

СТАРШИЙ-ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ!



Анатомо-физиологические особенности детей старшего школьного возраста

- ▣ Дети старшего школьного возраста (от 12 до 18 лет) иначе именуются отроками, или подростками. Этот период жизни ребенка характеризуется резким изменением работы эндокринных желез. Для девочек это время быстрого полового созревания, для мальчиков – начала этого процесса. Данный период характеризуется завершением формирования личности ребенка.



- ▣ Заканчиваются физические изменения в организме, следствием чего является большая психическая и эмоциональная нагрузка. На этом фоне типичны подростковые недомогания: головокружения и головные боли, вызванные пониженным тонусом сосудов головного мозга – вегетососудистой дистонией. Также типичными для данного возраста являются заболевания желудочно-кишечного тракта: гастриты, дуодениты, язвенная болезнь.



К числу анатомо-физиологических особенностей детей старшего школьного возраста относятся следующие.

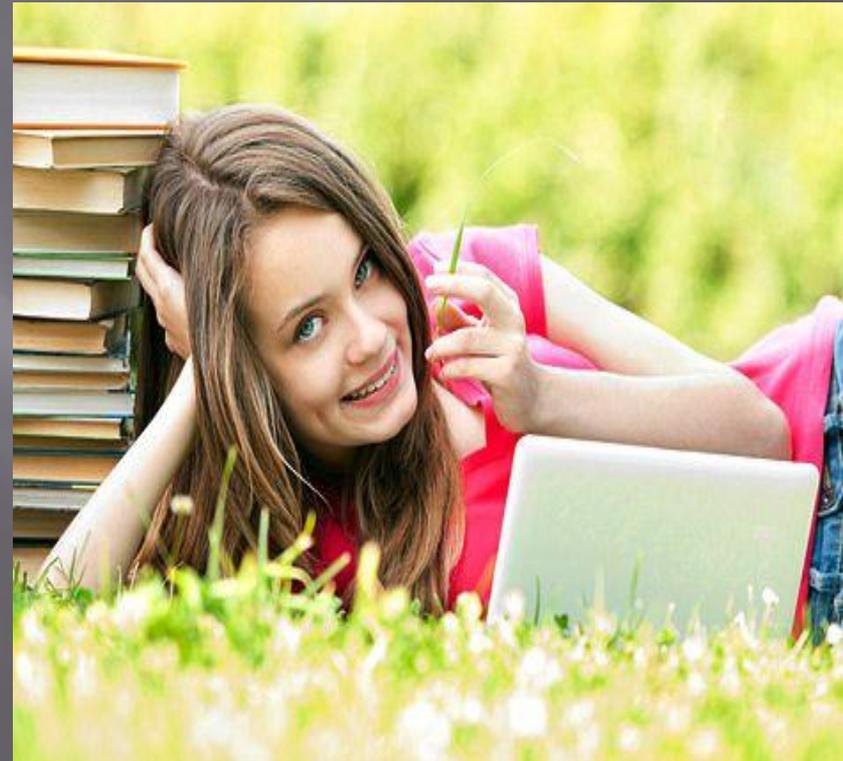
- ▣ 1. Строение грудной клетки, таза и костной системы в целом схоже с их строением у взрослых. Заканчивается окостенение скелета, поэтому неправильно сросшиеся переломы, искривления позвоночника, костей рук и ног после рахита и другие недостатки исправить очень трудно или вообще невозможно.
- ▣ 2. Сердечно-сосудистая система по своим характеристикам также приближается к строению у взрослых людей. Частота пульса – примерно 60–80 ударов в минуту, артериальное давление – 120/70 мм рт. ст.



3. Продолжаются изменения в эндокринной системе. В связи с этим происходят следующие физиологические изменения:



- – у девочек: в 12–13 лет происходит увеличение грудных желез, проявляется пигментация сосков, начинаются менструации; в 13–14 лет начинается рост волосяного покрова в области подмышек, менструации отличаются нерегулярностью; в 14–15 лет происходит изменение формы ягодиц и таза, которые приобретают форму, характерную для взрослых женщин; в 15–16 лет появляется угревая сыпь, обусловленная неправильной работой эндокринной системы в период полового созревания, менструации регулярны; в 16–18 лет заканчивается рост скелета;



- ▣ - у мальчиков: в 11-12 лет увеличивается предстательная железа, ускоряется рост гортани, после чего происходит ломка голоса; в 12-13 лет начинается рост половых органов, появляется волосяной покров на половых органах; в 13-14 лет темп роста и развития половых органов увеличивается, в околососковой области появляется уплотнение, начинает ломаться голос; в 14-15 лет завершается изменение голоса, появляются волосы на лице, наблюдается первая эякуляция; в 15-16 лет начинается созревание половых клеток - сперматозоидов; в 16-17 лет продолжается и даже усиливается рост волос по всему телу, происходит окончание созревания сперматозоидов; в 17-21 год рост скелета останавливается.



