

Безопасное материнство

1. Пубертат – половое созревание





- **Психологи по-разному определяют начало и окончание подросткового возраста. Учёные предпочитают придерживаться биологического подхода, связывая начало подросткового периода с достижением половой зрелости. Это связано с репродуктивной функцией. Половое созревание проходит пять этапов.**

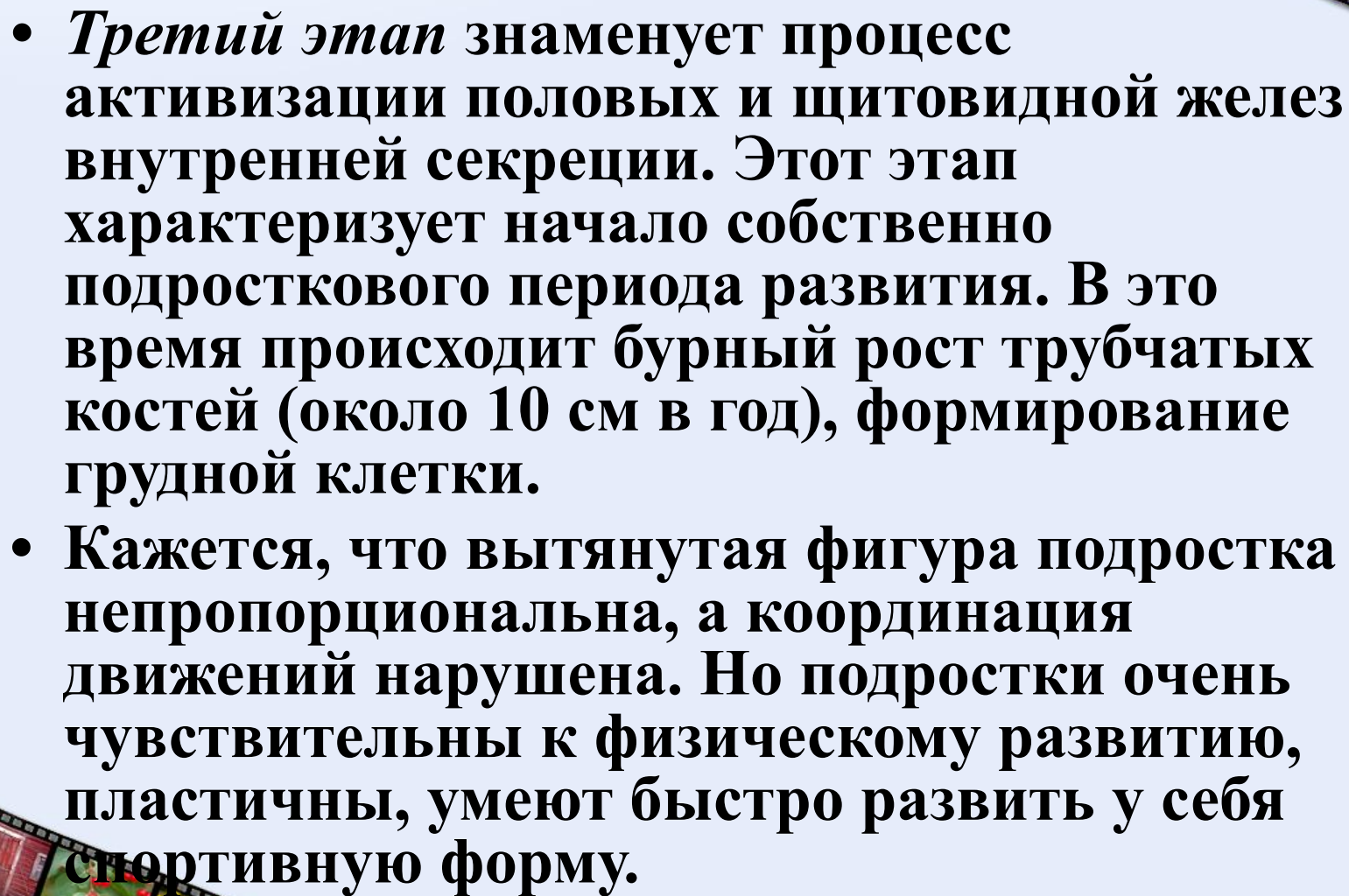


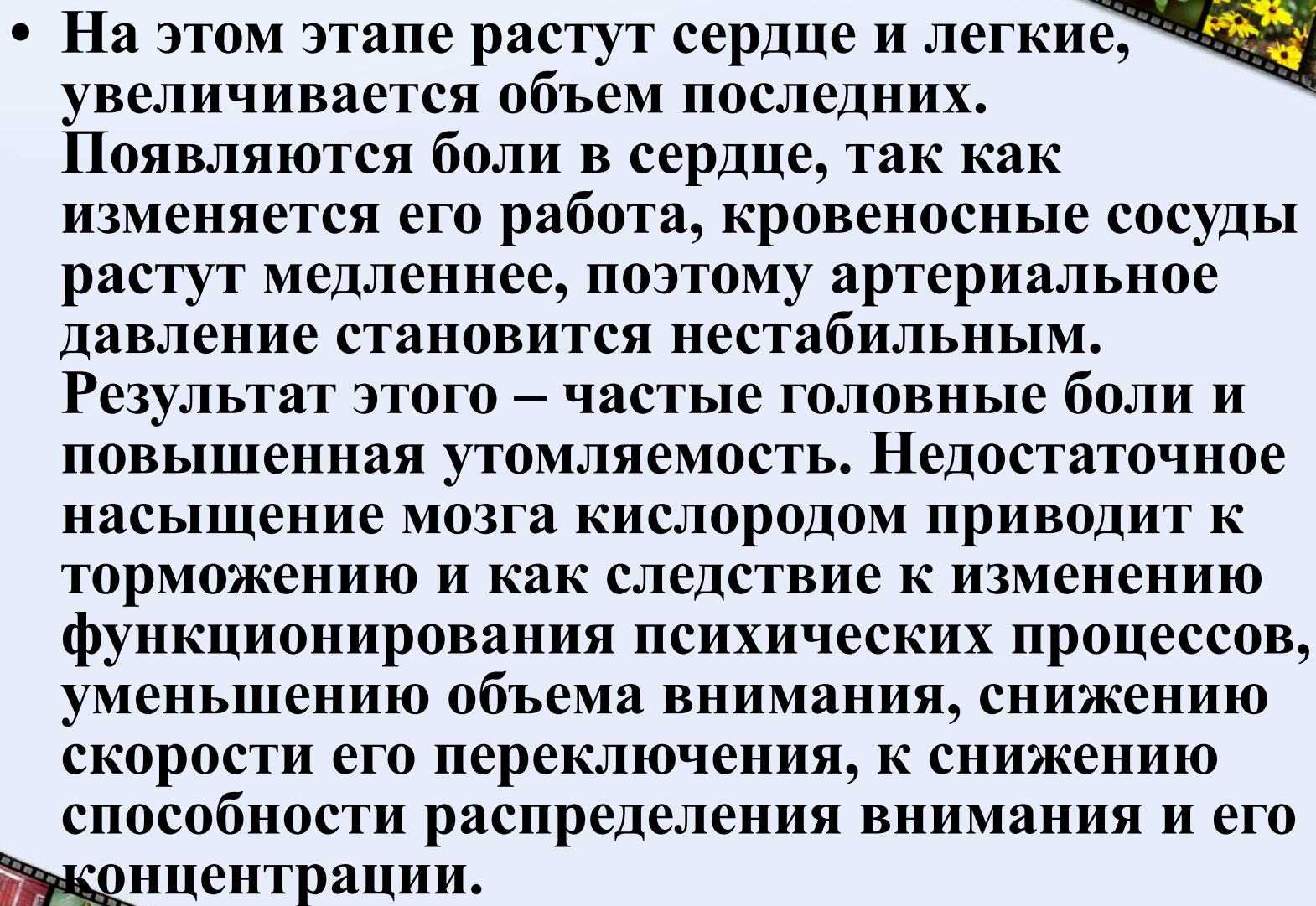
- ***Первый этап, инфантильный (детский, предпубертатный), начинается в 8–9 лет и заканчивается в 10 лет у девочек и 13 – у мальчиков.***
- **В этот период происходит медленное изменение деятельности щитовидной железы и гипофиза.**



- ***На втором, пубертатном, этапе появляются первые признаки полового созревания, изменяется деятельность гипофиза, влияющего на физическое развитие, изменяется темп роста костной и мышечной систем, ускоряется обмен веществ. Такие изменения происходят в возрасте до 12–14 лет (соответственно у девочек и мальчиков).***



- 
- ***Третий этап*** знаменует процесс активизации половых и щитовидной желез внутренней секреции. Этот этап характеризует начало собственно подросткового периода развития. В это время происходит бурный рост трубчатых костей (около 10 см в год), формирование грудной клетки.
 - Кажется, что вытянутая фигура подростка непропорциональна, а координация движений нарушена. Но подростки очень чувствительны к физическому развитию, пластичны, умеют быстро развить у себя спортивную форму.

