

# Роль психолога в период адаптации первоклассников

Педагог-психолог МБОУ «СОШ № 10»  
Стрижикова Ю.Н.

# Актуальность

Возможность успешного продвижения школьников на этом этапе зависит от их способности адаптироваться к изменениям условий обучения при переходе в 1-й класс, где они осваивают новый вид деятельности – учение. Именно в этот период могут появиться сложности и проблемы, известные как общие реалии современной школы: снижение показателей общесоматического здоровья детей, увеличение различного рода недоразвитий, снижение мотивации обучения, что в литературе отмечается как тенденции, характерные практически для всех школьников.

# Характеристика возраста

Младший школьный возраст (с 6 до 11 лет) является вершиной детства. Ребенок сохраняет много детских качеств — наивность, легкомыслие, взгляд на взрослого снизу вверх. Но он уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, у него появляется другая логика мышления. Учение для него — значимая деятельность. В школе он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад его жизни.

В этом возрасте ребенок проходит через кризис развития, связанный с объективным изменением социальной ситуации развития. Новая социальная ситуация вводит ребенка в строго нормированный мир отношений и требует от него организованной произвольности, ответственности за дисциплину, за развитие исполнительских действий, связанных с обретением навыков учебной деятельности, а также за умственное развитие. Поэтому новая социальная ситуация ужесточает условия жизни ребёнка и выступает для него стрессогенной. У каждого ребенка, поступающего в школу, повышается психическая напряженность. Это отражается не только на физическом состоянии, здоровье, но и на поведении ребенка.

# Готовность к школьному обучению

Есть дети, которые легко и свободно вписываются в школьную систему требований, норм и социальных отношений, но некоторые учащиеся 1-х классов подвержены дезадаптации, в результате которой ребенок становится невнимательным, безответственным, тревожным, начинает плохо учиться. Осложняется сам учебный процесс, продуктивность работы снижается, ребенок с высоким уровнем тревожности неадекватно воспринимает отношения с одноклассниками и учителем, у него появляется чувство неуверенности, снижается самооценка.

Чаще всего школьная дезадаптация проявляется в невозможности обучения ребенка по программе в соответствии с его способностями, в нарушениях поведения. Так же школьная дезадаптация определяется как «образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебы и поведения, конфликтных отношений» со сверстниками и педагогами, «психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии».

# Причины школьной дезадаптации

- Отсутствие индивидуального подхода к ребенку, неадекватность воспитательных мер, отсутствие своевременной помощи ученику, проявления неуважения к нему.
- Неблагоприятная материально-бытовая или/и эмоциональная ситуация в семье, алкоголизация родителей, заброшенность ребенка или гиперопека.
- Негативное влияние окружения, легкость добывания денег, доступность алкоголя и наркотиков.
- Деформация общественных и нравственных идеалов, превосходство обогащения над самореализацией, обстановка пропаганды насилия, вседозволенности.
- Тяжелые физические заболевания, различные нарушения психики, акцентуации и патологии личности, патологическое протекание возрастных кризисов, задержка психического развития.

# Типы дезадаптивного поведения

- Первый тип – агрессивный – атака на препятствие или барьер. Но при осознании возможной или явной опасности агрессия направляется на любой объект. Это может выражаться в грубости к одноклассникам, учителю, резких вспышках гнева по ничтожным поводам или же без видимых причин, в недовольстве всем происходящим.
- Второй тип – бегство от ситуации – «уход» ребенка в свои переживания, обращение всей энергии на генерацию собственных негативных состояний, самокопания, самообвинения. Развиваются тревожно-депрессивные симптомы. Этот тип школьников характеризуется замкнутостью, отрешенностью, погруженностью в себя, в мир тягостных раздумий.

