



***«Школьная дезадаптация. Причины,
проявления и профилактика!»***

Подготовила
педагог-психолог
Гимназии №1476
Содомова И.А.



Школьная дезадаптация- что это?

Термином «школьная дезадаптация» («школьная неприспособленность») фактически определяются любые затруднения, возникающие у ребёнка в процессе школьного обучения.

К числу основных первичных внешних признаков врачи, педагоги и психологи единодушно относят физиологические проявления затруднений в учёбе и различные нарушения школьных норм поведения.


Деадаптация – что это?...



Деадаптация - характеризуется нарушением процесса приспособления к окружающей среде.

Школьная деадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления ребёнка к школе в форме нарушений учёбы и поведения, конфликтных отношений, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.





Обычно рассматриваются 3 основных типа проявлений школьной дезадаптации:

- Неуспешность в обучении по программам, выражающаяся в хронической неуспеваемости, а также в недостаточности и отрывочности общеобразовательных сведений без системных знаний и учебных навыков

(когнитивный компонент ШД);

- Постоянные нарушения эмоционально-личностного отношения к отдельным предметам, обучению в целом, педагогам, а также к перспективам, связанным с учебой

(эмоционально-оценочный, личностный компонент ШД);

- Систематически повторяющиеся нарушения поведения в процессе обучения и в школьной среде

(поведенческий компонент ШД).



Проявления ШД

На *физиологическом уровне* дезадаптация проявляется в повышенной утомляемости, сниженной работоспособности, импульсивности, неконтролируемом двигательном беспокойстве (расторможенности) либо заторможенности, нарушениях аппетита, сна, речи (заикание, запинки). Нередко наблюдаются слабость, жалобы на головные боли и боли в животе, гримасничанье, дрожание пальцев рук, обгрызание ногтей и другие навязчивые движения и действия, а также говорение с самим собой, энурез.



Проявления ШД

- На *познавательном и социально-психологическом уровне* признаками дезадаптации являются неуспешность учения, негативное отношение к школе (вплоть до отказа посещать её), к учителям и одноклассникам, учебная и игровая пассивность, агрессивность по отношению к людям и вещам, повышенная тревожность, частая смена настроения, страх, упрямство, капризы, повышенная конфликтность, чувства неуверенности, неполноценности, своего отличия от других, заметная уединённость в кругу одноклассников, лживость, заниженная либо завышенная самооценка, сверхчувствительность, сопровождаемая плаксивостью, чрезмерной обидчивостью и раздражительностью.

Признаки дезадаптации:

- усталый, утомленный вид ребёнка;
- нежелание делиться впечатлениями;
- нежелание выполнять домашние задания;
- жалобы на события в школе;
- беспокойный сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие и др.

Признаки дезадаптации в форме расстройства поведения

Продолжается не менее 6 месяцев, и содержит не менее 3-х проявлений.

1. Украл что-либо .
2. Убегал из дома.
3. Часто лжет.
4. Участвует в поджогах.
5. Часто прогуливает уроки.
6. Ворвался в чужой дом, помещение, машину.
7. Специально разрушил чужую собственность.
8. Жестокое физическое отношение к животным.
9. Принуждал к сексуальным отношениям.
10. Применял оружие.
11. Часто являлся зачинщиком драк.
12. Завладел чужой собственностью после борьбы.
13. Жестокое физическое отношение к людям.




1. *Недостаточная подготовка к школе:*

ребенку не хватает знаний и навыков, чтобы справиться со школьной программой, либо у него плохо развиты психомоторные навыки. К примеру, он пишет существенно медленнее других учеников и не успевает справиться с заданиями.



2. Нехватка навыков по контролю собственного поведения.

**Ребенку тяжело сидеть целый урок,
не выкрикивать с места, молчать
на уроке и т.д.**



3. Неприспособленность к темпу школьного обучения

Чаще это встречается у физически ослабленных детей либо у детей по природе медлительных (вследствие физиологических особенностей).



4. Социальная дезадаптация

Ребенок не может
построить контакт с
одноклассниками,
учителем.



Причины ШД

- Недостатки в подготовке ребенка к школе, социально-педагогическая запущенность.
- Соматическая ослабленность ребенка.
- Нарушение формирования отдельных психических функций и познавательных процессов.
- Двигательные нарушения.
- Эмоциональные расстройства.



ВАЖНО!!!

- Дети тяжело переживают отрицательную оценку их взрослыми и сверстниками. Они не могут своевременно и адекватно реагировать на психотравмирующую ситуацию, что вызывает ранние детские неврозы, дезадаптивное поведение.



ВАЖНО!!!

Чтобы вовремя обнаружить дезадаптацию, важно внимательно наблюдать за состоянием и поведением ребенка. Также полезно общаться с учителем, который наблюдает непосредственное поведение ребенка в школе. Могут помочь и родители других детей, т.к. многие школьники рассказывают им о событиях в школе.