- 
- **На этом этапе растут сердце и легкие, увеличивается объем последних. Появляются боли в сердце, так как изменяется его работа, кровеносные сосуды растут медленнее, поэтому артериальное давление становится нестабильным. Результат этого – частые головные боли и повышенная утомляемость. Недостаточное насыщение мозга кислородом приводит к торможению и как следствие к изменению функционирования психических процессов, уменьшению объема внимания, снижению скорости его переключения, к снижению способности распределения внимания и его концентрации.**

- **На четвертом этапе** половые гормоны максимально активны. У мальчиков они влияют на рост тела, созревание половых органов и появление вторичных половых признаков – мутация голоса, изменение гортани (появление кадыка), оволосение, поллюции. У девочек устанавливается менструальный цикл, также происходит развитие половых органов, которые готовы к оплодотворению, беременности, кормлению ребенка.



К пятому этапу, в 15–17 лет (16–17 лет у мальчиков, 15–16 – у девочек), окончательно завершается половое созревание. Наступает анатомическая и физиологическая зрелость. Таким образом, девочки достигают половой зрелости в среднем на 18–34 месяца раньше, чем мальчики. Собственно говоря, этот этап в отечественной психологии считается началом юношеского возраста.



Легко ли быть подростком?





Какой возраст считается подростковым?

В психологии и педагогике принято под подростковым возрастом понимать возраст от 10 до 15 лет.

Юридические границы возраста.

**Подростковый
возраст**

**Малолетние
(6-14 лет)**

**Несовершеннолетние
(14-18 лет)**



Граница между двумя мирами.

Подростковый возраст считают переходным периодом: подросток частично принадлежит к группе детей, а частично – к группе взрослых. В одних случаях к подросткам относятся как к детям, а в других – как к взрослым.

Изменения подросткового возраста:

физиологические

мировоззренческие

психологические



Половое созревание

Физиологические изменения

Рост

Вес

Пропорции тела

**Психологические
изменения**

Я

**Влечение к
другому
полу**

Эгоцентризм

**Личностная
нестабильность**

**Склонность
к риску**

**Стремление
к
независимости,
самостоятельности**

НОСТИ



Мировоззренческие изменения.


- **Стремление считаться взрослым.**
- **Формирование убеждений.**
- **Появление параллельной системы ценностей.**
- **Формирование самосознания, самооценки, возникновение потребности в самовоспитании.**



Двойственность поведения.

Некоторые детские формы поведения - уже неприемлемы. В то же время взрослые формы поведения ещё не разрешены или разрешены, но не знакомы ему.

Он стремится поскорее стать взрослым, но решать сложные и ответственные задачи, которые по плечу взрослым, он ещё не умеет.





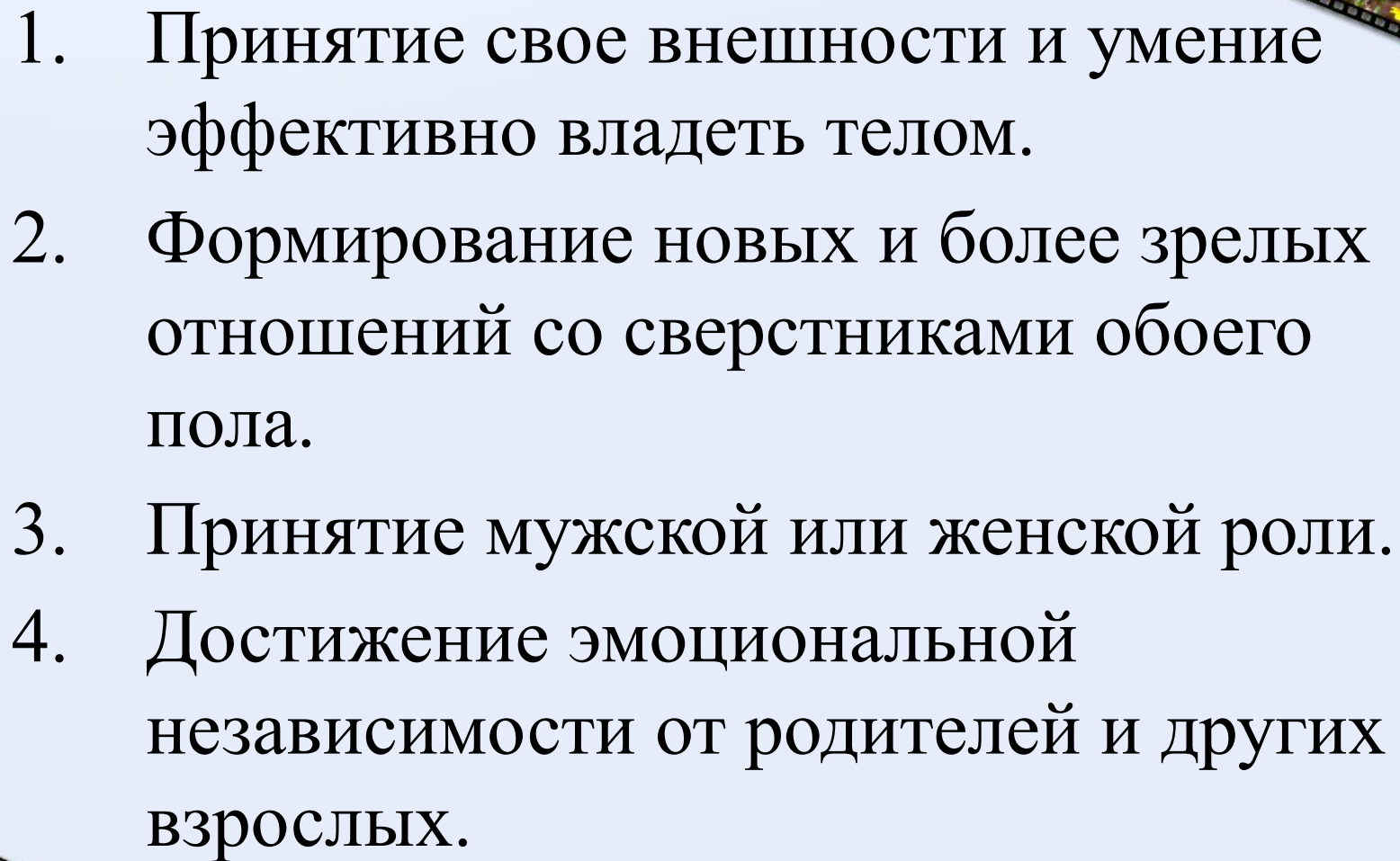
"Трудная жизнь."

