

ПРОБЛЕМА АДАПТАЦІЇ ТА АДАПТАЦІЙНИХ РОЗЛАДІВ В УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ НАВЧАННЯ

Гнатюк О. В. orcid.org/0000-0003-2445-6283

В сучасних умовах постійних змін, швидкого зростання ритму життя, стрімкого розвитку інформаційних технологій, що спричиняють підвищення вимог до людини як члена суспільства взагалі та як творчої, активної особистості зокрема, дослідження проблеми адаптації та адаптаційних розладів в учнів молодшого шкільного віку набуває все більшої актуальності. Цим питанням приділяється значна увага в методологічних, теоретичних експериментальних і прикладних дослідженнях психологів, педагогів, фізіологів та ін. Так, питання адаптації дитини до школи висвітлено у працях Л.С. Виготського О.В. Запорожця, О.М. Леонтєєва, В.О. Сухомлинського тощо. Проблема адаптації та адаптаційних розладів розкрита такими авторами, як: Ю.О. Александровський, П.К. Анохін, Ф.Б. Березін, М.Р. Бітянова, Л.І. Божович, Д. Брікер, А.Л. Венгер, О.М. Вержиховська, В.Є. Каган, Л.П. Пономаренко, Г.І. Царегородцев та ін.

Зазначена проблема є важливою для закладів освіти, адже педагоги працюють із підростаючим поколінням, найбільш відкритим для усього нового. Особливої уваги потребують учні початкових класів, адже, молодший шкільний вік є тим етапом онтогенезу, в якому активно і стрімко розвиваються соціальні емоції, самосвідомість, формується самооцінка, відбувається вибудовування ієрархії мотивів і їх супідрядність у генезі соціального розвитку дитини, закладається специфіка спілкування з дорослими та однолітками. Молодший шкільний вік – це період, коли формуються психічні новоутворення, завдяки чому діти виходять на новий рівень пізнання світу і самопізнання, відкривають нові власні можливості і перспективи.

Провідною діяльністю молодшого школяра є навчальна діяльність, яка з першим кроком до школи опосередковує систему його стосунків з навколишнім світом. В процесі навчальної діяльності розвиваються основні психологічні

новоутворення молодшого шкільного віку: довільність психічних процесів (пам'яті, уваги, мислення, організації діяльності); вміння свідомо ставити мету, шукати засоби її досягнення, долати труднощі; внутрішній план дій; уміння організувати навчальну діяльність; рефлексія. Саме у цьому віці закладаються основи знань, умінь і навичок, необхідних для подальшого навчання, а також часто від бажання учитися в початковій школі залежить і прагнення до навчання у наступних класах.

Початкова школа – важливий етап у житті школярів, оскільки саме в цей період відбувається перебудова свідомості дитини, її емоційної сфери, соціальна та психологічна адаптація до умов школи. Перед дитиною постає завдання успішного оволодіння навчальною діяльністю. Однак, навчальна діяльність через свою специфіку має об'єктивні труднощі, оскільки школяр постійно освоює щось нове, те, чого він раніше не знав, чим не володів – це і новий режим життя, і нові стосунки з учителями та однолітками, і новий колектив тощо. Все це впливає на емоційну, соціальну і особистісну сфери дитини і на кожному рівні проявляється по-різному. На емоційному рівні дитина може відчувати підвищену тривожність, занепокоєння, страх, невпевненість, гнів чи агресію; на соціальному рівні проблеми у спілкуванні з однолітками та дорослими в школі і в сім'ї, на особистісному рівні можуть спостерігатися проблеми із самооцінкою, відсутність бажання вступати в контакт з оточуючими тощо. Тому, стикаючись з труднощами, що виникають у навчальній діяльності, не всі учні молодшої школи через свої особисті та інтелектуальні особливості здатні їх подолати, що і призводить до адаптаційних розладів.

Адаптаційні розлади в учнів молодшого шкільного віку заважають успішній соціалізації дітей, їх гармонійному розвитку, перешкоджають подальшому навчанню та загальній соціально-психологічній адаптації молодших школярів.

Адаптація може здійснюватися на фізіологічному, психічному, соціальному та психофізіологічному, соціально-психологічному рівнях.

Адаптація (від лат. *adapto* - пристосування) – це здатність живого організму пристосовуватися до змін навколишнього середовища, зовнішніх (внутрішніх) умов існування шляхом збереження і підтримання фізичного гомеостазу.

Фізіологічна адаптація являє собою стійкий рівень активності і взаємозв'язку функціональних систем, органів і тканин, а також механізмів управління, що забезпечує нормальну життєдіяльність організму і трудову активність людини в різних (у тому числі й соціальних) умовах існування.

Психічна – пристосування психічної діяльності людини до мінливих умов середовища шляхом збереження психічного гомеостазу.

