

Физиологические и психологические особенности семиклассников

Седьмой класс – это время полового созревания и ускорения физического развития. Этот период - время больших возможностей и больших опасностей. Ребенок как бы заново знакомится с собой, что во многом связано с происходящими физическими изменениями, ощущениями собственных новых возможностей. В седьмом классе возникают первые влечения (часто неосознанные), новые переживания, потребности и интересы. Возникает желание любить и быть любимым, появляется особый новый интерес к этой сфере человеческих отношений. Наиболее частыми в этот возрастной период являются жалобы родителей на чрезмерное внимание подростков к своей внешности. Нередко именно поведение взрослых, их нежелание понимать закономерность происходящего с их детьми рождает глубокие, серьезные переживания у подростков, создает основу для их конфликтов со взрослыми.



Проблема внешности – одна из самых важных и болезненных для подростка. И чаще всего он своей внешностью недоволен. Подлинные или мнимые недостатки внешности – неуклюжесть, избыточный вес, слишком короткий или слишком длинный рост, прыщи и т.п. – все это основания для очень тяжелых переживаний подростков. Особенно тяжелы они потому, что им кажется, что так будет всегда – эти недостатки будут сопровождать их теперь всю жизнь. Внешность – чрезвычайно значимая часть Я – всегда открыта для оценки со стороны окружающих, и подросток постоянно ждет с их стороны отрицательной оценки. С этим связана особая подростковая застенчивость. Сравнение себя с другими – это основной механизм развития самооценки подростка, и в этот период он особенно значим и силен. Сильные отклонения в физическом развитии от бытующего среди подростков «стандарта» относятся к факторам риска. Такие подростки, подвержены

неблагоприятным влияниям, у них чаще формируется негативная самооценка, негативная Я-концепция, отмечается большая зависимость от окружения – в формах подчинения ему или бунта против него. **Главная задача взрослых в этот период** – сделать так, чтобы подросток понимал, что с ним происходит, и осознанно решал встающие перед ним проблемы. В этом возрасте важно укрепить у ребенка чувство собственного достоинства, самоуважения, развить представление о себе, помочь ему улучшить отношения со сверстниками своего и противоположного пола.

Важнейшим содержанием психического развития подростков является развитие самосознания (интерес к собственной личности, выявление своих возможностей и их оценка). **Центральным новообразованием** этого возраста является возникновение чувства взрослости. Происходит сознательное усвоение ценностей и норм поведения.

Особенности познавательной деятельности

В подростковом возрасте происходит изменение характера познавательной деятельности: появляется способность к более сложному аналитико-синтетическому восприятию предметов и явлений, формируется способность самостоятельно мыслить, рассуждать, сравнивать, делать относительно глубокие выводы и обобщения развивается способность к абстрактному мышлению, интенсивное развитие произвольной памяти. Значимой особенностью мышления подростка является его критичность (у ребёнка появляется своё мнение, которое он демонстрирует как можно чаще, заявляя о себе).

Основные задачи развития

Остановимся подробнее на основных задачах развития в этот период:

- формирование нового уровня мышления, логической памяти, избирательного, устойчивого внимания;
- формирование широкого спектра способностей и интересов, выделение круга устойчивых интересов;

- формирование интереса к другому человеку как к личности;
- развитие интереса к себе как к личности, формирование первых навыков самоанализа;
- развитие чувства взрослости;
- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников и способов их взаимопонимания;
- развитие моральных чувств, форм сочувствия и сопереживания другим людям;
- формирование представлений о происходящих изменениях, связанных с половым созреванием.

Возможные нарушения в развития личности в подростковом возрасте.

«Аффект неадекватности» – искажение самооценки, при котором человек видит только свои успехи, неудачи не замечаются и не анализируются.

«Дефицит успеха» – ребенок считает успех случайным, не верит в свои силы.

«Задержка развития интеллекта», но возможен «эффект внезапного пробуждения интеллекта» – резко и быстро сформировавшаяся мотивация учения.