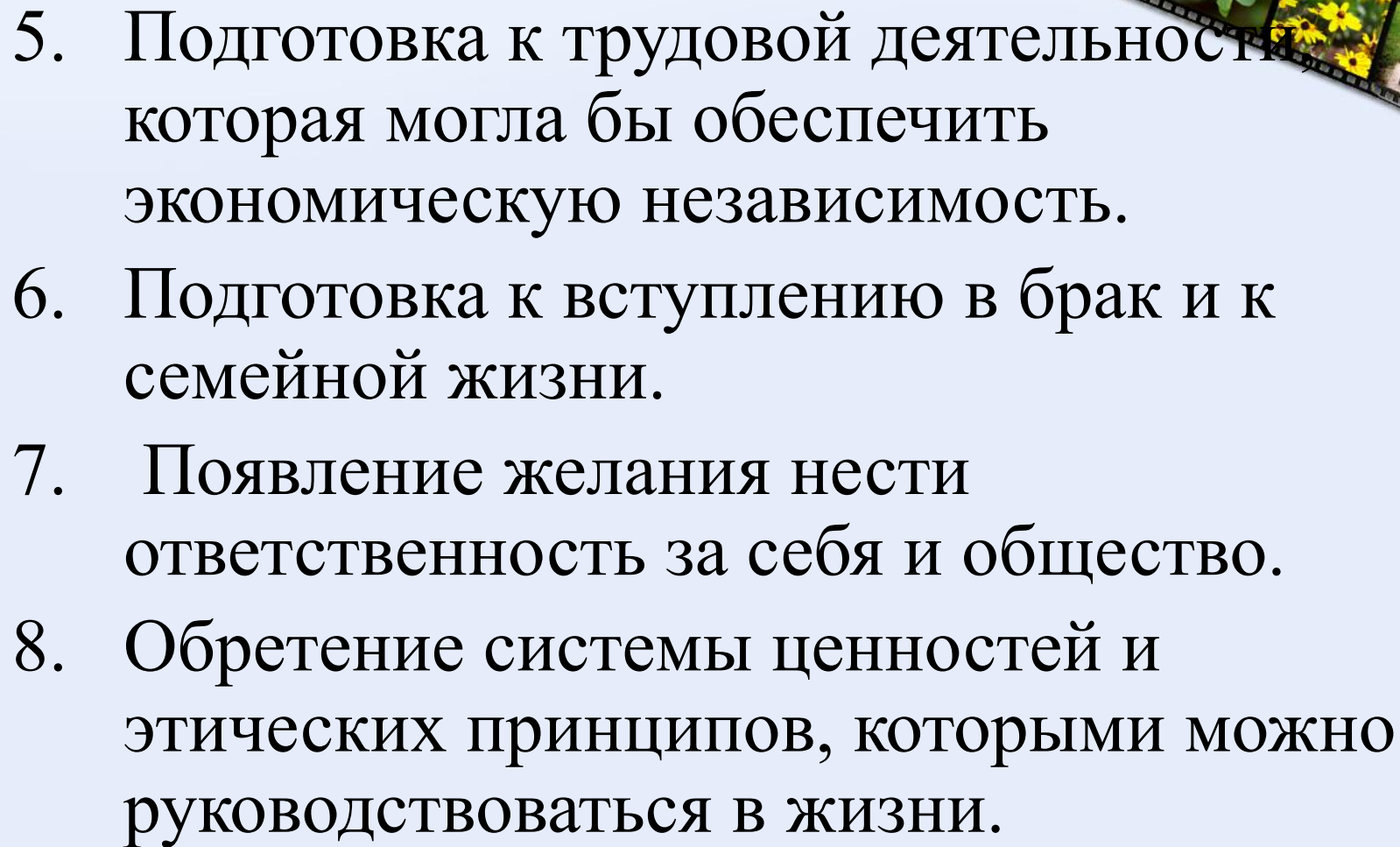
А сколько неразрешимых проблем накапливается в повседневной жизни подростка! Кто-то не захотел сесть рядом с ним за партой. Его не пригласили на коллективное мероприятие, которое проводилось его школьными друзьями. Над ним посмеялись знакомые ребята. Утром, проснувшись, он обнаружил у себя на лице новые прыщи...