# Уровни адаптации

Параметры (переменные)	Высокий уровень адаптации	Средний уровень адаптации	Низкий уровень адаптации
Отношение к школе	Положительное и требования воспринимаются адекватно	Положительное, нет отрицательных переживаний	Отрицательное или индифферентное, частые жалобы на здоровье, подавленное настроение, нарушение дисциплины
Усвоение учебного материала	Усваивается легко, полно и глубоко, решает усложненные задачи	Понимает материал, если учитель излагает его подробно и наглядно, усваивает основное содержание. Сам решает типовые задачи	Материал усваивает фрагментарно. Возникают трудности с решением типовых задач
Самостоятельная работа	Прилежен, внимателен, не нуждается во внешнем контроле, готовится ко всем урокам	Сосредоточен и внимателен, но при контроле взрослых или интересном задании, почти всегда учит уроки	Интереса не проявляет, самостоятельная работа затруднена, к урокам готовится нерегулярно, сохраняет работоспособность при длительном отдыхе
Статусное положение.	Благоприятный статус	Дружит со многими одноклассниками	Блиzkих друзей нет. Не знает фамилии и имена учащихся в классе

# Специфика адаптации первоклассников к школе

Очень сложным для первоклассников (и тех, кто учится с 6, и тех, кто учится с 7 лет) является период адаптации к школе. Обычно он составляет от 4 до 7 недель. В адаптационный период некоторые дети очень шумны, кричат, без удержу носятся по коридору, а когда удается «улизнуть» со своего этажа, то и по лестницам, на уроках часто отвлекаются, с учителями ведут себя довольно развязно; другие, напротив, зажаты, скованны, излишне робки, стараются держаться незаметно, смущаются, когда к ним обращается учитель, при малейшей неудаче или замечании плачут; у некоторых детей нарушается сон, аппетит, они становятся очень капризны, вдруг возрастает интерес к играм, игрушкам, книжкам для совсем маленьких детей, увеличивается количество заболеваний. Все эти нарушения (обычно их называют функциональными отклонениями) вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребенка.



# Задачи психолого-педагогического сопровождения

- создание условий для социально-психологической адаптации детей в школе (создание сплоченного классного коллектива, предъявление детям единых обоснованных и последовательных требований, установление норм взаимоотношений со сверстниками и педагогами и др.);
- повышение уровня психологической готовности детей к успешному обучению, усвоению знаний, познавательному развитию;
- адаптация учебной программы, нагрузки, образовательных технологий к возрастным и индивидуально личностным возможностям и потребностям учеников.

# Основные направления работы:

1. Консультирование и просвещение педагогов.
2. Консультирование и просвещение родителей.
3. Психологическая развивающая работа по повышению уровня школьной готовности.

# Диагностика

- Для диагностики функциональной готовности к школе используется тест Керна-Иирасека, тест «Понятия», в основе которого диагностическая шкала Л.Термена и Г. Чайльдса и другие.
- Для диагностики особенностей адаптации первоклассников в школе используются следующие методики: анкета для определения школьной мотивации Н.Г. Лускановой, методика «Беседы о школе» Т.А. Нежновой, проективная методика «Что мне нравится в школе», а также анкеты для родителей и педагогов.

