

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 1-2 КЛАССОВ

Включение в новую социальную среду, начало освоения учебной деятельности требуют от ребенка качественно нового уровня развития и организации всех психических процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления), более высокой способности к управлению своим поведением.

Однако возможности первоклассников в этом плане пока еще достаточно ограничены. Это во многом связано с особенностями психофизиологического развития детей 6–7 лет.

По данным физиологов, к 7 годам кора больших полушарий является уже в значительной степени зрелой (что и обеспечивает возможность перехода к систематическому обучению). Однако наиболее важные, специфически человеческие отделы головного мозга, отвечающие за программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста еще не завершили своего формирования (развитие лобных отделов мозга заканчивается лишь к 12–14 годам, а по некоторым данным – лишь к 21 году), вследствие чего регулирующее и тормозящее влияние коры оказывается недостаточным.

Несовершенство регулирующей функции коры проявляется в собственных детям особенностях эмоциональной сферы и организации деятельности. Первоклассники легко отвлекаются, не способны к длительному сосредоточению, обладают низкой работоспособностью и быстро утомляются, возбудимы, эмоциональны, впечатлительны.

У первоклассников (как и у дошкольников) хорошо развита произвольная память, фиксирующая яркие, эмоционально насыщенные для ребенка сведения и события его жизни. Произвольная память, опирающаяся на применение специальных приемов и средств запоминания, в том числе приемов логической и смысловой обработки материала,

для первоклассников пока еще не характерна в силу слабости развития самих мыслительных операций.

Поведение первоклассников (в силу указанных выше возрастных ограничений в развитии произвольности, регуляции действий) также нередко отличается неорганизованностью, несобранностью, недисциплинированностью.

Став школьником и приступив к овладению премудростями учебной деятельности, ребенок лишь **во втором классе** постепенно учится управлять собой, строить свою деятельность в соответствии с поставленными целями и намерениями.

Родители и учителя должны понимать, что поступление ребенка в школу само по себе еще не обеспечивает появления этих важных качеств. Они нуждаются в специальном развитии. И здесь необходимо избегать довольно распространенного противоречия: с порога школы от ребенка требуют того, что только еще должно быть сформировано.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 3-4 КЛАССОВ

Четвертый год обучения в младших классах завершает первый этап школьной жизни ребенка. Четвероклассники – это выпускники начальной школы. Именно этот факт во многом определяет те акценты, которые расставляют взрослые во взаимодействии с детьми данного возраста. Перспектива перехода в среднюю школу заставляет взрослых обращать первостепенное внимание на ***сформированность у четвероклассников учебных умений и навыков.***

В третьем классе у большинства детей уже складывается индивидуальный стиль учебной работы. Общий подход ребенка к ее выполнению хорошо прослеживается при подготовке домашних учебных заданий. Так, например, одни приступают к урокам сразу после прихода из школы, другим требуется отдых (разной продолжительности). Кто-то быстро и легко включается в работу, у других много времени занимает подготовительный период. Одни дети начинают выполнять домашние задания с трудных учебных предметов, другие, наоборот, с легких. Одни лучше усваивают материал с опорой на графические изображения (рисунки, схемы и т.п.), другие предпочитают словесное объяснение и т.д.

Различия в общем подходе к выполнению учебной работы связаны с индивидуально-типологическими особенностями детей, их работоспособностью, спецификой познавательного развития, преобладающим типом восприятия и переработки информации, неодинаковым интересом к различным учебным предметам и т.д.

Индивидуальный стиль учебной работы проявляется не только в общем подходе к выполнению учебных заданий, но и в использовании школьниками различных учебных умений и навыков. Владение продуктивными приемами учебной работы означает, что школьник приобрел *умение учиться*: он способен качественно усваивать предлагаемые знания и, в случае необходимости, добывать их самостоятельно.

Учиться всему этому необходимо в начальной школе, пока объем учебной нагрузки в значительной степени дозирован. В средних классах эти умения окажутся жизненно необходимыми, поскольку заметно возрастает количество новой информации, более сложным станет и ее содержание. В этой ситуации испытанный способ многократного повторения, который еще оправдывал себя в начальной школе, будет весьма неэффективным. Неумение же правильно работать с учебным материалом может стать причиной снижения успеваемости, неоправданного переутомления учащихся.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 5 КЛАССОВ

Физическое развитие средних школьников характеризуется большей интенсивностью, неравномерностью и значительными осложнениями, связанными с началом полового созревания. Происходят изменения как в скелете, мышцах, сердечно-сосудистой системе. Подростки отличаются большой подвижностью, повышенной резвостью, стремлением к деятельности и практическому приложению своих сил.