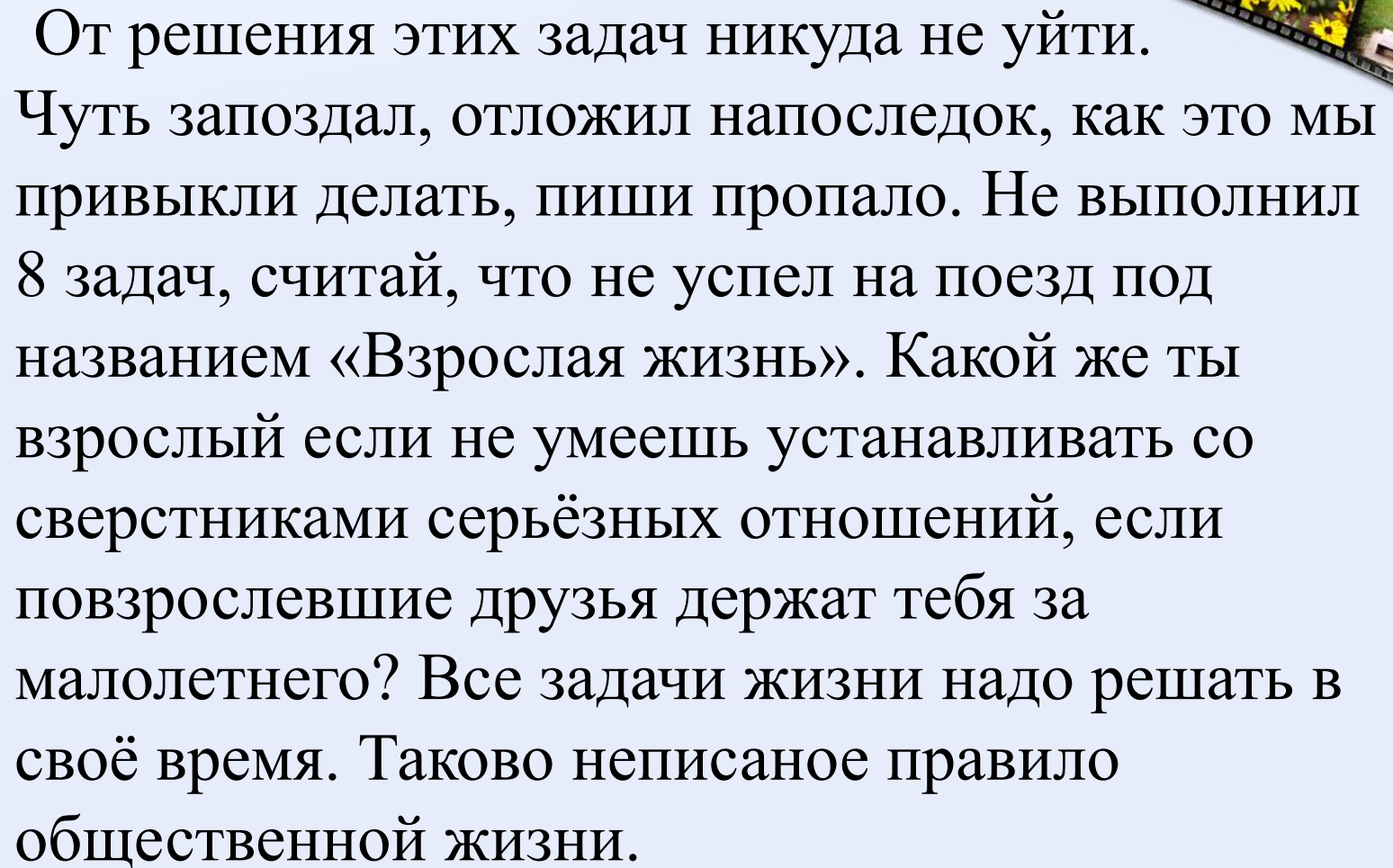


Жизненные задачи.