ВАЖНО!!!

Для первого этапа школьной жизни характерно то, что ребенок подчиняется новым требованиям учителя, регулирующим его поведение в классе и дома, а также начинает интересоваться содержанием самих учебных предметов. Безболезненное прохождение ребенком этого этапа свидетельствует о хорошей готовности к школьным занятиям. Но далеко не все дети семилетнего возраста обладают ею. Согласно Н. В. Иванову, многие из них первоначально испытывают трудности и не сразу включаются в школьную жизнь. Наиболее часто встречаются три типа трудностей.



Трудности

- Первый из них связан с особенностями школьного режима. Без должных привычек у ребенка появляется чрезмерная усталость, срывы в учебной работе, пропуск режимных моментов.
- Большинство шестилетних детей с психофизиологической стороны подготовлены к формированию соответствующих привычек. Необходимо только, чтобы учитель и родители понятно и четко выражали новые требования к жизни ребенка, постоянно контролировали их исполнение, принимали меры поощрения и наказания с учетом индивидуальных особенностей детей.



Трудности

- Второй тип трудностей, которые испытывают первоклассники, проистекает из характера взаимоотношений с учителем, одноклассниками, в семье. При всей возможной приветливости и доброте к детям, учитель все-таки выступает как авторитетный и строгий наставник, выдвигающий определенные правила поведения и пресекающий всякие отклонения от них.



Трудности

- Третий тип трудностей многие первоклассники начинают испытывать в середине учебного года . В начале они с радостью посещали школу, с удовольствием принимались за любые упражнения, гордились оценками учителя, сказывалась их общая готовность к овладению знаниями. Наиболее верный способ предупредить «насыщение» учением состоит в том, чтобы дети получали на уроках достаточно сложные учебно-познавательные задачи, сталкивались с проблемными ситуациями, выход из которых требует овладения соответствующими понятиями.

Наиболее типичные проявления дезадаптации:

- **нарушение сна;**
- **нарушение аппетита;**
- **жалобы на усталость, головную боль, тошноту и т. п.;**
- **навязчивые движения (подергивание мышц, покашливание, обкусывание ногтей)**
- **нарушение темпа речи (запинки).**
- **невротические расстройства,**
- **астенические состояния (снижение массы тела, бледность, низкая работоспособность, повышенная утомляемость)**
- **снижение сопротивляемости организма (частая заболеваемость).**
- **снижение учебной мотивации.**
- **снижение самооценки, повышенная тревожность, эмоциональное напряжение.**



Уровни Адаптации

Высокий уровень адаптации.

Первоклассник положительно относится к школе:

- представляемые требования воспринимает адекватно;
- учебный материал усваивает легко;
- глубоко и полно овладевает программным материалом;
- решает усложненные задачи, прилежен, внимательно слушает указания, объяснения учителя, выполняет поручения без внешнего контроля;
- проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе (всегда готовится ко всем урокам);
- общественные поручения выполняет охотно и добросовестно;
- занимает в классе благоприятное статусное положение.



Уровни Адаптации

Средний уровень адаптации:

- первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний;
- понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно;
- усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи;
- сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле;
- бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным (готовится к урокам и выполняет домашние задания почти всегда);
- общественные поручения выполняет добросовестно; дружит со многими одноклассниками.
- Как правило, эти дети испытывают трудности в усвоении учебной программы.



Уровни Адаптации

Низкий уровень адаптации.

- первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе;
- нередки жалобы на нездоровье;
- наблюдаются нарушения дисциплины;
- объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно;
- самостоятельная работа с учебником затруднена;
- при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса;
- к урокам готовится нерегулярно, необходимы постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей;
- сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха; для понимания нового и решения задач по образцу требуется значительная учебная помощь учителя и родителей;
- общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен; близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников.



Рекомендации родителям



- ✦ Будьте внимательны к ребенку!
- ✦ Не предъявляйте завышенных требований!
- ✦ Обязательно беседуйте с ребенком в конце дня о его школьных впечатлениях, открытиях проблемах!
- ✦ Расскажите учителю, если после начала обучения вы заметили изменения в поведении ребенка дома!!!

- ✦ Следите за режимом дня ребенка!
- ✦ Наберитесь терпения, особенно если у ребенка возникают проблемы в усвоении учебного материала.
- ✦ Ребенок должен знать, что ВАША ЛЮБОВЬ К НЕМУ не зависит от результатов его обучения!!!
- ✦ Не стесняйтесь обращаться к педагогу, логопеду и психологу – есть проблемы, решить которые могут помочь только специалисты.

