



**АДАПТАЦИЯ ДЕСЯТИКЛАССНИКОВ.  
Из опыта работы педагога-психолога  
МОУ «СОШ №11 с углубленным изучением отдельных  
предметов»  
Г. Железногорска  
Митевой Н.М.**

*Юность - весеннее время человека, в которое засеваются  
семена на будущие годы.*

Я.Б. Княжнин

Изменение социального  
окружения

Новый состав  
класса,  
учителей

Изменение  
системы деятельности

Новая учебная  
ситуация новой  
ступени  
образования

**Ситуация новизны**  
**Тревожность**  
**Эмоциональный**  
**дискомфорт**

Неопределенность  
представлений о  
требованиях  
учителей об  
особенностях и  
условиях обучения о  
номах и правилах  
поведения в  
коллективе класса

**Школьная дезадаптация**

Ребенок становится  
недисциплинированным,  
невнимательным, безответственным,  
быстро утомляется, не хочет идти в школу

1. Усталый утомленный вид подростка
2. Нежелание подростка делиться своими впечатлениями с родителями о проведенном дне в школе
3. Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы
4. Нежелание делать домашние задания
5. Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников
6. Жалобы на события, связанные со школой
7. Проблемы со сном.
8. Трудности с пробуждением, вялость.
9. Постоянные жалобы на плохое самочувствие



**Признаки дезадаптации:**

# Проблемы в 10 классе

- 0 проблема – ярко выраженное желание отдохнуть после напряжённого девятого класса и перед выпускным одиннадцатым классом;*
- 0 старшеклассники делают профессиональный выбор не всегда осознанно и зачастую принимают решение о предпочитаемой области будущей трудовой деятельности под влиянием момента (дифференцируют предметы на «полезные» и «ненужные», что вызывает игнорирование последних).*
- 0 Чрезмерная акцентуация на объеме приобретаемых знаний, а не на способе их получения может привести к тому, что после поступления в вуз для ребенка это и станет главной трудностью.*
- 0 Правильный выбор направления обучения соответствующий психофизиологическим и личностным особенностям, интересам и склонностям учащегося*



# Психологические трудности юношеского возраста

## *Психфизиологические трудности:*

- Незавершенность физического развития
- Синдром дисморфобии (физическая непривлекательность)
- Неустойчивость эмоциональной сферы
- Высокий уровень личностной тревожности

## *Психологические трудности:*

- Задержка развития теоретического мышления
- Нереалистичность мышления
- Несформированность волевой сферы

## На межличностном и личностном уровнях трудности:

- Проблема самосознания
- Проблема личностного роста
- Неадекватный уровень притязаний
- Несформированность потребностей
- Низкая социальная активность при  
стремлении к социальному одобрению