Взрослея, подростку приходится решать массу непростых задач. Их так и зовут – жизненные задачи. Их выявил американский психолог Роберт Хэви́гхерст. В своей книге «Задачи развития и образования» он выделил задачи развития юности, которые посчитал обязательными.

- 
1. Принятие свое внешности и умение эффективно владеть телом.
 2. Формирование новых и более зрелых отношений со сверстниками обоего пола.
 3. Принятие мужской или женской роли.
 4. Достижение эмоциональной независимости от родителей и других взрослых.

- 
5. Подготовка к трудовой деятельности, которая могла бы обеспечить экономическую независимость.
 6. Подготовка к вступлению в брак и к семейной жизни.
 7. Появление желания нести ответственность за себя и общество.
 8. Обретение системы ценностей и этических принципов, которыми можно руководствоваться в жизни.



От решения этих задач никуда не уйти. Чуть запоздал, отложил напоследок, как это мы привыкли делать, пиши пропало. Не выполнил 8 задач, считай, что не успел на поезд под названием «Взрослая жизнь». Какой же ты взрослый если не умеешь устанавливать со сверстниками серьёзных отношений, если повзрослевшие друзья держат тебя за малолетнего? Все задачи жизни надо решать в своё время. Таково неписаное правило общественной жизни.



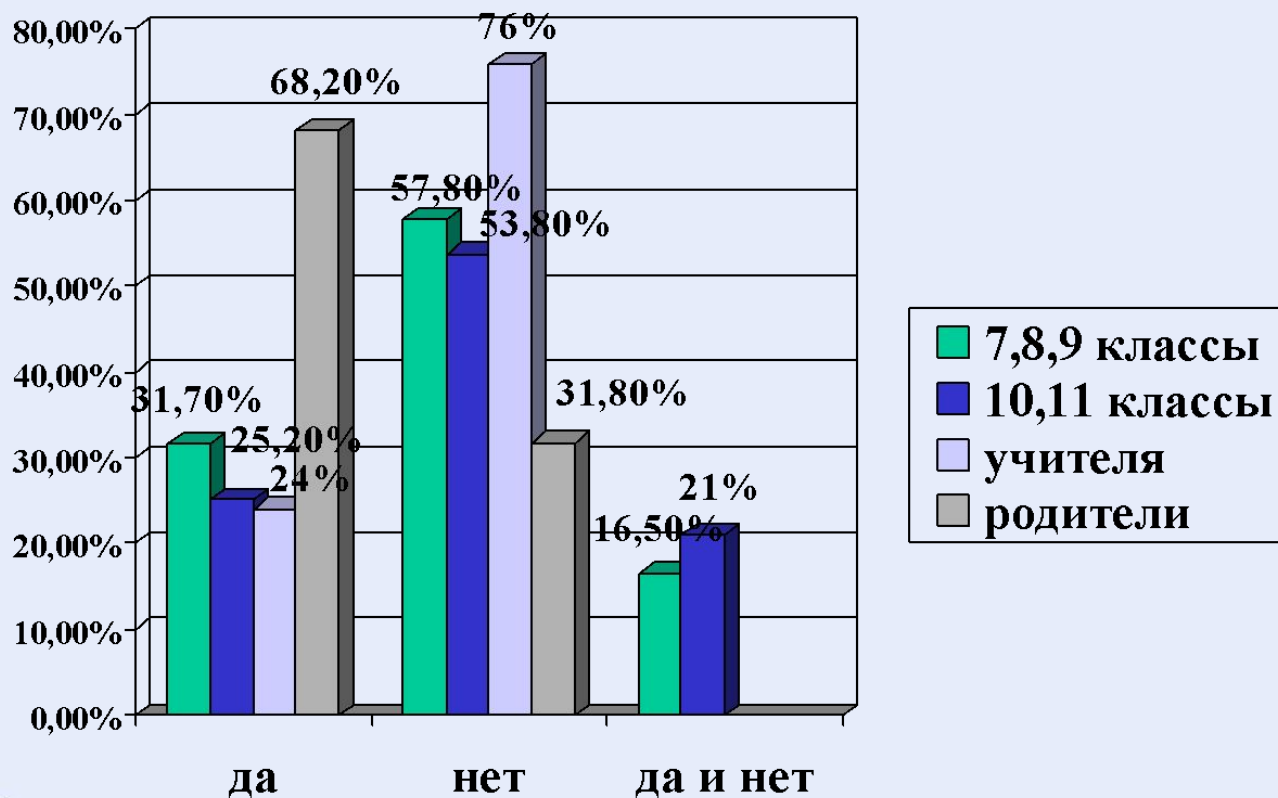


Опрос: "Легко ли быть подростком?"