Но в следствии особенностей их физического развития, они очень быстро устают. Поступление в кровь гормонов, вырабатываемых органами внутренней секреции, вызывает то повышение, то понижение жизненного тонуса, то подъём, то упадок работоспособности и энергии, переход то к жизнерадостности, то к пассивности.

Они стремятся понять сущность предметов и явлений и задают каверзные вопросы, требующих от учителя большей аргументации выдвигаемых положений и убедительных доказательств.

В этом возрасте развивается логическая память, проявляющаяся лишь при соответствующей организации познавательной деятельности.

Не менее существенной задачей является развитие навыков самостоятельной учебной деятельности – развитие у них познавательных потребностей, интересов и мотивов учения.

Человек, получающий знания в любой образовательной системе, является обучающимся. В этом понятии подчеркивается то, что он обучается сам при помощи других (учителя, соучеников), являясь активным субъектом образовательного процесса. Каждый обучающийся обладает индивидуальными личностными и деятельностьюными особенностями, психологическими особенностями.

В то же время все обучающиеся на определенной ступени образовательной системы характеризуются исходными, общими и типическими для них особенностями, чертами. Это объясняется тем, что каждая образовательная ступень соотносена, как правило, с определенным периодом в жизни человека.

Личностное развитие человека несет на себе печать его возрастных особенностей, которые необходимо учитывать в процессе обучения. С возрастом связан характер деятельности человека, особенности его мышления, круг его запросов, интересов, а также социальные проявления. Вместе с тем каждому возрасту присущи свои возможности и ограничения в развитии. Так, например, развитие мыслительных способностей и памяти наиболее интенсивно происходит в детские и юношеские годы. Но попытку слишком забежать вперед в воздействии на физическое, умственное и нравственное развитие ребенка, без учета его возрастных возможностей, не даст нужного эффекта. Возраст детей, с которыми мне пришлось работать, называют переходными. В этот период происходит переход от детства к юности, поэтому в них переплетаются черты детства и черты, во многом присущие юности, но ещё находящиеся в стадии становления и развития. Этим и объясняется их поведение на уроках.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 6 КЛАССОВ

Что же характеризует особенности интеллектуального и личностного развития школьников на стыке младшего школьного и подросткового возраста?

В этот период происходят существенные изменения в психике ребенка. У него начинает развиваться теоретическое мышление, так как новые знания, новые представления об окружающем мире изменяют сложившиеся ранее житейские понятия. На основе развития нового уровня мышления происходит перестройка всех остальных психических процессов, т.е., как заметил Д.Б.Эльконин, "память становится мыслящей, а восприятие думающим". Многочисленные исследования показывают, что развитие мышления в понятиях способствует дальнейшему развитию у детей рефлексии - понимания ими своей психической жизни, формирования отношения к самому себе. В результате у ребенка начинают развиваться собственные взгляды,

мнение, в том числе понимание значимости образования.

Познавательная сфера по-прежнему развивается как ведущая. Наиболее серьезные требования предъявляются к умственному и речевому развитию учащихся: навыки логических операций с понятиями, систематизация учебных знаний, перенос интеллектуальных навыков, понимание смысла изучаемых понятий, грамотность и содержательность устной речи. К концу младшего школьного возраста у учащихся должны быть сформированы и другие новообразования: произвольность психических процессов, способность к саморегуляции.

Учебная деятельность дополняется другими видами деятельности, и все вместе теперь они влияют на психическое развитие учащихся, учебная деятельность при этом остается основной и продолжает определять содержание мотивационных сфер личности. С начала обучения в средней школе расширяется само понятие "учение", так как теперь оно может выходить за пределы класса, школы, может отчасти осуществляться самостоятельно, целенаправленно. Качественно изменяются требования к мотивации учебной деятельности. Появляется новый вид учебного мотива – мотив самообразования, представленный пока в наиболее простых формах (интерес к дополнительным источникам знаний). Кроме того, успешное обучение в среднем звене требует более глубоких и содержательных побудительных сил: ориентация на способы получения знаний, интерес к закономерностям и принципам, понимание смысла обучения "для себя". Если интерес к учению становится смыслообразующим мотивом у ребенка, его учебная деятельность обеспечивает его успешное психическое развитие.