- ▣ 4. Для развития нервной системы характерно формирование и улучшение нервно-психической деятельности, ребенок отвлекается от наглядно-образного мышления и отдает предпочтение абстрактному мышлению.



Особенности роста и развития:

- ▣ Происходит резкое увеличение антропометрических размеров тела, особенно длинных, – пубертатный ростовой скачок за счет удлинения туловища и конечностей. Скорость роста у девочек в 12 лет – 9 см в год; у мальчиков в 14 лет – 10 см в год; затем отмечается замедление роста у девочек в 16–17 лет, у мальчиков в 18–19 лет и прекращение роста у девушек – 18 лет, у юношей – 20–25 лет. Происходит изменение пропорций тела: увеличиваются поперечные и обхватные размеры тела. В этот возрастной период дистальные отделы рук и ног непропорциональны. Отмечается угловатость, неловкость, резкость движений. Характерен индивидуальный тип биологического созревания. Происходит развитие вторичных

Особенности ЦНС

- Центральная нервная система в этот возрастной период «вынуждена» функционировать в неоптимальном режиме гормональных влияний. Наблюдается снижение регуляторных функций высших отделов мозга, что имеет функциональный, преходящий характер. К подростковому периоду завершается группировка нейронов различного типа в коре головного мозга, отмечается совершенствование региональной специфичности. Характерно изменение соотношений между корой больших полушарий головного мозга и подкорковыми областями в сторону преобладания подкорки, повышение активности диэнцефальных структур. Отмечается избыточная функциональная активность органов и систем на ранних стадиях полового созревания вследствие неустойчивости вегетативной регуляции.

Нервно-психическое развитие:

- ▣ формирование теоретических обобщений; психосоциальное развитие; рост самосознания; стремление к самостоятельности и самоутверждению; формирование воли, сознательности, нравственности, гражданственности; эмоциональная неустойчивость (пик у мальчиков – 11–13 лет, у девочек – 13–15 лет). В этот период характерно проявление полярных качеств психики: целеустремленность и настойчивость могут сочетаться с импульсивностью и неустойчивостью; повышенная самоуверенность и запелляционность в суждениях может сменяться легкой ранимостью и неуверенностью в себе. Возвышенность чувств уживается с сухим рационализмом, циничностью, враждебностью и даже жестокостью. Происходит становление характера. переход от опекаемого взрослыми

- ▣ В 11–13 лет наблюдается дезинтеграция основных свойств внимания вследствие сдвига баланса корково-гипоталамических отношений. По завершении полового созревания (к 14–15 годам) характеристики внимания приближаются к дефинитивному уровню. В нервно-психическом развитии происходит идентификация себя как личности, установление более тесных контактов со сверстниками. Составление для себя общей картины мира. Наблюдается несоответствие между возрастом наступления физической зрелости и

- ▣ Пубертатный период является критическим по формированию хронических заболеваний органов и систем. Нередко проявление отягощенной наследственности по психическим заболеваниям. Наблюдаются психосоматические симптомы: «ожирение от огорчений» или нервная анорексия, ночные страхи. На росте развития подростков сказываются события детства, в частности перинатального периода и раннего детства. Это последний период в жизни, когда окончательно реализуется индивидуальная генетически детерминированная программа развития организма.

**Абрахам Маслоу признавал, что
люди имеют множество
различных потребностей, но
также полагал, что эти
потребности можно разделить на
пять основных категорий:**