Всего опрошено:

1. Учащихся: 427.
2. Родителей: 22.
3. Учителей: 50.

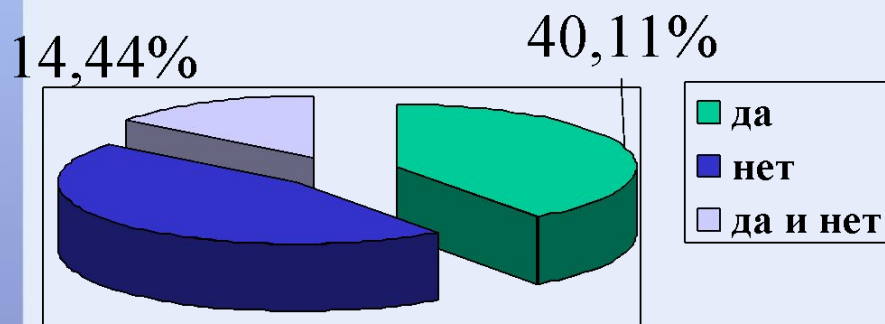
Сравнительные данные опроса.



Подростки.

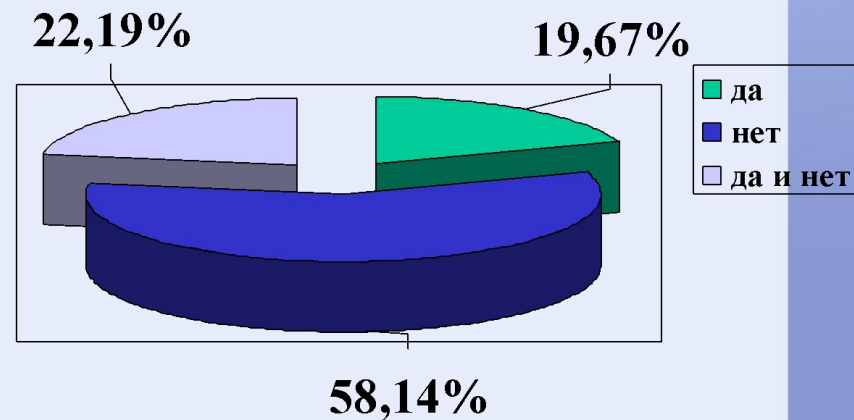
Мальчи́ки

Опрошено: 187



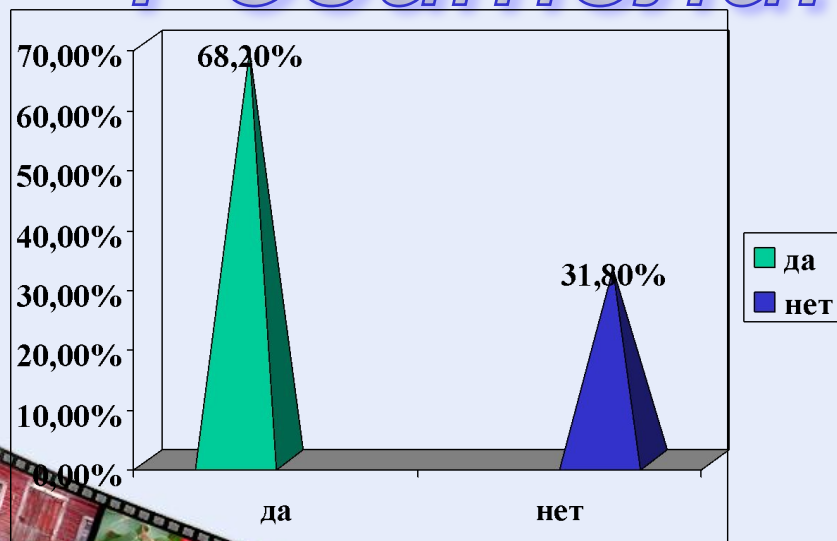
Девочкы

Опрошено: 239.

