*Жасөспірімдердің психофизиологиялық ерекшеліктері және олардың мінез-құлқындағы көріністері.*

*Бұл білімсіз ата-ана тәрбие проблемаларын сәтті шеше алмайды және туындайтын қиындықтарды еңсере алмайды. Жасөспірімдік (10-11 жастан 13-14 жасқа дейінгі кезең) дағдарыста болып саналады, себебі ол баланың даму мен өмірінің барлық қырларына әсер ететін түбегейлі сапалы өзгерістерге ұшырайды.*

*Баланың денесінде маңызды физиологиялық өзгерістер бар:*

*- Дененің жыныстық функциясына жауап беретін жаңа гормондар шығарылады; жыныстық жетілу процесін бастайды.*

*- Жаңа гормондардың әсерінен жасөспірімдердің жүрек-қан тамырлар жүйесінде елеулі өзгерістер орын алады: артериялық және веноздық қысымның деңгейі, жүректің қысылуының ырғағы өзгереді.*

*- Гормондардың әсері иммундық жүйенің әлсіреуіне алып келеді, соның нәтижесінде жасөспірімдер түрлі созылмалы аурулардың пайда болуына сезімтал болады.*

*- Сыртқы келбетке қызығушылығын арттырды. Физикалық «Мен» жаңа бейнесі қалыптасады.*

*Ата-аналар бұл туралы қандай қорытынды жасайды?*

*Олардың міндеті - жасөспірімнің дене жетілу процесі туындаған физиологиялық өзгерістердің күрделілігімен күресу.*

*Төмендегілерді қамтамасыз ету қажет:*

*- жасөспірім дұрыс тамақтанған;*

*- күндізгі режимді байқады; (күніне кем дегенде 10 сағат ұйқы);*

*- таза ауада көп уақыт өткізді;*

*- дене шынықтыру сабақтарын жиі өткізді немесе спортпен шұғылдана бастады; (егер бұл бұрын болмаса).*

*Есіңізде болсын: ешқандай жағдайда жасөспірімнің сыртқы келбеті туралы сезімдерін жоққа шығара алмайды. Дене сұлулығын, физикалық тартымдылықты (немесе керісінше, нәзіктік пен жағымсыздықты) туралы әңгімелеп, жетілген баланың жүрегі үшін ең қысқа жол.*

*Оны оптимизмге шабыттандырып, оны тыныштандыру үшін уақыт пен сенімді сөздерді қолданыңыз. Сіздің сөздеріңіздің арқасында өзін-өзі бағалауда - жақсы да, жаман да өседі. Кейде ата-ананың өзінен-өзі тастап кеткен сөз тіркесі менің өмірімнің бәрін еске түсіреді және ересек адамның өзіне деген көзқарасын, басқа жыныстық қатынастарда оның келешегіне қарай анықталады.*

*Жасөспірімнің жүйке жүйесі ең күшті өзгерістерге ұшырайды: эмоционалдық және мінез-құлық реакциялары гормондық және физиологиялық өзгерістердің әсерімен өзгереді.*

*\* Экситабильность және раздражительность күрт артады.*

*\* Мазасыздық, агрессивтілік, өнімділіктің төмендеуі.*

*\* Ересектерге бағынбаушылық, дөрекілік, қақтығыстар, қарсылықтың жарылысы бар.*

*\* Мұғалімдерге қатысты теріс тұжырымдар пайда болады, олардың тәуелсіздігі қиын.*

*\* Өз құқықтарын мойындай отырып, жасөспірім өз өмірінің көптеген салаларын ата-ана бақылауынан қорғайды және жиі олармен қақтығыстарға шығады.*

*\* Эмоционалды тұрақсыздық көңіл-күйдің күрт өзгеруіне алып келеді (көтерілуден депрессияға дейін).*

*Жасөспірімнің мінез-құлқы жиі күтпеген болып табылады - қысқа мерзімде ол мүлдем қарсы реакцияларды көрсете алады:*

*\* импульсивтілікпен бірге мақсатты және табандылық;*

*\* Қызметке деген нәзіктік шөлі апатияға, бір нәрсе жасауға ұмтылу мен ұмтылыстардың болмауына байланысты болуы мүмкін;*

*\* өз-өзіңе деген сенімділікті жоғарылату, шешімдердегі қабілетсіздік тез осалдығы мен өзіндік күмәнмен алмастырылады;*

*Кейде кейде мінез-құлқы кейде ұялшақтықпен біріктіріледі;*

*\* Романтикалық көңіл-күйлер көбінесе цинизмге, шексіздікке шекаралас;*

*\* Нәзіктік, нәзіктік нәпсіқұмарлық қатыгездікке қарсы;*

*\* байланыс қажеттілігі зейнеткерлікке шығу ниетімен ауыстырылады.*

*Ең күшті эмоционалды реакциялар басқа біреудің (ата-аналар, ең алдымен) жасөспірімнің мақтанышына кедергі келтіргенде пайда болады.*

*Эмоционалдық тұрақсыздықтың шыңы 11-13 жастағы ұлдарда, қыздарда - 13-15 жаста.*

*Ата-аналардың бұрын-соңды мұндай жақсы, мойынсұнғыш бала болған жасөспірім баланың мінез-құлқындағы осы өзгерістерге жауап берудегі негізгі қателіктері:*

*1) Баланы өз билігімен «күйрету» және әртүрлі автономияға тыйым салу (ата-ананың өтініштері мен нұсқауларын орындамау үшін жазалау жүйесін қатайту үшін).*

*2) Жасөспірім ата-аналармен «Сіз маған ештеңе айтпаймын, мен сізбен сөйлеспеймін» қағидасы бойынша қарым-қатынас жасауға келмеуіне жауап ретінде «үнсіз ойнау» тактикасын таңдау.*

*3) ата-аналар білім беру әсерінен ажырасқанда, «мүмкін» мүмкіншіліктері мен үміттерінің шамадан тыс жетілдірілуі және үміттенуі және ұрпақ тәрбиесі үрдісі ұранмен: «Сіз неғұрлым ерте тәуелсіздікке қол жеткізсеңіз, соғұрлым жақсы!».*

*Отбасы, ата-анасының үйі жасөспірімге қауіпсіз, қабылданған және қорғалатын сезінетін орын болуы керек.*

*Ал ата-аналар - кез келген сәтсіздікте оны түсінуге және қабылдауға жеткілікті шыдамдылық пен даналыққа ие адамдар.*

*Баламен жақсы қарым-қатынас - кез-келген жастағы білім берудің негізгі құралы.*

*Білім берудің құзыретті шаралары:*

*- кәмелетке толмағандардың қоршаған ортасындағы құқық бұзушылықтардың алдын алу;*

*- жасөспірімдердің суицидтік мінез-құлқының алдын алу;*

*- отбасылық құндылықтарды насихаттау және нығайту.*