Рекомендации

- **Не будьте так строги!**
- **Осторожней с оценками**
Соблюдайте при этом правила:
 1. *Ни в коем случае не сравнивайте посредственные результаты вашего ребенка с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных учеников.*
 2. *Хвалите ребенка за улучшение его собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем – 2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценен искренне и без иронии родителями.*
 3. *Замечайте все малейшие достижения ребенка, оценивайте не ребенка, а его поступки.*
 4. *Беседуя о неудачах, отмечайте, что все это временно, поддерживайте активность ребенка в преодолении различных трудностей.*
- **Берегите здоровье малыша.**
- **Помогайте налаживать общение с одноклассниками.**
- **Не закливайтесь на школьных делах.**





Школа – это не страшно!

- Робость и неуверенность перед школой возникает у большинства детей младшего школьного возраста, многие не хотят идти в школу.
- И лучше чем родители уладить эту проблему никто не сможет.
- С момента просыпания у ребёнка должно быть хорошее самочувствие и приподнятое настроение, для этого родителям необходимо предусмотреть следующие моменты.
- Утром поднимите ребёнка пораньше, чтобы неторопливо, спокойно собраться в школу. Помните: спешка усиливает тревожность.
- Постарайтесь накормить ребёнка его любимым блюдом. Вкусная, съеденная с удовольствием пища поднимает настроение.
- Одежда, в которую вы нарядили ребёнка, должна нравиться не только вам, но и ему самому, при этом она должна быть максимально удобной, чтобы он не чувствовал себя в ней неловко. Когда человек себе нравится, он чувствует себя увереннее.
- Когда ребёнок приходит с хорошими отметками, хвалите его конце четверти устройте с ним праздник. Играйте с ним дома «Школу», пусть он побудит учителем, и вы сможете увидеть отношение к школе.



Пусть школа для вашего ребёнка будет дверью в сказку!





Когда лучше делать уроки?

- Дети возвращаются домой из школы утомленные, нагруженные тем, что необходимо написать или выучить, поэтому им требуется некоторое время, чтобы переключиться с учебного процесса на домашние дела. Обычно, для этого хватает одного-двух часов. В это время не следует затевать разговоров о школе или уроках, лучше дайте ребенку возможность поиграть или прогуляться.
- Для того чтобы вам не приходилось постоянно уговаривать его садиться за уроки, превратите их выполнение в некий ритуал, который будет проходить в определенном месте в одно и то же время. Наилучшим временем для выполнения домашних заданий считается **период с 3 часов дня до 6 часов вечера.**



Как должен проходить процесс выполнения домашних заданий?

- Проследите, чтобы ребенка **ничто не отвлекало от домашних заданий**. Выключите телевизор, уберите подальше домашних животных, убедитесь, что его ноги стоят на полу, а не болтаются в воздухе.
- Все дети разные: один ребенок долго делает уроки, другой быстро. Длительность выполнения заданий зависит от объемов, сложности и индивидуального ритма школьника. Некоторые, вполне, могут управиться за час, а другим, на ту же работу может понадобиться и три. Во многом, это зависит от умения распоряжаться своим временем и организовывать работу. Для этого научите ребенка составлять план занятий и разделять предметы по сложности.



Как должен проходить процесс выполнения домашних заданий?

- **Не стоит начинать делать уроки с самых сложных заданий**, на них, обычно, уходит больше всего времени, при этом ребенок устает, у него появляется ощущение неуспеха и как следствие, пропадает всяческое желание учиться дальше. Поэтому сначала приступайте к тому, что у него получается лучше всего, и только после этого переходите к более трудному.

-



Как вести себя с ребенком?

- Зачастую, когда мама делает уроки с ребенком, она старается контролировать чуть ли не каждое движение его руки. Этого делать не следует. Полностью контролируя ребенка, вы лишаете его возможности стать более самостоятельным и снимаете с него всю ответственность. **Никогда не забывайте, что главная задача родителей делать уроки не за ребенка, а вместе с ним.** Школьника необходимо научить самостоятельности, так ему будет легче управляться не только с домашними заданиями, но и с учебой в школе. Не бойтесь оставить его самого, займитесь своими делами, пусть малыш зовет вас, когда у него возникнут трудности.



Как вести себя с ребенком?

- **Старайтесь ничего не решать за ребенка.** Для того чтобы он мог справляться с заданиями сам, научите его ставить правильные вопросы. Например: «Что необходимо сделать для того, чтобы это число разделить на три?». Правильно ответив на вопрос, ребенок ощутит подъем и радость от того, что сумел самостоятельно выполнить задание. Также это поможет ему найти собственные методы работы.



Как вести себя с ребенком?

- Но и полностью оставлять ребенка без внимания тоже нельзя. Оставшись с уроками один на один, он вполне может застопориться на каком-то задании, не продвигаясь дальше. К тому же, дети нуждаются в одобрении того, что они сделали. Им просто необходим человек, который будет подпитывать их веру в собственные силы. Поэтому **не забывайте хвалить ребенка за хорошо выполненную работу** и не наказывайте, слишком строго за неудачи. Излишняя строгость и требовательность не приведет к положительным результатам.

-