# Коррекционно-развивающая работа

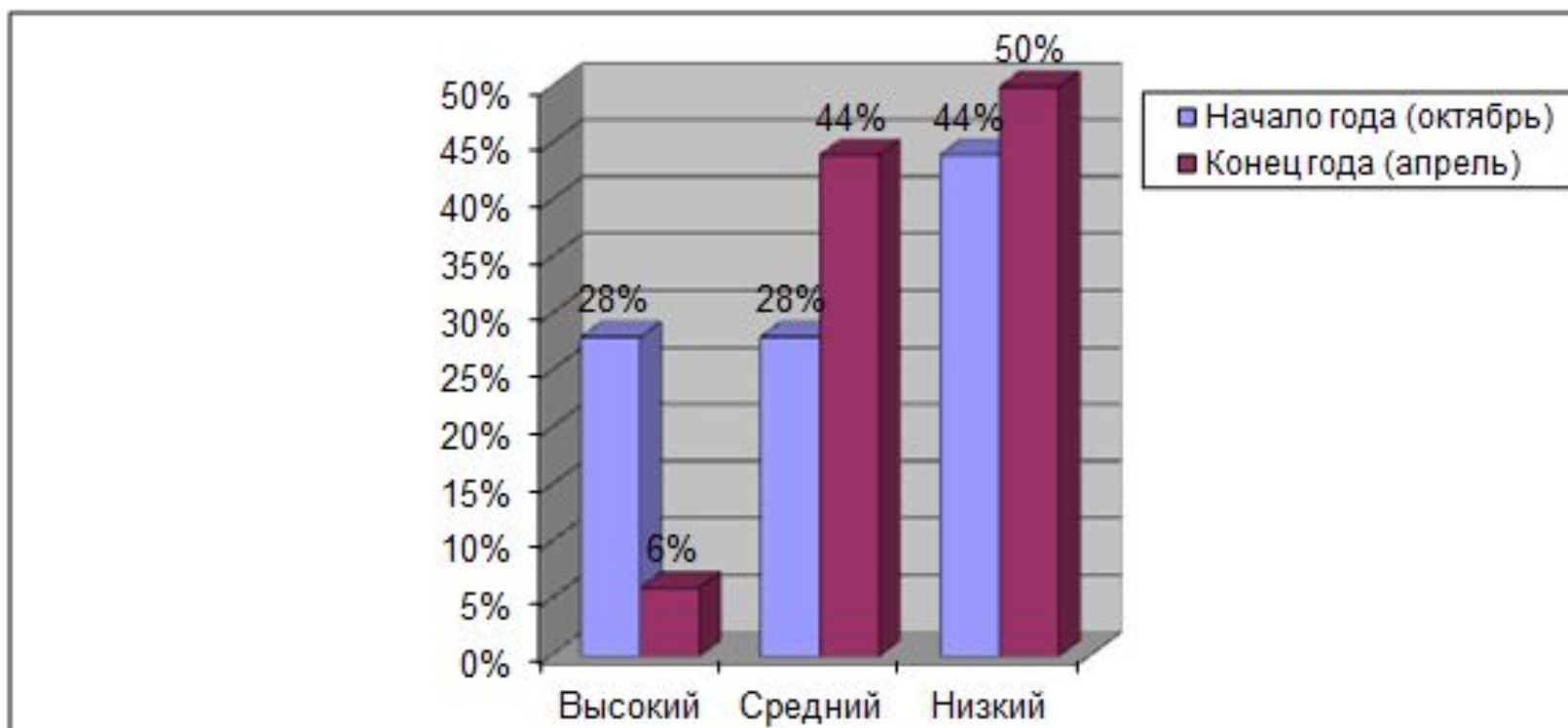
По итогам диагностики готовности к школе и анализа особенности адаптации первоклассников к школе в октябре формируются группы учащихся, состоящие из 5-10 человек. С ними один раз в неделю проводятся коррекционно-развивающие занятия. Целью развивающей деятельности в период адаптации первоклассников является создание социально-психологических условий для успешного привыкания учащихся к ситуации школьного обучения.

Достижение этой цели возможно в процессе реализации следующих задач:

1. Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе (формирование психологической готовности к школе).
2. Развитие социальных и коммуникативных умений.
3. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной "Я – концепции", устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

Основное содержание групповых занятий составляют игры и психотехнические упражнения, направленные на развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер, навыков адекватного социального поведения школьников. Цикл состоит из 14-ти занятий, рассчитанных на 40 минут каждое. Данная программа является модифицированным вариантом программы Т.В. Азаровой.

# Динамика степени выраженности различных уровней дезадаптации первоклассников



# Вывод

Вполне естественно, что преодоление той или иной формы дезадаптации, прежде всего, должно быть направлено на устранение причин, ее вызывающих. Очень часто дезадаптация ребенка в школе, неспособность справиться с ролью ученика негативно влияют на его адаптацию в других средах общения. При этом возникает общая средовая дезадаптация ребенка, указывающая на его социальную отгороженность, отвержение. Поэтому так необходима и важна работа психолога именно с первоклассниками.