Особенности развития эмоциональной сферы подростка:

- большая эмоциональная возбудимость, устойчивость эмоциональных переживаний;
- повышенная тревожность;
- противоречивость чувств;
- возникновение переживания по поводу самооценки, завышенная самооценка, преувеличение своих способностей.
- сильно развитое чувство принадлежности к группе;
- предъявление высоких требований к дружбе;
- обостряется противоречие между богатством желаний, с одной стороны, и ограниченностью сил и жизненного опыта с другой.

Причины конфликта подростка и взрослого

Благополучная форма перехода к новому типу отношений с подростком возможна, если взрослый сам проявляет инициативу и перестраивает свои отношения. Если взрослый не изменяет отношения, то подросток сам становится инициатором перехода к новому типу отношений.

Сопrotивление взрослому вызывает сопротивление подростка в виде различных форм непослушания и протеста. Конфликт может продолжаться пока взрослый не изменит своего отношения к подростку.

Расширение прав и обязанностей подростка необходимо, как этап развития социальной взрослости. При таких условиях подросток может научиться «по-взрослому» действовать, думать, общаться с людьми. В противном случае привлекательными для подростка могут стать внешние проявления взрослости, как наиболее легко достигаемые (курение, употребление спиртного, приемы кокетства, специфический лексикон и другие).

Конфликтные отношения ведут:

- К отчужденности подростка. Эмансипации.
- К убеждению в несправедливости взрослого. К убеждению, что взрослый не может его понять.
- К сознательному неприятию требований взрослых. На замечания, оскорбления, угрозы подросток ответит грубостью, скрытностью, неподчинением или лживостью.
- Чем он больше недоволен родителями, взрослыми, тем сильнее нужны друзья, тем сильнее их влияние на него.

Конструктивное общение с подростком

- Трудности в общении могут отсутствовать, если отношения взрослого и ребенка имеют форму дружбы и содержательного сотрудничества, взаимного уважения, доверия, помощи.
- Необходимо найти такую степень самостоятельности, которая соответствовала бы возможностям ребенка.
- Давайте ребенку право голоса.
- Выражайте ему свое доверие, сотрудничайте, дружите

- Опирайтесь на положительное в подростковом возрасте, подчеркивайте положительные черты характера ребенка, выражайте уверенность в его хороших качествах.
- Научите ребенка видеть в себе позитивное.
- Больше проявляйте и объясняйте свои чувства, чтобы он вас понял и принял вашу позицию.

Как общаться с подростком? Правила эффективного общения родителей с подростком

- Диалог – обладает наибольшим воспитательным влиянием. Выслушивайте. Аргументируйте свои требования.
- Больше проявляйте и объясняйте свои чувства, чтобы он вас понял и принял вашу позицию.
- Принимая взрослость и самостоятельность подростка – не сводите ее к вседозволенности. Говоря «нет» – держите слово.
- Учите подростка самого справляться со своими трудностями. Учите постановке цели, очередности их достижений.
- Самое важное для ребенка - общение. Разговаривайте с ним каждый день, обсуждайте, что интересного произошло в течение дня.
- Не выпытывайте у него информацию, лучше организуйте диалог, расскажите о своих проблемах, таким образом, подавая ребенку пример самораскрытия. Чаще обсуждайте с ним разные вопросы семейной жизни.
- Слушая подростка, дайте ему понять и почувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием, о котором он вам рассказывает. Для этого выслушайте ребенка, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Благодаря этому ребенок убедится, что вы его слышите, сможет услышать самого себя как бы со стороны, лучше осознать свои чувства, убедиться, что вы его правильно поняли.
- Во время разговора с ребенком, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют нас, что у них все в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимика не совпадают, всегда отдавайте предпочтение мимике,

- выражению лица ребенка и т.д. Поддерживайте и подбадривайте ребенка без слов, улыбнитесь, подмигните, посмотрите в глаза, возьмите за руку.
- Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он рассказывает.

Педагог – психолог Ю.И. Шустова

luuk1788@gmail.com

whatsapp 89892977167

Педагог – психолог Ю.И. Шустова

luuk1788@gmail.com

whatsapp 89892977167