## Задачи в работе педагога-психолога с десятиклассниками:

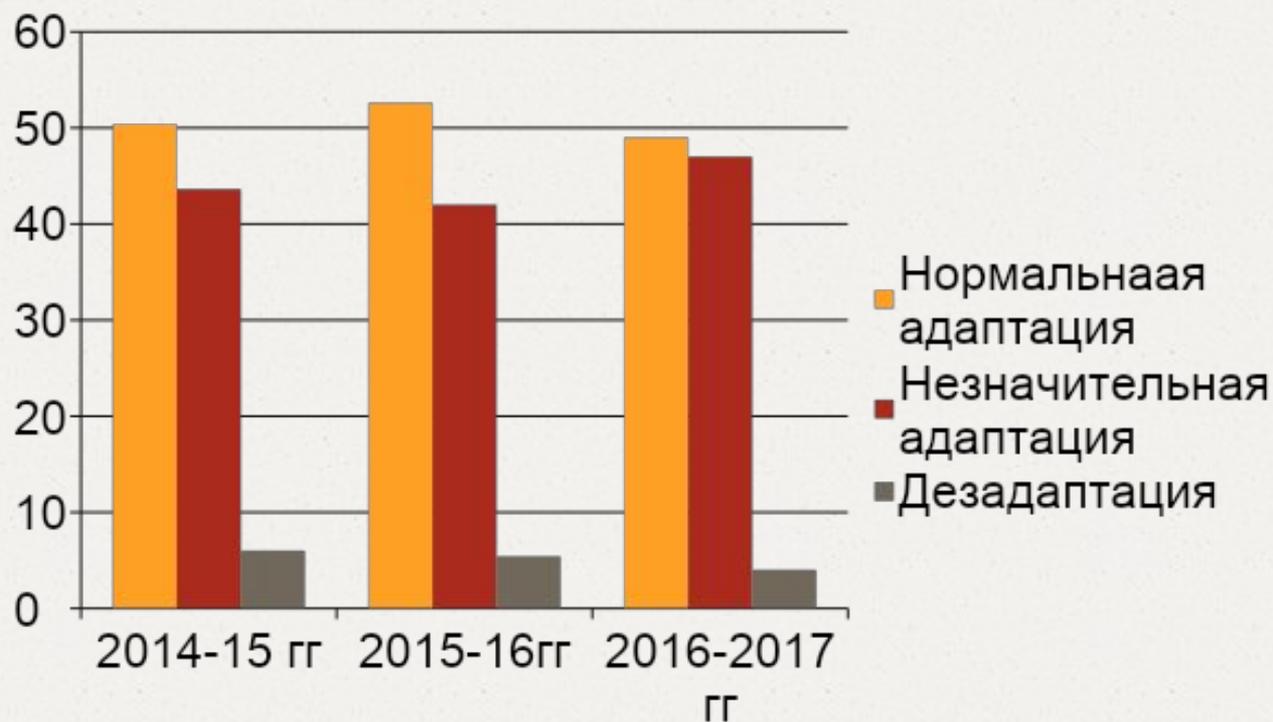
- 0 принятие позиции ученик-старшеклассник;
- 0 принятие новичков в коллектив;
- 0 поиск личностного смысла и мотивации учения;
- 0 узнавание специфики мира юноши и мира девушки;
- 0 организация самопознания и доброжелательной, конструктивной обратной связи.



## **Психологический инструментарий представлен следующими методиками:**

- 1. Методика « Шкала тревожности », разработанная по принципу « Шкалы социально - ситуативной тревоги » Кондаша. Эта методика характеризует тревожность учащихся с трех направлений: школьной, самооценочной и межличностной.*
- 2. Методика изучения мотивации обучения в старших классах.*
- 3. Индекса групповой сплоченности Симиора*
- 4. методики, изучающие профессиональные склонности учащихся.*

# Результаты диагностики



# Тревожность ( 2016-2017гг) 10 классы ( 78 ч)



Ученикам с **высокой оценкой тревожности** следует формировать чувство уверенности, необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование к подзадачам.



Для **низкотревожных**, напротив требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

# Диагностика мотивации обучения

Престижность учебы в классе-1,07

Престижность учебы в семье-2,5

Познавательный мотив-1,6

Мотив достижения-1,4

Мотив социального одобрения-2,1

Боязнь наказания-1,2

Осознание социальной необходимости-2,8

Мотив общения-2,6

Внеучебная школьная мотивация-0,9.

Мотив самореализации-1,7

Влияние одноклассников-1,9

Влияние семьи-1,5

Влияние школы-1,7



# Тест Сишора.

Первичная диагностика	Вторичная диагностика
Высокий уровень групповой сплоченности- 30 - 38%	Высокий уровень групповой сплоченности- 32- 41%
выше среднего уровень групповой сплоченности-30- 38%	выше среднего уровень групповой сплоченности-34- 44%
Средний уровень групповой сплоченности-14- 18%	Средний уровень групповой сплоченности-12- 15%
Низкий уровень -2- 6%	Низкий уровень -0 0%

