

*УДИВИТЕЛЬНЫЙ МИР ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ ДЛЯ
КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ*

WWW.AINNOVA-TEST.RU

УТВЕРЖДЕНО
ЭКСПЕРТНЫМ СОВЕТОМ
«АКАДЕМИИ ИННОВАЦИЙ»

Психологические и возрастные особенности обучающихся 10-11 классов



«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

**НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И
ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

Из всех периодов развития человека, самым проблемным, трудным и наиболее опасным является **подростковый возраст.**

Разные исследователи называют возраст 15-17 лет ранним «юношеским», «старшим подростковым», «отроческим».

Подростковый возраст

является экстремальным периодом в жизни стремительно взрослеющего ребенка и его родителей.

Это репетиция самостоятельной жизни, время бурного роста и становления личности, самоутверждения и активного поиска себя.

Но вместе с тем это период, когда закладываются фундаментальный основы личностного и профессионального самоопределения.



Новообразование



- становление самосознания и устойчивого образа «Я»;
- открытие своего внутреннего мира;
- осознание своей индивидуальности и неповторимости;
- активный мировоззренческий поиск — смысла жизни.

Юношеский возраст по сравнению с подростковым характеризуется повышением уровня **самоконтроля и саморегуляции.**

Однако в этот период растущему человеку еще свойственна изменчивость настроения с переходами от безудержного веселья к унынию.

В этом возрасте дети начинают подвергать сомнению ценности своей семьи, сравнивать их с другими.

Главным социальными задачами этого возраста становятся выбор профессии и подготовка к созданию семьи.



В 17 лет, по мнению многих ученых и мыслителей, человек как бы рождается второй раз – **как личность.**

Он познает и сознает свою индивидуальность.

На пороге самостоятельной жизни человек ищет свой выбор – кем быть? и каким быть? Он психологически готов вступить в самостоятельную жизнь.

С окончанием школы, с началом трудовой деятельности начинается новая эпоха в жизни человека.



Ведущая деятельность в юношеском возрасте - познавательная.

- Проявляется большая избирательность к учебным предметам и одновременно — интерес к решению самых общих познавательных проблем и к выяснению их мировоззренческой и моральной ценности.
- Изменяется отношение и к отметке
- Мышление учащихся приобретает личностный эмоциональный характер.



Отношения со сверстниками



В этом возрасте особую ценность приобретает понятие дружбы.

Отсутствие друзей воспринимается как недостаток.

Одной из главных функций юношеской дружбы является поддержание самоуважения личности. Более того, дружба выступает как своеобразная форма психотерапии, эмоциональная поддержка, в результате которой укрепляются жизненные позиции.

Типичным проявлением дружеской психотерапии являются телефонные разговоры.

Любовь в юности — сильное, но не очень продолжительное эмоциональное переживание, хотя иногда оно переходит в серьезную, постоянную привязанность.



Отношения со взрослыми

Высокая степень автономии от старших, прежде всего родителей и учителей. Общение со взрослым ценится только в том случае, если оно имеет **доверительную форму**. Реальность такова: общение со сверстниками имеет доверительный характер в 88 % случаев, с родителями — в 29 %, преимущественно с матерями.



Отсутствие доверительных отношений со взрослым, в том числе с учителем, в этом возрасте — одна из главных причин тревожности, которую испытывают старшие школьники. Для них невыносимо вмешательство в личные дела извне, тем более — принуждение, однако за тактичную помощь они будут благодарны. Психологами выявлена прямая зависимость между стилем родительского воспитания и уровнем тревожности. Так, наиболее стрессогенными стилями родительского воспитания являются:

- отсутствие позитивного интереса со стороны матери;
- директивность матери при навязывании ребенку чувства вины;
- враждебность отца;
- непоследовательность в воспитании.

Таким образом, при ярко выраженном стремлении к независимости сохраняется глубинная связь с родителями и потребность в психологической поддержке с их стороны.



Особенно в подростковом возрасте важно получать от родителей теплые чувства в полной мере.



Подростки - это еще не взрослые, но уже и не дети. И чтобы их любить, надо признать перемены, в которые они вступают . В воспитании подростков нет ничего важнее, чем учиться эффективно, удовлетворять потребности подростка в эмоциональной любви.

Можно выделить:

- 1. Слова поощрения**
- 2. Прикосновения**
- 3. Время**
- 4. Помощь**
- 5. Подарки**

Юношеская депрессия

Специалисты по юношеской психиатрии считают, возраст 14—18 лет представляет собой критический период для возникновения депрессивных ситуаций.

