

## Физиологические и психологические особенности десятиклассников

**Ведущая деятельность** – учебно-профессиональная.

**Новообразование возраста** – самоопределение (профессиональное и личностное).

### Познавательное развитие и учебная деятельность

Интерес к школе и учению у старшеклассников заметно повышается, **учение приобретает непосредственный жизненный смысл**, связанный с будущим. Возникает **выраженный интерес к различным источникам информации** (интернету, книгам, кино, телевидению). Усиливается **потребность в самостоятельном приобретении знаний**, познавательные интересы приобретают широкий, устойчивый и действенный характер, растет сознательное отношение к труду и учению. Индивидуальная направленность и избирательность интересов связана с жизненными планами.



Происходит **совершенствование памяти** школьников. Увеличивается объем памяти, меняются способы запоминания. У старших школьников наблюдается широкое применение рациональных приемов произвольного запоминания материала.

Старшие подростки приобретают **метакогнитивные умения** (такие, как текущий самоконтроль и саморегуляция), которые, в свою очередь, влияют на эффективность их познавательных стратегий. Совершенствуется владение сложными интеллектуальными операциями анализа и синтеза, теоретического обобщения и абстрагирования, аргументирования и доказательства. Для юношей становятся характерными установление **причинно-следственных связей, систематичность, устойчивость и критичность мышления, самостоятельная творческая деятельность**. Возникает тенденция к обобщенному пониманию

мира, к целостной и абсолютной оценке тех или иных явлений действительности.

**Собственные мысли, чувства, поступки** становятся предметом его мысленного рассмотрения и анализа. Юноши склонны к **формулированию широких философских обобщений**, к теоретизированию и выдвижению гипотез, часто на ограниченном фактическом основании, без знания предпосылок. Проявляется способность различать противоречия между мыслями, словами и поступками, оперировать идеальными ситуациями и обстоятельствами. Появляются возможности для создания **идеалов** (семьи, общества, морали или человека), для сравнения их с реальной действительностью, попыток их реализации.

### **Личностное развитие**

Психологической особенностью раннего юношеского возраста является устремленность в будущее. Важнейшим фактором развития личности в ранней юности является стремление старшеклассника строить жизненные планы, осмысливать построение жизненной перспективы.

Предварительное самоопределение, построение жизненных планов на будущее — центральное психологическое новообразование юношеского возраста. Основой для планирования человеком собственного будущего является существующая в обществе модель «типичного жизненного пути» члена данного общества. Эта модель закреплена в культуре, системе ценностей общества, в ее основу положен принцип своевременности: в какое время субъект должен уложиться, чтобы социально «успеть», в нужное время сделать следующий шаг.

У старшеклассников жизненные планы зачастую еще весьма расплывчаты и не вычлняются из мечты. Старшеклассник просто воображает себя в самых разнообразных ролях, соизмеряет степень их притягательности, но не решается окончательно выбрать что-то для себя и часто ничего не делает для достижения задуманного.

В юности вырабатываются ценностные ориентации, складывается мировоззрение как система обобщенных

представлений о мире в целом, об окружающей действительности и других людях и самом себе и готовность руководствоваться им в деятельности. Открывающиеся возможности настраивают подростков на поиск перспективы и жизненного смысла. Появляется заинтересованное, взволнованное отношение к личному смыслу жизни. Активно развивается в юности сфера чувств. Направленность на будущее, ощущение расцвета физических и интеллектуальных возможностей, открывающихся горизонтов создают у юношей оптимистическое самочувствие, повышенный жизненный тонус.

### **Эмоциональное развитие**

Общее эмоциональное самочувствие становится более ровным, чем у подростков младшего возраста. Однако юность — это и период, которому свойственны противоречивые переживания, внутреннее недовольство, тревожность, метания, но они менее демонстративны, чем в более раннем возрасте. Эмоциональная сфера в юности становится значительно богаче по содержанию и тоньше по оттенкам переживаний, повышается эмоциональная восприимчивость и способность к сопереживанию.

Юноши нуждаются в общении с близкими взрослыми, в обращении к их жизненному опыту в решении проблемы самоопределения, но эффективное взаимодействие возможно только в условиях сотрудничества на основе взаимопонимания и взаимоподдержки.

Смысл доверительного общения со взрослыми для старшеклассников состоит в возможности найти понимание своих проблем, сочувствие и помощь в их решении. Доверительность в общении как уважение к личности молодого человека, как вера в его потенциальную способность справиться с жизненными трудностями — важнейшая основа для новой гармонии родительско-детских отношений.

### **Межличностное общение**

Общение со сверстниками продолжает играть большую роль в жизни юношей. Происходит увеличение потребности в общении, увеличение времени на общение и расширение его круга. Параллельно с расширением сферы общения происходит и углубление, индивидуализация общения. У молодых людей развивается способность устанавливать дружеские отношения, более избирательные, тесные и глубокие. Поиск друга начинается уже в подростковом возрасте, но юношеская дружба интимнее и стабильнее. Дружба характеризуется верностью, близостью и устойчивостью. Другу можно «излить душу», с ним можно поделиться своими переживаниями, секретами и надеяться на совет, взаимопонимание, эмоциональное тепло, искренность. Это первая самостоятельно выбранная глубоко личная привязанность, предваряющая и в какой-то степени предвосхищающая другие привязанности, в частности любовь. Дружба и приятельство различаются самими молодыми людьми, число друзей обычно невелико.

