

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМУ ПРОЦЕССУ

Халикова Ш.Т.

*Халикова Шаходат Тухтаевна - кандидат психологических наук, доцент,
кафедра физической культуры и спорта,
Ташкентский государственный аграрный университет,
г. Ташкент, Республика Узбекистан*

Аннотация: решение проблемы адаптации ребенка к образовательному процессу представляет теоретический и практический интерес для психологии и педагогики. В статье рассматриваются психолого-педагогические особенности адаптационного процесса первоклассников, выявляются качественные различия, обосновывается детерминация, раскрывается значение проблемы и приводятся результаты психолого-педагогического исследования.

Ключевые слова: психологическая адаптация, ребенок, образовательный процесс, проблемы.

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависят не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, эмоциональное здоровье ребенка, его отношение к школе и учению. Наиболее оптимальный срок адаптации младшего школьника - 2-3 месяца. В этот период особенно важно «мягкое», бережное отношение к каждому ребенку как в школе, так и дома, создание постоянной ситуации успешности деятельности, демократический стиль общения, заинтересованность взрослых в каждом ребенке. Резкие замечания, постоянные реплики «неправильно», «не старайся», «невнимателен» разрушают положительное отношение первоклассника к деятельности, снижают интерес к учебным занятиям. Особенно важно в адаптационный период дать возможность ребенку работать в свойственном ему темпе.

Проблеме адаптации детей к школе в современных психологических исследованиях уделяется большое внимание. Несмотря на это, по данным исследователей, число дезадаптированных учащихся продолжает оставаться достаточно высоким [1]. В связи с чем данная проблема продолжает интересовать психологов и не теряет актуальности.

Известно, что процесс адаптации, понимаемый как приспособление ребенка к школе, к требованиям и условиям обучения, может иметь два варианта своего развития. Его результатом может стать как адекватный психологический механизм, обеспечивающий в конечном итоге благополучную адаптацию, так и неадекватный механизм, приводящий к дезадаптированности ребенка. Это может быть и психологическая атмосфера класса или школы в целом, особенности взаимоотношений с учителем и др. При этом, по данным исследователей, примерно от пяти до двадцати процентов таких детей нуждаются в психотерапевтической помощи, а «еще больший процент детей нуждается в психологической помощи и профилактике в их допсихотерапевтических формах. Именно на этот контингент и должна быть ориентирована работа возрастных психологов-консультантов» [2]. Дополняя данную мысль, С. Степанов говорит о том, что фактически, такая помощь должна исходить от школьных психологов. С нашей точки зрения, это действительно так. В современной школе работу с дезадаптированными детьми может и должен взять на себя именно педагог-психолог. Однако, осуществление этой работы должно происходить в обязательном сотрудничестве с учителем и родителями.

Учебный год в первом классе делится на адаптационный (2 месяца) период и основной периоды. Для успешного обучения школьников необходимо учитывать особенности их адаптации (приспособления) к школьной жизни. Трудность первого года обучения определяется новыми условиями жизни, новыми условиями деятельности, новыми требованиями к ребенку. Особенно трудными физиологически и психологически являются первые три-четыре недели обучения, и поэтому введение ребенка в школьную жизнь должно проводиться постепенно.

План исследования адаптации первоклассников к образовательному процессу состоит из наблюдения, диагностики, обработки и анализа результатов, выявления детей группы «риска», проведения консультаций для учителей и учащихся, участия в родительских собраниях, консультирования.

Психологическая готовность к обучению в школе включает: развитие высших психических функций (памяти, внимания, мышления, речи) в соответствии с возрастной нормой; развитие коммуникативной сферы (навыков общения и взаимодействия с детьми, взрослыми); саморегуляцию и произвольность (умение слышать, слушать и выполнять инструкцию; вести себя в соответствии с общепринятой нормой поведения); интеллектуальный компонент (развитие познавательных процессов).

Наблюдения за первоклассниками показали, что социально-психологическая адаптация происходит по-разному. Значительная часть детей (их обычно 50-60 %) адаптируются в течение первых 2-3 месяцев. Это проявляется в том, что ребенок привыкает к учителю, коллективу, приобретает друзей, старается

проявить себя (предлагает помощь, принимает поручения, участвует в коллективной деятельности). У этих детей обычно хорошее настроение, активное отношение к учебе, желание посещать школу.

Другим детям (их примерно 30%) требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной, не сразу соглашаются выполнить требования учителя, часто выясняют отношения со сверстниками неадекватными методами (дерутся, капризничают, жалуются, плачут). У этих детей встречаются трудности в усвоении учебных программ.

И, наконец, в каждом классе есть примерно 14% детей, у которых к значительным трудностям учебной работы прибавляются трудности болезненной и длительной (до одного года) адаптации. Такие дети отличаются негативными формами поведения, устойчивыми отрицательными эмоциями, нежеланием учиться и посещать школу. Часто именно эти дети становятся в классе изгоями: с ними не хотят дружить, сотрудничать, что вызывает новую реакцию протеста - они задираются, мешают проводить урок, передвигаются по классу и т.п.

Учитель строит свою деятельность с учетом степени и длительности адаптации первоклассников. Особенно важны такие качества педагога, как доброжелательность, сдержанность, спокойствие, терпение, умение наладить отношения с каждым ребенком. Нецелесообразно в первые месяцы обучения вызывать к доске детей, трудно адаптирующихся к школьной жизни, неуверенных, стеснительных. Нельзя демонстрировать перед всем классом неуспешность деятельности ученика, его ошибки и недостатки. Специальной дополнительной работы требует устранение трудностей обучения, возникающих у некоторых школьников, повышение их интереса к учебной деятельности и уверенности в собственных силах. Если не учитывать трудности адаптационного периода, то это может привести к нервному срыву ребенка и нарушению его психического здоровья.

Список литературы

1. *Винокуров Л.Н.* Возможности межведомственной и междисциплинарной интеграции в профилактике школьной дезадаптации // Вестник практической психологии образования, 2009. № 2. С. 61-67.
2. *Хухлаева О.В.* Психология подростка. М.: Академия, 2008. 160 с.