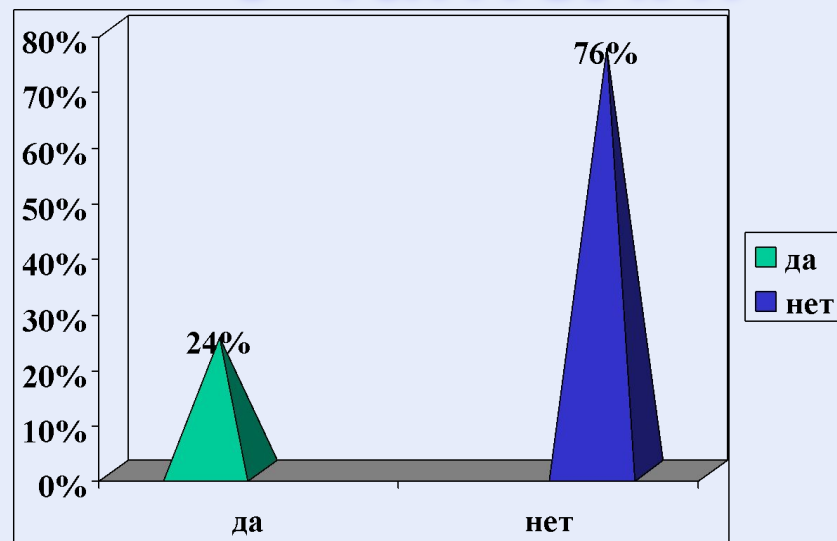


Взрослые.

Родители.



Учителя.



Обоснования точек зрения.

7-9 кл.


"Да"

девочки:

- Нет проблем, есть время погулять.
- Обеспечивают родители.
- Мало ответственности.
- Родители думают, что мы ещё маленькие.
- Хочу быть взрослой, самостоятельной, красивой.



МАЛЬЧИКИ:

- Нет проблем, забот.
 - Чувствуешь себя взрослее.
 - Вся жизнь ещё впереди.
 - Много возможностей.
 - Мало ответственности.
- 




10-11 кл.

девушки:

- **Серьёзные проблемы помогают решать родители.**
- **Не нужно беспокоиться за бытовые проблемы.**
- **Взрослым тяжелее, чем нам.**

юноши:



- **Меньше ответственности перед законом.**
 - **Становишься самостоятельным.**
 - **У подростков всего одна забота – учиться.**
 - **Есть все условия жить и учиться – заботятся родители.**
- 



Учителя.

- Все за подростка решают взрослые.
- Мне было легко.
- Самая хорошая школьная пора.

Родители.

- Нет взрослых проблем.
 - Подросток хорошо обеспечен.
 - Только одна цель – учеба.
- 
- 

"Нет"

7-9 кл.

девочки:

- **Большая ответственность.**
- **Ссоры с друзьями, родителями.**
- **Чем старше, тем труднее.**
- **Возлагается больше обязанностей.**
- **Меняется характер, недовольство внешностью.**
- **Трудно найти друга.**
- **Часто бывают депрессии.**



мальчики:

- Становишься более ответственным.
- Множество противоречий.
- Не понимают родители.
- Девочкам сложнее.
- Нужно сделать выбор своей дальнейшей деятельности.
- Частое непонимание со стороны взрослых



10-11 кл.

девушки

- **Возникают проблемы, которые приходится решать самостоятельно.**
 - **Множество проблем.**
 - **Подросток стоит перед выбором, что можно, что нельзя.**
 - **Формируется характер, нужно поставить себя в обществе.**
 - **Приходится принимать важные решения.**
- 
- 

ЮНОШИ:

- **Частое непонимание и ссоры с родителями.**
- **Все зависит от тебя.**
- **Много запретов и ограничений.**
- **Подросток непременно хочет выразить своё мнение.**
- **В этом возрасте всё хочется попробовать.**
- **Многое стало раздражать.**



Учителя.

- Много проблем, соблазнов.
- Не совпадает «хочу» со взрослым «надо».
- Сталкивается со взрослыми проблемами.
- Происходят физиологические изменения.
- Не может быть самим собой, давит окружение.
- Зависит от круга общения.

Родители.

- Не уверен в себе.
- Считает себя взрослым, но это ещё не так.
- Ожидания подростка ещё не оправдываются, возникают конфликты.
- Возникновение новых проблем.
- Переход из одного возраста в другой.



Вывод.

Подростком быть не легко. Так считают 76% учителей, 57% учащихся 7-9 классов, 53% учащихся 10-11 классов, 34% родителей.

Учителя непосредственно работают с подростками, поэтому знают, как им трудно. Учащиеся старших классов, хотя и не далеко ушли от подросткового возраста, помнят своё прежнее состояние. Подростки сами испытывают эти трудности. Родители, у которых проблемы со своими детьми, тоже считают этот возраст трудным.



Домашнее задание.

- Ответить на вопрос: легко ли быть подростком?
- Ответ обосновать.