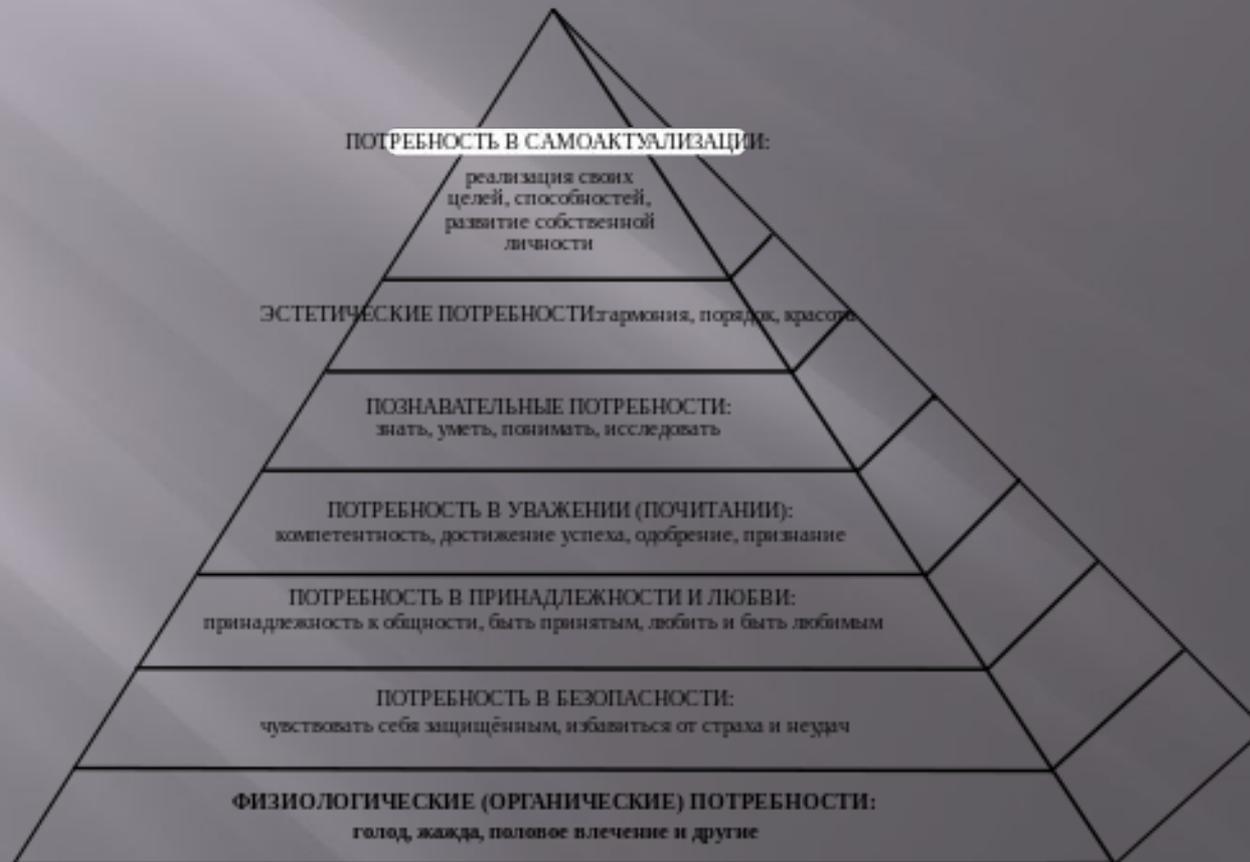
- ▣ Физиологические: голод, жажда, половое влечение и т. д.
- ▣ Потребности в безопасности: комфорт, постоянство условий жизни.
- ▣ Социальные: социальные связи, общение, привязанность, забота о другом и внимание к себе, совместная деятельность.
- ▣ Престижные: самоуважение, уважение со стороны других, признание, достижение успеха и высокой оценки, служебный рост.
- ▣ Духовные: познание, самоактуализация, самовыражение, самоидентификация.

Существует также более
подробная классификация. В
системе выделяется семь
основных уровней
(приоритетов):

- ▣ (низший) Физиологические потребности: голод, жажда, половое влечение и т. д.
- ▣ Потребность в безопасности: чувство уверенности, избавление от страха и неудач.
- ▣ Потребность в принадлежности и любви.
- ▣ Потребность в уважении: достижение успеха, одобрение, признание.
- ▣ Познавательные потребности: знать, уметь, исследовать.
- ▣ Эстетические потребности: гармония, порядок, красота.
- ▣ (высший) Потребность в самоактуализации: реализация своих целей, способностей, развитие собственной личности.

- ▣ По мере удовлетворения низлежащих потребностей, все более актуальными становятся потребности более высокого уровня, но это вовсе не означает, что место предыдущей потребности занимает новая, только когда прежняя удовлетворена полностью. Также потребности не находятся в неразрывной последовательности и не имеют фиксированных положений, как это показано на схеме. Такая закономерность имеет место как наиболее устойчивая, но у разных людей взаимное расположение

Пирамида потребностей!



