

в психике индивидуума, препятствующих оказанию профессиональной психологической помощи в будущей практической деятельности.

3. Осознание участником занятий противоречия между желанием оказывать помощь людям в своей будущей профессиональной деятельности и некоторыми своими характерологическими особенностями приводит к формированию его личного решения об отказе от них (на некоторое время или навсегда, в сфере профессионального взаимодействия или/и в других сферах общения).

4. Диалогическое взаимодействие, которое является основой для проведения интеракций во время группового психокоррекционного процесса, создаёт основу для накопления будущим психологом багажа новых способов грамотного профессионального общения.

Литература

1. Сергиенко, И.М. Интерактивный психологический театр: метод профилактики негативных явлений в среде молодежи: учебное пособие / И. М. Сергиенко. – Черкассы: Изд-во ЧНУ, 2009. – 100 с.
2. Яценко, Т.С. Основы глубинной психокоррекции: феноменология, теория і практика: навч. посіб. / Т. С. Яценко. – К.: Вища шк., 2006. – 382 с.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

Я.Н Сидя, Ю.С. Шишкина
ФГАОУВПО «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет»,
г. Белгород, Россия

Начало обучения в школе - один из наиболее сложных периодов в жизни детей не только в социальном, психологическом, но и в физиологическом плане. Изменяется вся жизнь ребенка - новые контакты, новые условия жизни, принципиально новый вид деятельности, новые требования и т.д. Напряженность этого периода определяется, прежде всего, тем, что школа с первых дней ставит перед учеником целый ряд задач, не связанных непосредственно с предшествующим опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных, эмоциональных, физических резервов[2, с.124].

Напряжение в работе различных систем организма, изменение социального окружения, кардинальная смена деятельности требует выработки новых и перестройки старых привычных форм поведения, т.е. у ребенка возникает необходимость адаптироваться к новым условиям жизнедеятельности. Рассмотрим, что же такое адаптация.

«Адаптация - это длительный процесс, в котором организм ребенка функционирует как динамическая система, непрерывно приспособляющаяся

к новым условиям окружающей среды путем изменения уровня функционирования отдельных систем и соответствующего напряжения регуляторных механизмов»[3].

Выделяется 3 этапа физиологической адаптации: [2, с.144]

1) ориентировочный, когда в ответ на весь комплекс новых воздействий, связанных с началом систематического обучения отвечают бурной реакцией и значительным напряжением практически все системы организма;

2) неустойчивое приспособление, когда организм ищет наиболее оптимальные варианты ответов на эти воздействия.

На первом этапе ни о какой экономии ресурсов организма говорить не приходится. Организм тратит все, что есть. Поэтому важно помнить, какую цену платит организм ребенка в данный период. На втором этапе эта цена снижается – буря затихает;

3) период наиболее устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех видов систем.

Какую бы работу не выполнял школьник, каждая из систем его организма должна отреагировать своим напряжением. Поэтому, чем больше напряжения потребует от каждой, тем больше ресурсов израсходует организм. Возможности детского организма далеко не безграничны, а длительное функциональное напряжение, и связанное с ним утомление и переутомление, могут привести к нарушению здоровья. Мы рассматриваем физиологические аспекты адаптации для того, чтобы учитель знал и понимал, почему на этом этапе обучения нельзя чрезмерно интенсифицировать учебную работу, почему дети так быстро устают и трудно удержать их внимание. В соответствии с этим нужно строить весь педагогический процесс так, чтобы не наносить ущерба здоровью каждого ребенка. Нельзя забывать, что готовность детей к систематическому обучению различна, значит, процесс адаптации к школе каждого ребенка будет различным.

Продолжительность всех трех фаз адаптации приблизительно 5-6 недель, а наиболее сложными являются 1-4 недели.

Чем же характеризуются первые недели обучения? Прежде всего, достаточно низким уровнем и неустойчивостью работоспособности, очень высоким уровнем напряжения сердечно-сосудистой системы, симпатoadреналовой системы, а также низким показателем координации (взаимодействия) различных систем организма между собой. По интенсивности и напряженности изменений, происходящих в организме ребенка в процессе учебных занятий, в первые недели обучения учебную нагрузку можно сравнить с воздействием на взрослого, хорошо тренированный организм экстремальных нагрузок. Например, изучение реакции организма первоклассников на уроках по показателям сердечно-сосудистой системы показало, что напряжение деятельности сердца ребенка можно сравнить с напряжением космонавта в состоянии невесомости. Этот пример убедительно показывает, насколько труден для ребенка процесс физиологической адаптации к школе.[2, с.126]

Несоответствие требований и возможностей ребенка ведут к неблагоприятным изменениям центральной нервной системы, к резкому падению учебной активности, снижению работоспособности.