Однако юношеская дружба имеет свои сложности: свойственные возрасту требовательность и критичность по отношению к другому, бескомпромиссность, повышенная эгоцентричность порождают болезненные трудности и напряженность во взаимоотношениях со значимыми и близкими сверстниками. В ранней юности сильнее по сравнению с предыдущими возрастными этапами проявляется потребность в уединении. Коммуникативное уединение представляет собой общение с неким идеальным партнером, со своим Я, с представляемыми лицами. В уединении юноши и девушки проигрывают роли, которые им недоступны в реальной жизни. Они делают это в играх-грезах и в мечтах, по преимуществу рефлексивных и социальных.

Первая любовь также в определенной мере следствие стремления молодых людей к эмоциональному контакту, душевной близости, к пониманию. Проявления любви в юношеском возрасте обычно принимают форму симпатии, увлечения, влюбленности или

же форму дружбы-любви. Во всех своих проявлениях первая любовь — это важное испытание в юности, во многом влияющее на развитие личности. Юношеская любовь — здоровое чувство, и педагоги и родители должны относиться к ней с уважением, а не пытаться «пресечь зло».

В большинстве случаев возникающее чувство любви вызывает у юношей стремление преодолеть свои недостатки, выработать положительные качества личности, развиться физически, чтобы привлечь внимание объекта своего чувства; любовь воспитывает благородные чувства и стремления. Конечно, половое созревание придает сексуальную окраску юношеским переживаниям и интересам, хотя юношеской любви еще далеко до зрелой любви взрослых, в которой гармонически сочетаются половое влечение и потребность в глубоком личностном общении, слиянии с любимым человеком. У юношей и девушек эти два влечения созревают не одновременно. Хотя девушки раньше созревают физиологически, у них на первых порах потребность в нежности, ласке выражена сильнее, чем в физической близости. У юношей, наоборот, в большинстве случаев раньше появляется половое влечение, а потребность в духовной интимности возникает позднее.

### **Рекомендации родителям**

*1. Будьте способны понять, принять, посочувствовать, оказать поддержку.* Никто не хочет в ответ на свою правду получить критические замечания, злую шутку в свой адрес. Правду о себе люди несут только тем, кто способен её принять, кто может предложить решение проблем или искреннее сочувствие. Именно этого подростки ждут от своих родителей и учителей, но часто получают обратную реакцию, которая ведёт к потере взаимопонимания и доверия между близкими людьми. Если у вас не получается принять ребёнка таким, какой он есть, поддержать в сложной ситуации, то он перестанет быть с вами искренним, т.к. он нуждается не в критике, а в понимании и сочувствии.

*2. Учитесь правильно выражать свои эмоции, постарайтесь не устраивать сцен и скандалов по поводу неудачных действий ваших детей, не прибегайте к физической силе, показывая тем самым своё*

бессилие. Если взрослые люди способны прийти в ярость от неприятного известия, то дети не просто не сообщат вам о нём, но сделают всё, чтобы скрыть от вас правду. В результате вы узнаете правду самыми последними и как правило только тогда, когда уже ничего нельзя исправить.

3. *Не предъявляйте к ребёнку завышенных требований.* Совершенно естественно ждать успехов от подростков, но нужно научиться справляться и с его неудачами.

4. *Не торопитесь искать виноватых.* Попытка найти виноватого к действительному решению проблем никогда не приведут, но отнимут у вас силы и время.

5. *Не афишируйте свою беспомощность.* Надо научиться решать проблемы, не приходя в ужас от их количества.

6. *Не торопитесь наказывать детей,* иначе правда для ребёнка теряет всякий смысл, если с помощью молчания можно избежать наказания.

7. *Не будьте унылыми пессимистами.* С печалью и тревогами обычно не ходят к пессимистам, т.к. пессимизм бывает очень заразительным, и тогда любая пустяковая проблема становится неразрешимой.

8. *Учитесь радоваться чужим и своим победам и учите этому своего ребёнка.*

9. *Старайтесь говорить правду своим детям, они очень чутко распознают ложь.* Старайтесь вести себя так, чтобы дети не боялись говорить вам правду, и тогда её вам скажут.

10. *Применяйте определённые приёмы общения со старшими подростками:*

- рассказ об аналогичном поступке,
- обращение по неизвестному адресу,
- остроумная шутка, ответ, замечание,
- Приём парадокса,
- приём незамеченного оскорбления,
- Авансирование доверием, похвалой,
- приём незаслуженного одобрения,
- приём моральной поддержки и т.п.

Педагог – психолог Ю.И. Шустова

luuk1788@gmail.com

whatsapp89892977167