- ▣ Диаграмма иерархии человеческих потребностей по Абрахаму Маслоу
Ступени (снизу вверх):
 1. Физиологические
 2. Безопасность
 3. Любовь/Принадлежность к чему-либо
 4. Уважение
 5. Познание
 6. Эстетические
 7. СамоактуализацияПричем последние три уровня: «познание», «эстетические» и «самоактуализация» в общем случае называют «Потребностью в самовыражении»

Физиологические потребности

- ▣ Физиологические потребности непосредственно касаются биологического выживания человека и должны быть удовлетворены на каком-то минимальном уровне прежде,
- ▣ чем любые потребности более высокого уровня станут актуальными, т.е. человек,
- ▣ которому не удастся удовлетворить эти основные потребности, достаточно долго
- ▣ не будет заинтересован в потребностях, занимающих высшие уровни иерархии,
- ▣ поскольку она очень быстро становится настолько доминирующей, что все другие
- ▣ потребности исчезают или отходят на задний план.

Потребности безопасности и защиты.

- ▣ Сюда включены следующие потребности: потребности в организации, стабильности,
- ▣ в законе и порядке, в предсказуемости событий и в свободе от таких угрожающих
- ▣ сил, как болезнь, страх и хаос. Таким образом, эти потребности отражают
- ▣ заинтересованность в долговременном выживании. Предпочтение надежной работы
- ▣ со стабильным высоким заработком, создание сберегательных счетов,
- ▣ приобретение страховки можно рассматривать как поступки, отчасти
- ▣ мотивированные поисками безопасности.
- ▣ Другое проявление потребности в безопасности и защите можно видеть, когда

Потребности принадлежности и любви.

- На этом уровне люди стремятся установить отношения привязанности с другими в
- своей семье или в группе. Ребенок хочет жить в атмосфере любви и заботы, в
- которой все его потребности удовлетворяются и он получает много ласки.
- Подростки, стремящиеся найти любовь в форме уважения и признания своей
- независимости и самостоятельности, тянутся к участию в религиозных,
- музыкальных, спортивных и других сплоченных группах. Молодые люди испытывают
- потребность в любви в форме сексуальной близости, то есть необычных
- переживаний с лицом противоположного пола.
- Маслоу определил два вида любви у взрослых: *дефицитарная* или Д-любовь, и
- *бытийная* или Б-любовь. Первая основана на дефицитарной потребности - это
- любовь, исходящая из стремления получить то, чего нам не хватает, скажем,
- самоуважения, секс или общество кого-то, с кем мы не чувствуем себя одинокими

Потребности самоуважения.

- Когда наша потребность любить других и быть ими любимыми достаточно
- удовлетворена, степень ее влияния на поведение уменьшается, открывая дорогу
- потребностям самоуважения. Маслоу разделил их на два типа: самоуважение и
- уважение другими. Первый включает такие понятия, как компетентность,
- уверенность независимость и свобода. Человеку нужно знать, что он достойный
- человек, может справляться с задачами и требованиями, которые предъявляет
- жизнь. Уважение другими включает в себя такие понятия, как престиж,
- признание, репутация, статус, оценка и приятие. Здесь человеку необходимо
- знать, что то, что он делает, признается и оценивается.
- Удовлетворение потребностей самоуважения порождает чувство уверенности,
- достоинство и осознание того, что вы полезны и необходимы. Маслоу предположил, что потребности уважения достигают максимального уровня и

Потребности самоактуализации.

- ▣ Маслоу охарактеризовал самоактуализацию как желание человека стать тем, кем он может быть. Человек, достигший этого высшего уровня, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности, т.е. самоактуализироваться - значит стать тем человеком, которым мы можем стать, достичь вершины нашего потенциала. Но, по мнению Маслоу самоактуализация очень редка, т.к. многие люди просто не видят своего потенциала, либо не знают о его существовании, либо не понимают пользы самосовершенствования. Они склонны сомневаться и даже бояться своих способностей, тем самым, уменьшая шансы для самоактуализации. Это явление Маслоу назвал *комплексом Ионы*. Он характеризуется страхом успеха, который мешает человеку стремиться к величию и самосовершенствованию.

- ▣ Так же тормозное влияние на процесс самоактуализации оказывает социализация. Иными словами людям нужно «способствующее» общество, в котором можно раскрыть свой человеческий потенциал наиболее полно. Еще одно препятствие для самоактуализации, упоминаемое Маслоу, - сильное негативное влияние, оказываемое потребностями безопасности. Дети, воспитанные в безопасной, дружеской обстановке, более склонны к приобретению здорового представления о процессе роста.