

Соціально-психологічна адаптація першокласників до умов шкільного навчання

Адаптація першокласників до навчання у школі - одна з найактуальніших проблем дитячої психології, яка вирішує її разом із педагогікою, психогігієною, біологією, соціологією. Процес адаптації - вузловий момент становлення дитини в якості суб'єкта навчальної діяльності. По-перше, тому, що в ході адаптації до шкільного навчання дитина отримує орієнтацію в системі поведінки, яка надовго визначає подальшу долю її розвитку. По-друге, в ході цього процесу формується учнівський колектив з певним рівнем соціально-психологічної згуртованості. Взаємини у шкільному класі виступають могутнім засобом залучення особистості дитини до нових соціальних функцій, культури, норм поведінки, характерних для школи.

Адаптація - універсальна форма взаємодії людини з оточуючим середовищем. Це складне соціально зумовлене явище, що охоплює три рівні адаптивної поведінки людини: біологічний, психологічний і соціальний з провідною роллю останнього. Адаптивну діяльність людей мотивують соціально зумовлені потреби. Водночас для неї властиве і специфічно біологічне, притаманне людському організму. Все це характеризує адаптацію як цілісний біопсихосоціальний процес.

Процес адаптації першокласників протікає на всіх її рівнях:

- *біологічному* (пристосування до нового режиму навчання й життя);
- *психологічному* (входження до нової системи вимог, пов'язаних з виконанням навчальної діяльності);
- *соціальному* (входження до учнівського колективу).

Все це означає суттєву перебудову життя, фізіологічних та психічних станів першокласників, що супроводжується неприємними відчуттями дискомфорту (пов'язаними, в основному з втратою звичних й улюблених занять, зміною соціального оточення), зламом і дисбалансом динамічних стереотипів, швидким накопиченням нової інформації та особистісними змінами. Проявами таких станів можуть бути тривожність, фрустрація, депресія, нестача впевненості в собі, невротичні прояви.

Психологічна адаптація являє собою процес мотивації адаптивної поведінки людини, формування мети і програми її реалізації у ситуаціях, що відзначаються значною новизною та значущістю. Це процес взаємодії особистості дитини із середовищем, за якого дитина повинна враховувати особливості середовища й активно впливати на нього, щоб забезпечити задоволення своїх основних потреб і реалізацію значущих зв'язків. Процес взаємодії особистості й середовища полягає в пошуку й використанні адекватних засобів і способів задоволення основних її потреб, до яких належать потреба в

безпеці, фізіологічні потреби (у їжі, сні, відпочинку тощо), потреба в прийнятті та любові, у визнанні та повазі, у самовираженні, самоствердженні й у розвитку. Тим самим закладаються можливості для успішної соціальної адаптації й соціалізації дитини.

Соціальна адаптація - це процес, за допомогою якого дитина або дитяча група досягають стану соціальної рівноваги при відсутності переживання конфлікту із оточуючими людьми.

Соціальну адаптацію розглядають як завершальний, підсумковий етап адаптації в цілому, що забезпечує як фізіологічне і психологічне, так і соціальне благополуччя особистості. Першокласник повинен пристосуватись до вимог тих соціальних груп, що характерні для школи (учнівська група, вчителі, інші класи тощо).

Соціальна адаптація проходить чотири основних стадії:

- врівноваження - встановлення рівноваги між групою та особистістю, які проявляють взаємну терпимість до системи вподобань і стереотипів поведінки один одного;
- псевдоадаптація - поєднання зовнішньої пристосованості до соціальної групи з негативним ставленням до її норм і вимог;
- пристосування - визнання і прийняття систем вподобань нової соціальної спільноти, взаємні поступки;
- уподібнення - психологічна переорієнтація особистості, трансформація колишніх поглядів, орієнтацій, установок відповідно до нової ситуації.

Період адаптації першокласника пов'язаний із трансформацією раніше сформованих у нього стереотипів поведінки й навичок життєдіяльності, що призводить не лише до низки утруднень у взаємодії з оточуючим світом і в повсякденному житті, а й нерідко спричиняє погіршення навчальних успіхів. У першому класі спостерігається різке зниження мотивації дитини відвідувати школу й навчатись, падіння пізнавального інтересу, що пов'язано саме з труднощами адаптаційного періоду.

Основні проблеми соціалізації молодшого школяра в перші місяці відвідування школи можна позначити як труднощі соціально-психологічної адаптації дитини до вимог навчання в школі. До них належать наступні **типи труднощів**:

- Зміна режиму життєдіяльності. Дорослий повинен чітко, зрозуміло розкривати вимоги та доброзичливо контролювати їх виконання, використовуючи переважно схвалення дій дитини.
- Специфіка відносин з учителем. Учитель займає іншу позицію, ніж вихователь дошкільного закладу. Він оцінює, насамперед, результати діяльності учня, а не його особистість. Дитина ж прагне до схвалення своїх дій з боку дорослого, а при відсутності схвалення вважає, що дорослий його "не любить".

- Нові вимоги в сім'ї, члени якої починають серйозніше ставитись до дитини, до її діяльності в школі. Зростає обов'язковість у поведінці дитини. У центрі відносин з батьками - результати й процес учіння.
- Згасання інтересу до школи при появі перших труднощів у навчанні, коли потрібно докласти зусиль, проявити наполегливість, працелюбність. Подальший розвиток позитивної навчальної мотивації залежить від формування навчальної діяльності.

Учитель повинен створити всі умови для успішної адаптації першокласників до шкільного навчання, а для цього педагог повинен глибоко розбиратись у вікових особливостях психічного розвитку молодшого школяра. Нагадаємо, що характеристика кожного вікового періоду психічного розвитку містить такі основні компоненти: провідну діяльність, соціальну ситуацію розвитку, новоутворення психіки й особистості. Складність управління цим процесом полягає в тому, що перебіг адаптації у різних дітей відбувається по-різному, залежить від їх індивідуально-психологічних особливостей, рівня підготовленості дитини до шкільного навчання, а також від педагогічних умов, створених у школі для роботи з першокласниками.

ВИСНОВКИ про соціально-психологічну адаптацію першокласників до умов шкільного навчання:

- у ході адаптації до шкільного навчання дитина отримує орієнтацію в системі поведінки, яка надовго визначає подальшу долю її розвитку;
- адаптація - універсальна форма взаємодії людини з оточуючим середовищем, складне соціально зумовлене явище;
- процес адаптації першокласників протікає на біологічному, психологічному, соціальному рівнях;
- ознаками адаптивних проблем першокласника є стани тривожності, фрустрації, депресії, нестача впевненості в собі, невротичні прояви;
- учитель повинен створити психолого-педагогічні умови для успішної адаптації першокласників до шкільного навчання.