Соціальна – активне пристосування індивіда до умов середовища і результату цього процесу. Психофізіологічна – це процес, зумовлений зміною в психофізіологічному стані людини під впливом дезадаптаційних факторів, що потребує одночасної та узгодженої взаємодії функціональних підсистем на всіх рівнях цілісної системи з метою ефективного забезпечення діяльності в нових умовах.

Соціально-психологічна – специфічно людська форма адаптації, що забезпечує особистісний розвиток шляхом спрямованої, активної взаємодії з природними і соціальними умовами життєдіяльності.

Шкільна дезадаптація, – це утворення неадекватних або відсутність механізмів пристосування дитини до школи, які проявляються у вигляді порушень навчальної діяльності, поведінки, конфліктних відносин з однокласниками і дорослими, підвищеного рівня тривожності, порушень особистісного розвитку. [3] У загальному вигляді під шкільною дезадаптацією мається на увазі, сукупність ознак, що свідчать про невідповідність соціопсихологічного і психофізіологічного статусу дитини вимогам ситуації шкільного навчання, оволодіння якими з ряду причин стає важким.

Шкільна дезадаптація у школярів може проявлятися у зниженні інтересу до навчання, негативної мотивації, у небажанні відвідувати школу; повільному темпі засвоєння навчального матеріалу; погіршенні успішності;

неорганізованості, неуважності, повільності або гіперактивності; конфліктності, невпевненості у собі тощо.

Встановлено, що характер та тривалість адаптаційного періоду молодших школярів залежить від певних чинників:

- ✓ стану здоров'я та рівня розвитку дитини (здорова, добре розвинена дитина значно легше переносить труднощі соціальної адаптації);
- ✓ індивідуальних особливостей дитини (поведінка залежить від типу нервової системи);
- ✓ досвіду спілкування з дорослими та ровесниками (уміння позитивно ставитися до вимог дорослих та адекватно спілкуватися з іншими дітьми);
- ✓ рівня натренованості адаптаційних механізмів (діти, які перед приходом до школи перебували в різних умовах життя, спілкувалися з людьми різного віку, часто змінювали звичне оточення, легше пристосовуються до шкільного устрою та нових товаришів);
- ✓ віку дитини (легше адаптуються до нових умов життя діти, яким на момент першого ознайомлення зі школою, знайомство з учителем уже є шість років) [2].

Показниками адаптованості першокласників до систематичного навчання в школі виступають: спокійний та врівноважений стан, стриманість та уважність на уроках, жвавість та рухливість на перервах, здатність до налагодження нових стосунків із навколишніми (дорослими та однолітками). Крім того такі діти успішно засвоюють навчальний матеріал, добре розуміють і виконують вимоги учителя, не очікуючи заохочення. Негативна оцінка сприймається ними адекватно. Їх навчальна діяльність та процес спілкування мають ініціативний характер. Вони активні на уроках, самі відповідають і ставлять запитання; заводять знайомства з учнями інших класів, проявляють різні види активності (мовленнєву, пізнавальну, рухову тощо). Вони орієнтуються в приміщенні школи, спостерігають за старшокласниками; через тиждень вже добре орієнтуються у школі, демонструють свою обізнаність

батькам [1].

У віковий період від 6-7 років до 10-11 найбільш важливим є вплив оточуючого середовища на розвиток особистості дитини. Дестабілізація у суспільстві, деяких сім'ях, відсутність сприятливих екологічних, економічних, а також належних побутових умов для батьків і дітей, недоліки дошкільного, шкільного, сімейного виховання ускладнюють ситуацію щодо навчання та виховання, що також може призвести до адаптаційних розладів особистості.

Перехід дитини до систематичного шкільного навчання вважається одним із найскладніших етапів її життя та пред'являє високі вимоги до їх розумової працездатності, яка у молодших школярів ще нестійка, а опірність стомленню є низькою. І хоча протягом зазначеного вікового періоду ці параметри підвищуються, в цілому продуктивність і якість діяльності молодших школярів приблизно наполовину нижче, ніж відповідні показники старшокласників.

Отже, вступ дитини до школи і молодший шкільний вік є важливими етапами життєвого шляху дитини, оскільки пов'язані із багатьма змінами. До важливих змін належать зміни, що пов'язані з характером його спілкування з оточуючими людьми, зміни соціальної позиції та соціального інституту навчання і виховання, зміна провідної діяльності, розширення прав та обов'язків дитини. Увага до проблеми адаптації та адаптаційних розладів молодших школярів в сучасній психолого-педагогічній теорії і практиці зростає у зв'язку з тим, що зростає кількість дітей, які мають труднощі в навчальній діяльності, які відчувають підвищену тривожність, проблеми у встановленні міжособистісних взаємин та ін.

Список використаних джерел

1. Битянова М.Р. Адаптация ребенка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. Москва: Владос, 2002. 112 с.
2. Варламова А.Я. Школьная адаптация. Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2005. 204 с.
3. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.

Гнатюк Ольга Владиславівна (orcid.org/0000-0003-2445-6283), провідний науковий співробітник лабораторії психодіагностики та науково-психологічної інформації Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, кандидат психологічних наук