Юношеская депрессия скрывается за показной скукой, агрессивностью, беспокойным поведением, ипохондрией, капризами или недозволенным поведением вплоть до противоправных поступков.

Депрессия в этом возрасте бывает двух видов:



Первый — это безразличие и чувство пустоты. При этом самочувствие таково, что возникает ощущение, что детство уже кончилось, а взрослым человек себя еще не чувствует. Такое состояние напоминает чувство скорби по утраченному человеку, близкому настолько, что его воспринимают как часть самого себя. Данный вид депрессии наименее продолжителен и имеет благоприятный исход.

Второй вид депрессии возникает вследствие полосы жизненных поражений. Старшеклассник изо всех сил старается решить поставленные задачи и возникшие проблемы, добиться значимых целей, но безуспешно. Возможно, окружающие не могут или не хотят понять, чего он хочет и в какой поддержке он нуждается. Тогда приходит осознание, что его или ее потенциальные возможности ограничены, а вместе с ним — мысль о самоубийстве. Примерно 20% людей в этом возрасте думают о самоубийстве.

К концу юношеского возраста на первый план выступают “кризис оторванности”, чувство изоляции от мира, одиночества, с которыми юноши и девушки не всегда способны справиться самостоятельно.



Причины суицидальных попыток



- дефицит общения со сверстниками
- безразличие со стороны родителей и друзей, неурядицы в семье и трудности в школе, психологическая неподготовленность к раннему половому созреванию;
- депрессия, вызванная потерей объекта любви, любимого человека, сопровождается печалью, подавленностью, потерей интереса к жизни;
- восприимчивость и нестабильность подростка;
- чувство вины, страха, враждебности.

Предполагается, что одна из главных причин служит неумение подростков почувствовать себя равноправными членами подростковой общности, а также непонимание со стороны окружающих и чувство одиночества.

Родителям следует понимать...



Если скандал разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать, сознавая свою правоту. Ваша задача по сути в споре с подростком – не доказать свою правоту или авторитет, а оградить ребенка от беды! А подросток очень часто видит перед собой задачу – любым способом доказать право на свое мнение и добиться уважения собственных родителей.

На что стоит обратить внимание родителям:

Словесные маркеры

(высказывания ребенка):

Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «Хочу умереть!», «Ты меня больше не увидишь!», «Я этого не вынесу!», «Скоро все это закончится!».

Шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни («Никто из жизни еще живым не уходил!»).

Уверения в своей беспомощности и зависимости от других («Если с ней что-то случится, то я не выживу, а пойду вслед за ней!», «Если он меня разлюбит, я перестану существовать!» и т.п.).

Прощания.

Самообвинения («Я ничтожество! Ничего из себя не представляю», «Я гениальное ничтожество. Если, как говорит один хороший человек, самоубийство, это естественный отбор, то почему же я не убьюсь, наконец?» и т.п.).

Сообщение о конкретном плане суицида («Я принял решение. Это будет сегодня, когда предки уедут на свою дачу. Алкоголь и таблетки я уже нашел» и т.п.).

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ признаки:

Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами.

Демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие, как:

- в еде – есть слишком мало или слишком много;
- во сне – спать слишком мало или слишком много;
- во внешнем виде – стать например неряшливым;
- в школьных привычках – пропускать занятия, не выполнять д.з., избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;
- замкнуться от семьи и друзей;
- быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.

Что делать?

Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. А не осуждение и порицание. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.

Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.

Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным жалобам и обидам такого ребенка. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он и ли она могут не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в тоже время находиться в состоянии глубокой депрессии.

Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказывать свои проблемы.

Поддерживайте своего ребенка и будьте настойчивы. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны четкие утвердительные указания. Осознания вашей компетентности, заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору.

Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, священников, психологов, к которым можно обратиться. В противном случае обратитесь к ним сами, чтобы вместе разобрать стратегию помощи.



НА САЙТЕ

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

ВЫ МОЖЕТЕ ПРОЙТИ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ И ГРУППОВЫЕ ТЕСТЫ

ТЕСТ "АДАПТАЦИЯ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ" ДЛЯ 10 КЛАССОВ

ТЕСТ «ВАШ ИНТЕЛЛЕКТ»

ТЕСТ «УРОВЕНЬ ВОСПИТАННОСТИ»

ТЕСТ «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ»

ТЕСТ «СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ»

ТЕСТ «КАК Я ЧУВСТВУЮ СЕБЯ В ШКОЛЕ»

ТЕСТ «ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ-2»





ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА САЙТ
«АКАДЕМИИ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
ТЕСТИРОВАНИЯ»

WWW.AINNOVA-TEST.RU

Мы в социальных сетях:
<https://vk.com/ainnova>