Только на 5-6 недели обучения постепенно возрастают и становятся более устойчивыми показатели работоспособности. Снижается напряжение основных жизнеобеспечивающих систем (ЦНС), так как относительное устойчивое приспособление ко всему комплексу нагрузок, связанных с обучением. Однако по некоторым показателям затягивается до 9 недель. И хотя считается, что период острой психологической адаптации заканчивается на 5-6 недели, весь первый год обучения может считаться периодом неустойчивой и напряженной регуляции организма.

Успешность процесса адаптации определяется состоянием здоровья ребенка. В зависимости от состояния здоровья адаптация может проходить по-разному. Выделяют группы детей с легкой адаптацией, адаптацией средней тяжести и тяжелой. При легкой адаптации состояние напряженности внутренних систем организма ребенка компенсируется в течение первой четверти. При адаптации средней степени тяжести нарушения самочувствия и здоровья могут наблюдаться в течение первого полугодия. При тяжелой адаптации нарушения в состоянии здоровья могут продолжаться в течение первого года. Напряжение всех физиологических систем в организме ребенка в наибольшей степени проявляется в течение первых двух месяцев обучения.

Почти у всех детей наблюдается двигательное возбуждение или заторможенность, жалобы на головные боли, плохой сон и снижение аппетита. Эти нарушения более заметны от резкого перехода от одного образа жизни к другому. Особенно если в семье не соблюдается режим, если дети не посещали детский сад.

К сожалению, в настоящее время здоровых детей поступает в школу только 20-25%. У остальных уже имеются различные нарушения в состоянии здоровья. Вполне естественно, что вероятность неблагоприятного протекания процесса адаптации у этих детей значительно возрастает.

У каких детей труднее всего протекает адаптация? Тяжелее всех адаптируются дети, у которых неблагоприятно протекал период новорожденности, дети, перенесшие черепно-мозговые травмы, часто болеющие, страдающие различными хроническими заболеваниями и особенно - имеющие расстройства нервно-психической сферы.

Одной из основных задач, которая становится перед ребенком-школьником – это необходимость усвоения программного материала. И, несмотря на то, что умственная готовность практически одинаковая у всех детей, реальная готовность различна.

У детей с недостаточным уровнем интеллектуального развития, с плохой памятью, низким уровнем развития произвольности внимания, воли и других качеств, будут самые большие трудности. Дело в том, что сменяя ведущий вид деятельности: игра закончена, а учебная деятельность еще не сформировалась.

Сложность в том, что начало обучения меняет основной вид деятельности ребенка-дошкольника (им является игра), но и новый вид деятельности -

учебная деятельность возникает не сразу. Учение в школе нельзя отождествлять с учебной деятельностью. В.В. Давыдов писал: «Дети, как известно, учатся в самых различных видах деятельности - в игре, в труде, при занятиях спортом и т.д. Учебная же деятельность имеет свое содержание и строение, и ее необходимо отличать от других видов деятельности, выполняемых детьми как в младшем школьном, так и в других возрастах (например, от игровой, общественно-организационной, трудовой деятельности). Причем в младшем школьном возрасте дети выполняют все только что перечисленные виды деятельности, но ведущей и главной среди них является учебная. Она детерминирует возникновение основных психологических новообразований данного возраста, определяет общее психическое развитие младших школьников, формирование их личности в целом».[1, с.97] Мы привели эту цитату потому, что именно известный отечественный психолог В.В. Давыдов показал и обосновал отличие учебы и учебной деятельности.

Исходя из этого, можно сделать вывод: что индикатором трудности процесса адаптации к школе являются изменения в поведении детей. Это могут быть чрезмерное возбуждение и даже агрессивность, а может быть, наоборот, заторможенность, депрессия. Может возникнуть (особенно при неблагоприятных ситуациях) и чувство страха, и нежелание идти в школу. Все изменения в поведении ребенка, как правило, отражают особенности психологической адаптации к школе.

Литература

1. Давыдов, В.В. Проблемы развивающего обучения / В.В. Давыдов. – М., 1986- с.97
2. Дубровинская, Н.В., Фарбер Д.А., Безруких М.М. Психофизиология ребенка: Психофизиологические основы детской валеологии: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Н.В. Дубровинская, Д.А. Фарбер, М.М.Безруких. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. - с 124-126.
3. <http://www.psychological.ru/default.aspx?s=0&p=64&0a1=1006&0o1=3&0s1=1>

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Т.Н. Скрипай

Полтавский национальный педагогический университет
имени В. Г. Короленко
г. Полтава, Украина

Нынешний этап развития педагогической науки характеризуется усилением интереса к проблеме профессиональной подготовки и готовности