# Анкета «Я и смысл жизни»

*Продолжи, пожалуйста, следующие предложения:*

## **Хорошая жизнь это...**

- 69%- счастливая семейная жизнь
- 42%- успешное профессиональное самоопределение
- 41%- когда есть деньги и связи
- 27%- активная, спокойная, наполненная положительными эмоциями
- 26%- все хорошо, все здоровы и счастливы
- 24%- Когда в жизни всего добился сам , достижение целей и желаний
- 21%-есть все необходимое для жизни

## **Счастливый человек-это тот, кто...**

- 37%-хорошая семья ( рад находится со своей семьей)
- 34%-доволен своей жизнью
- 27%-счастлив и в ни в чем не нуждается
- 12%-имеет детей

## **Больше всего ценю в людях-**

- 70%- искренность и честность
- 60% -доброту
- 25%- преданность
- 20%-ум
- 15%- отзывчивость
- 15%- умение понимать

## **Смысл моей жизни заключается в том, что ...**

- 75%- создать семью
- 31%-добиться успехов
- 28%-быть счастливым
- 26%-быть полезным другим людям
- 19%-быть материально обеспеченным.

## **Где ты можешь в наибольшей мере проявить себя и свои способности ?**

- 86%--школа
- 28%-дома
- 27%-на сцене ,в театральной студии
- 19%-общение
- 12%-спорт

# Психолого-педагогическое сопровождение адаптационного периода в классном коллективе.

- *1 этап* – Знакомство друг с другом
- *2 этап*-актуализация мотивации обучения в средней школе и проявление ожиданий на предстоящий период учебы.
- *3 этап*- (фактически его можно назвать этапом самоопределения) связана с полоролевым взаимодействием с характерным для этого возраста интересом к противоположному полу и более персонифицированным усвоением половой роли юноши или девушки.
- *4 этап*-посвящен решению задач на групповое взаимодействие, на поиск вариантов сотрудничества класса с целью достижения определенного результата.

# Рекомендации классному руководителю:



- o контролировать успеваемость и посещаемость;*
- o способствовать повышению уровня эмоционального комфорта у обучающихся: проводить беседы, привлекать к групповым творческим занятиям, исследовательской деятельности;*
- o обращать внимание на структуру мотивов обучения;*
- o способствовать формированию у старшеклассника потребности в поисковой активности, самоопределении и построении жизненных перспектив;*
- o способствовать проведению классных и школьных мероприятий совместно с родителями и детьми;*
- o способствовать формированию чувства ответственности, уровня субъективного контроля, рефлексии;*
- o организовывать совместную работу родителей с педагогом-психологом по проблема адаптации ребенка;*
- o оказывать поддержку обучающимся, которые претендуют на аттестат особого образца, медаль.*

# Рекомендации родителям:



- относиться к детям соответственно их возрасту;*
- способствовать формированию у старшеклассника потребности в поисковой активности, самоопределении и построении жизненных целей;*
- оказывать поддержку при формировании у старшеклассника качественного изменения самосознания; системы ценностей, самооценки отдельных качеств личности, из которых складывается оценка своего целостного образа;*
- способствовать формированию чувства ответственности, уровня субъективного контроля, рефлексии;*
- не следует умолять важность чувств старших подростков на данном возрастном этапе, им свойственно переоценивание значимости внутренних психологических проблем, попробуйте помочь, но не используйте фразы типа: «Толи еще будет», «Разве это проблема», «В жизни и не такое бывает»;*
- сохраняйте чувство юмора и оптимизма при общении со старшим подростком.*

# Рекомендации педагогам

- 0* важно увидеть, насколько значима для подростка проблема приобретения статуса среди сверстников, вхождения в новый коллектив;
- 0* необходимо учитывать резкую смену критериев оценки знаний обучающихся, понимать, поддерживать, поощрять;
- 0* правильно и своевременно реагировать на изменения в самооценке обучающихся, выявлять их причины;
- 0* видеть в старшекласснике соратника, консультировать, направлять, корректировать;

