к ним причастны.
- Опирайтесь на знания возрастной психологии, давать практические советы, вселять уверенность в завтрашнем дне.
- Безусловно принимать ребёнка - не смотря ни на что (успехи и неудачи), тогда ребёнок и в школе, и дома будет чувствовать себя уверенно, спокойно, не будет бояться будущего.
- Ставить ребенка в позицию личностного профессионального самоопределения (решения задач выбора определенного места в обществе).
- Не бороться с плохими школьными оценками, понимать причины их появления, оказывать помощь и поддержку в решении образовательных проблем.
- Согласовывать притязания ребенка на будущее с его возможностями (высшее образование еще не является для нашего государства всеобщим).
- Осуществлять непрерывный контроль результативности обучения ребёнка по различным предметам, анализировать динамику учебных успехов.
- Обеспечивать единство педагогических требований в семье к ребёнку, оценке его учебного труда и результатов личностного роста.