

Консультация для педагогов и родителей: «Особенности адаптации и дезадаптации»

Особенности адаптации и дезадаптации младших школьников.

В этой статье я бы хотела обратить внимание родителей на процесс перехода ребёнка из детского сада в школу. Этот переход сопровождается многими изменениями: в жизнь ребёнка приходят новые люди, новый ритм жизни, новые требования, к которым ребёнок может адаптироваться. Это может сопровождаться многими проблемами, что может привести к дезадаптации. С проблемами дезадаптации ребёнка сталкиваются и учителя, и родители.



Возникают вопросы: «Что делать?» и «Как помочь ребёнку?», «Как помочь детям учиться?».

Психологические трудности часто уходят своими корнями в дошкольное детство.

Что же такое адаптация и как долго она проходит?

Адаптация к школе - перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой деятельности ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению.

В этот период некоторые дети могут быть очень шумными, крикливыми, отвлекаются на уроках, даже могут дерзить, капризничать. Другие очень скованы, робки, стараются держаться незаметно, слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче и замечаниях плачут. У некоторых детей нарушается сон, аппетит, они становятся очень капризны, появляется интерес к игрушкам, играм, книгам для очень маленьких детей, увеличивается количество заболеваний.

Конечно, не у всех детей адаптация к школе протекает с подобными признаками, но есть первоклассники, у которых этот процесс сильно затягивается.

Такие дети часто и подолгу болеют, причем болезни носят психосоматический характер, к середине дня они оказываются уже переутомленными, ведь школа для них является стрессогенным фактором. Дорога в школу для многих требует повышенного внимания и напряжения.

На протяжении дня у них не бывает возможности полного расслабления: физического, умственного и эмоционального. Некоторые дети уже с утра выглядят переутомленными, у них появляются головные боли и боли в области живота: страх,

тревога перед предстоящей работой в классе, из-за расставания с домом, родителями столь велик, что ребенок в некоторые дни не может идти в школу.

Характерны внешние проявления – это снижение интереса к учёбе вплоть до нежелания посещать школу, ухудшение успеваемости, медленный темп усвоения учебного материала, неорганизованность, невнимательность, медлительность или гиперактивность, неуверенность в себе, конфликтность и т.д.

Как правило, перестройка ребёнка и его «притирка» к школьным условиям происходит в течение полугода. Физиологическая адаптация протекает автоматически, а социально-психологическая адаптация проходит иначе: она представляет собой процесс активного приспособления.

Адаптация ребенка к школе процесс не односторонний: не только новые условия воздействуют на ребёнка, но и сам он пытается изменить социально-психологическую ситуацию, "встроиться в нее" и "пристроить к себе".

Именно в первом полугодии процесс адаптации ребенка проявляется в напряжении всех функциональных систем его организма. В этот период наиболее яркими признаками сложно протекающей адаптации, которые легко заметить и учителю, и родителям, являются двигательное возбуждение или заторможенность, жалобы на головные боли, плохой сон, снижение аппетита.

При взаимодействии с учеником, учителям необходимо учитывать индивидуальные возрастные особенности: варьирование нагрузки, перестройка режима дня, с целью эффективной адаптации ребёнка к школе.

Дезадаптация — это

нарушение приспособления личности школьника к условиям обучения в школе.

Школьная дезадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе, которые проявляются в виде нарушений учебной деятельности, поведения, конфликтных отношений с



одноклассниками и взрослыми, повышенного уровня тревожности, нарушений личностного развития.

Природа школьной неуспеваемости может быть представлена самыми различными факторами.

1. Недостатки в подготовке ребенка к школе, социально-педагогическая запущенность.
2. Соматическая ослабленность ребенка.
3. Нарушение формирования отдельных психических функций и познавательных процессов.

4. Двигательные нарушения.

5. Эмоциональные расстройства.

Все перечисленные факторы представляют непосредственную угрозу, прежде всего для интеллектуального развития ребенка. Признаки школьной дезадаптации также можно разделить по типам.

Физиологический уровень. Если ребенок испытывает повышенную утомляемость, снижение работоспособности, слабость, жалуется на головные боли, боли в животе, нарушения сна и аппетита - это явные признаки возникших сложностей. Возможны энурез, появление вредных привычек (обгрызание ногтей, ручек), дрожания пальцев, навязчивых движений, говорения с самим собой, заикания, заторможенности или, наоборот, двигательного беспокойства (расторможенности).

Познавательный уровень. Ребенок хронически не справляется со школьной программой. При этом он может безуспешно стараться преодолеть сложности, либо отказываться учиться в принципе.

Эмоциональный уровень. Ребенок негативно относится к школе, не хочет туда ходить, не может наладить отношения с одноклассниками и учителями, плохо относится к перспективе обучения. При этом, важно различать отдельные сложности, когда ребенок сталкивается с проблемами и жалуется на это, и ситуацию, когда он в целом крайне негативно относится к школе. В первом случае обычно дети стремятся преодолеть проблемы, во втором либо опускают руки, либо проблема выливается в нарушение поведения.

Поведенческий уровень. Школьная дезадаптация проявляется в вандализме, импульсивном и неконтролируемом поведении, агрессивности, непринятии школьных правил, неадекватности требований к одноклассникам и учителям. Дети, в зависимости от характера и физиологических особенностей, могут вести себя по-разному. Одни будут проявлять импульсивность и агрессивность, другие – зажатость и неадекватные реакции.

Также на процесс адаптации оказывает влияние самооценка ребёнка и уровень притязаний. При неадекватном их завышении дети некритично стремятся к лидерству, реагируют негативом и агрессией на любые затруднения, сопротивляются требованиям взрослых либо отказываются от выполнения деятельности, в которой могут обнаружить свою несостоятельность.

Не менее серьезные проблемы возникают и у детей со сниженной самооценкой: их поведение отличается нерешительностью, крайней неуверенностью в собственных силах, которые формируют чувство зависимости, сковывая развитие инициативы и самостоятельности в поступках и суждениях.

Слабоуспевающие и беспокойные дети легко оказываются аутсайдерами в классе. Такая ситуация часто ведет к разочарованиям и враждебности к школе. Успеваемость у таких детей нередко становится ниже их потенциальных возможностей, а в поведенческом плане возможны проявления агрессии.

Ситуация может усугубиться неправильным поведением родителей, когда они, испытывая серьезные опасения и даже разочарование в своем ребенке, лишают его

невольно эмоциональной поддержки. Помимо оценки общего уровня школьной дезадаптации важно помнить, что ребенок может быть частично приспособлен к школе. Например, хорошо справляться со школьными занятиями, но при этом не находить контактов с одноклассниками. Либо, наоборот, при плохой успеваемости быть душой компании.

Поэтому важно обращать внимание как на общее состояние ребенка, так и на отдельные сферы школьной жизни. Наиболее точно понимать, насколько ребенок адаптирован к школе.

Если родители стали замечать какие то, тревожащие их признаки, то стоит обратиться за консультативной помощью к психологу.



Подготовила: педагог-психолог:

Насырахунова О.С