

Психологические особенности адаптации к обучению в 5 классе

Под адаптацией в психологии понимается приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными потребностями, мотивами и интересами.

Успешность адаптации зависит не только интеллектуальной готовности младшего подростка, но и от того, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях

Причины трудностей в адаптации



По многолетним наблюдениям педагогов и психологов выявлена тенденция:

- переход из начальной школы в среднюю неизбежно связан со **снижением успеваемости**, хотя бы временным
- учащимся, привыкшим к определённым порядкам начальной школы, **необходимо время, чтобы приспособиться** к новому темпу и стилю жизни

- Переход к системе «Классный руководитель – учителя-предметники».
- Разнообразие требований учителей.
- Обучение в разных кабинетах.
- Смена социального статуса (были старшими в начальной школе, стали младшими в основной школе).

Признаки успешной адаптации



- Удовлетворенность процессом обучения.
 - Достаточная легкость освоения учебного материала.
 - Самостоятельность при выполнении домашних заданий.
- Удовлетворенность своими отношениями с одноклассниками и учителями.
 - Удовлетворенность процессом обучения.
 - Достаточная легкость освоения учебного материала.
 - Самостоятельность при выполнении домашних заданий.
 - Удовлетворенность своими отношениями с одноклассниками и учителями.

Признаки трудностей в адаптации

Признаки дезадаптации:

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



- Частые жалобы на те или иные события, связанные со школой.
- Утомленный внешний вид ребенка.
- Замкнутость ребенка, нежелание делиться своими впечатлениями о

проведенном дне.

- Стремление отвлечь родителей от школьных событий, переключить их внимание на другие темы.
- Нежелание выполнять домашние задания.
- Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
- Беспокойный сон, трудности утреннего пробуждения.
- Частые жалобы на плохое самочувствие.
- Резкие изменения в поведении (вдруг стал раздражительным, беспокойным, тревожным, агрессивным, апатичным и т.д.).



При нарушении процесса адаптации желательна консультация педагога-психолога или детского психолога

Рекомендации родителям



Как облегчить процесс адаптации ребёнка?

Помочь в адаптации – это значит сделать всё, *чтобы ребёнок чувствовал себя хорошо*



- Безусловное принятие ребенка, любовь и поддержка.
- Проявление родителями интереса к школе, к классу.
- Знакомство с одноклассниками ребенка и возможность общения детей после и вне школы.
- Учет темперамента ребенка в период адаптации.
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе, при этом организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
- Поощрение ребенка.
- Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.
- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
- Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания, насилие, сарказм и жестокость.
- Помощь в определении плюсов от изменения условий обучения.
- Помощь в подготовке домашних заданий.