

Когда нужно бить тревогу, или первые признаки школьной дезадаптации ?

Школьная дезадаптация – это ситуация, когда ребенок оказывается неприспособленным к школьному обучению. Наиболее часто дезадаптация наблюдается у первоклассников, хотя она также может развиваться и более старших детей. Очень важно вовремя обнаружить проблему, чтобы вовремя принять меры и не дожидаться, пока она вырастет подобно снежному кому.

Причины школьной дезадаптации

Причины школьной дезадаптации могут быть различными.

- 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.

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.

Признаки школьной дезадаптации

Признаки школьной дезадаптации также можно разделить по типам. При этом причина и следствие могут не совпадать. Так, при социальной дезадаптации у одного ребенка будут наблюдаться сложности в поведении, другой будет испытывать переутомление и слабость, а третий откажется заниматься «назло учителю».

Физиологический уровень. Если ваш ребенок испытывает повышенную утомляемость, снижение работоспособности, слабость, жалуется на головные боли, боли в животе, нарушения сна и аппетита, это явные признаки возникших сложностей. Возможны энурез, появление вредных привычек (обгрызание ногтей, ручек), дрожания пальцев, навязчивых движений, говорения с самим собой, заикания, заторможенности или, наоборот, двигательного беспокойства (расторможенности).

Познавательный уровень. Ребенок хронически не справляется со школьной программой. При этом он может безуспешно стараться преодолеть сложности либо отказываться учиться в принципе.

Эмоциональный уровень. Ребенок негативно относится к школе, не хочет туда ходить, не может наладить отношения с одноклассниками и учителями. Плохо относится к перспективе обучения. При этом важно различать отдельные сложности, когда ребенок сталкивается с проблемами и жалуется на это, и ситуацию, когда он в целом крайне негативно относится к школе. В первом случае обычно дети стремятся

преодолеть проблемы, во втором либо опускают руки, либо проблема выливается в нарушение поведения.

Поведенческий уровень. Школьная дезадаптация проявляется в вандализме, импульсивном и неконтролируемом поведении, агрессивности, непринятии школьных правил, неадекватности требований к одноклассникам и учителям. Причем дети в зависимости от характера и физиологических особенностей могут вести себя по-разному. Одни будут проявлять импульсивность и агрессивность, другие – зажатость и неадекватные реакции. Например, ребенок теряется и ничего не может ответить учителю, не может постоять за себя перед одноклассниками.

Помимо оценки общего уровня школьной дезадаптации важно помнить, что ребенок может быть частично приспособлен к школе. Например, хорошо справляться со школьными занятиями, но при этом не находить контактов с одноклассниками. Либо, наоборот, при плохой успеваемости быть душой компании. Поэтому важно обращать внимание как на общее состояние ребенка, так и на отдельные сферы школьной жизни.

Наиболее точно диагностировать, насколько ребенок адаптирован к школе, может специалист. Обычно это входит в обязанности школьного психолога, но если обследование не проведено, то родителям имеет смысл при наличии нескольких тревожащих симптомов обратиться к специалисту по собственной инициативе.