

Организация психологического сопровождения процесса адаптации первоклассников

Почти все дошкольники хотят пойти в школу. Они хотят учиться, трудиться, подражать взрослым. Поступление в школу – переломный момент в жизни детей, один из наиболее существенных критических периодов, как в социально-педагогическом, так и в физиологическом плане. Это не только новые условия жизни и деятельности – это новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Начало школьного обучения меняет весь их образ жизни: все подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам.

Понятия школа и школьная жизнь связаны у первоклассников с узким кругом явлений: учитель, одноклассники, класс. Поэтому характер взаимоотношений ученика и учителя, межличностных отношений первоклассников, способность учащегося проявлять индивидуальность, желание и умение сотрудничать – все это играет огромную роль в благополучном или не благополучном течении процесса адаптации к школьной жизни.

Термин "адаптация" происходит от латинского слова «adaptatio» - приспособление.

Адаптация первоклассников — это приспособление ребенка к школе, к новым условиям существования, к новым видам деятельности, к новым нагрузкам.

Цель адаптационного периода - помочь первоклассникам познакомиться друг с другом, с учителем, с новой учебной ситуацией, со школой и школьными правилами.

Адаптация школьника имеет два аспекта – психологический и физиологический. Физиологический аспект адаптации заключается в приспособлении организма к изменяющимся условиям внешней среды. Психологический аспект адаптации – приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с его требованиями и собственными потребностями, мотивами, интересами. Психологическая адаптация осуществляется путем усвоения норм и ценностей данного общества. Основные проявления психологической адаптации: взаимодействие ребенка с окружающими людьми и его активная деятельность.

Адаптация ребенка к школе происходит не сразу: это довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. Продолжительность периода адаптации зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей первоклассника, характера его взаимоотношений с окружающими, типа учебного заведения, степени подготовленности к школьной жизни.

В первое время поведение и самочувствие детей большей частью меняется в худшую сторону. Все это пока объяснимо: ведь происходит приспособление ребенка к новым условиям обучения и воспитания, и, конечно, не проходит бесследно для самочувствия. Но проходит 1–2 месяца, и большинство ребят становятся более спокойными и дисциплинированными, чувствуют себя уже школьниками, успешно усваивают программу.

Перечислим признаки успешной адаптации:

1. Удовлетворенность школьника процессом обучения: ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страха.

2. Легкость в изучении программного материала. Если первоклассник испытывает затруднения при обучении, то необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне, а также не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.

3. Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успехе: "У меня все получится!", а иначе бороться с апатией вы будете очень долго.

4. Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями - с одноклассниками и учителем.

Хотя термин «сопровождение» прочно вошел в профессиональную жизнь практических психологов, педагогов, медиков и употребляется как концептуально, так и в отношении практической деятельности по решению конкретных проблем, нет еще единства мнений специалистов в определении этого понятия. Ряд авторов понимает «сопровождение» как поддержку психически здоровых людей, у которых на определенном этапе развития возникают личностные трудности. Сопровождение рассматривается как системная интегративная технология социально-психологической помощи семье и личности.

В качестве основных характеристик психологического сопровождения выступают его процессуальность, погруженность в реальную повседневную жизнь человека или семьи, особые отношения между участниками этого процесса, что в психоанализе называется «положительный перенос». Главными принципами психологического сопровождения являются гуманное отношение к личности и вера в ее силы; квалифицированная помощь и поддержка естественного развития.

Первый год обучения в школе – серьезное испытание для ребенка. Психологи отмечают, что дети переживают психологический кризис. Важное изменение в жизни первоклассников – «прилюдность» поведения, контроль со стороны учителя, одноклассников. Публичность жизни может забирать значимую часть психологической энергии ученика. Для снятия нагрузки можно посоветовать родителям давать детям дома возможность для уединения, а также постараться не делать им лишних замечаний.

Более активную позицию в вопросах взаимодействия должен занимать педагог, так как это одна из его профессиональных обязанностей.

Работа педагога с родителями организуется по двум направлениям:

Первое направление - изучение особенности семьи, воспитания ребенка в ее условиях и установление контактов семьей.

Второе направление - повышение педагогической компетентности родителей. И именно семья оказывает существенное влияние на развитие личности ребенка. Это связано со спецификой семейного воспитания.

Немало важным является и вводный курс, который позволяет развести во времени решение двух сложнейших педагогических задач: ввести ребенка в новую систему отношений и ввести первоклассников в новые учебные предметы.

Вводный курс предусматривает освоение детьми организационных навыков и умений для учебы в школе. После того как освоены основные правила работы в классе, первоклассники способны полностью сосредоточиться на освоении учебного содержания.

Цели курса «Введение в школьную жизнь»:

- обеспечение психологической адаптации детей;
- знакомство с основными школьными правилами;
- привитие навыков индивидуальной, парной и коллективной работы;
- обучение элементарным приемам обратной связи;
- организация классного коллектива; развитие внимания, памяти, мышления, воображения.
- знакомство с системой школьного оценивания;

Содержание вводного курса строится на доступном практически всем первоклассникам дошкольном материале игры, рисования, конструирования, элементарного экспериментирования.

Таким образом, результатом психологического сопровождения личности в процессе адаптации к жизни становится новое жизненное качество - адаптивность, т.е. способность самостоятельно достигать относительного равновесия в отношениях с собой и окружающими как в благоприятных, так и в экстремальных жизненных ситуациях.