К сожалению, социальная ситуация в современной школе такова, что в складывающейся иерархии ценностей учение не всегда занимает достойное место, познавательная активность школьников развита слабо, и только отметка выступает как главный стимул и основной конечный результат учебы.

РЕКОМЕНДАЦИИ

ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 7 КЛАССОВ

Под психическим и психологическим здоровьем понимается отсутствие у человека в данный момент серьезных личностных проблем, душевное благополучие, обеспечивающее адаптацию (приспособление) к меняющимся условиям окружающей среды.

Основными факторами сохранения психического и психологического здоровья школьника являются:

- здоровая нервная система;
- спокойная и доброжелательная обстановка в семье, создание условий для полноценного развития ребенка;
- психологически комфортный микроклимат в школе, классе.

Разумеется, если у ребенка есть серьезные проблемы с психическим здоровьем (т. е. он состоит на учете у психиатра), подбором программы обучения для него должна заниматься районная медико-психолого-педагогическая комиссия. Специалисты дадут вам конкретные рекомендации по коррекции проблем и развитию личности ребенка.

Как заглянуть во внутренний мир ребенка?

Отметьте в поведении ребенка следующие невротические симптомы:

- ↪ заикание, речь с запинками;
- ↪ чрезмерная замкнутость, уход в себя;
- ↪ неорганизованная речь (говорит беспорядочно);
- ↪ частое моргание, тики;
- ↪ бесцельные, навязчивые движения руками;
- ↪ трудности с координацией тела, необычная ходьба;
- ↪ навязчивые действия (грызет ногти, ручку, высовывает язык

и т. д.);

- ↪ так называемые психосоматические заболевания - бронхиальная астма, экзема, аллергии, боли неустановленной этиологии.

О неприятии взрослых говорят следующие признаки:

1. Иногда стремится, а иногда избегает здороваться с учителем.
2. В ответ на приветствие может выражать злость или подозрительность.
3. Очень переменчив в поведении. Иногда кажется, что умышленно плохо выполняет работу.
4. Негативно относится к замечаниям.
5. «Бормочет под нос», если чем-то недоволен.
6. Всегда на что-то претендует и считает, что несправедливо наказан.
7. Очень непослушен, не соблюдает дисциплину.
8. Агрессивен.
9. Охотнее всего дружит с так называемыми «подозрительными типами».

Чем вы можете помочь ребенку?

Общие рекомендации по развитию умений общаться со взрослыми включают в себя:

- развитие позитивной «Я-концепции» ребенка, укрепление уверенности в себе;
- развитие коммуникативных навыков;
- снятие эмоционального напряжения у ребенка с выполнением упражнений на расслабление;
- развитие произвольности поведения;
- формирование нравственных представлений.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 8 КЛАССОВ

Подростковый возраст является одним из критических этапов онтогенеза, в ходе которого возможно как наиболее эффективное формирование, так и наиболее вероятная утрата здоровья. Интенсификация учебных нагрузок, особенно в условиях новых форм и методов обучения, экологическое неблагополучие, социально-

экономическая нестабильность - все это предъявляет повышенные требования к

адаптационным механизмам, определенное напряжение которых связано с морфологической, функциональной и вегетативной нестабильностью организма подростка. В связи с этим у подростков под влиянием различных неблагоприятных факторов легко возникают нарушения адаптации, что может стать пусковым механизмом различных патологических процессов.

Физиологические особенности подросткового периода являются предпосылкой для разнообразных психических и психосоциальных перестроек. Этот возраст не случайно называют "трудным": становление характера, переход от опекаемого взрослыми детства к самостоятельности, новая ситуация взрослости, смещение ориентации на общение со взрослыми на ориентацию на общение с ведущей референтной группой - сверстниками, ориентация на практическую и общественно-значимую деятельность (похожую на деятельность взрослых) - все это обнажает и заостряет слабые стороны личности, делает ее особенно уязвимой и податливой неблагоприятным влияниям среды.

Кроме того, бурные гормональные изменения этого периода сопряжены с выявлением скрытых до этого генетически обусловленных задатков. Поэтому психологическое содержание подросткового возраста предрасполагает к риску возникновения психической дизадаптации. Многочисленные физиолого-гигиенические исследования подтверждают факты снижения резистентности, повышения частоты заболеваний, перенапряжения адаптационных механизмов у значительной части подростков).

С позиции психологического сопровождения учебного процесса неоднократно указывалось на необходимость выявления и использования надежных критериев готовности учащихся к обучению на повышенном образовательном уровне. Данный вопрос возник в связи с тем, что индивидуальные особенности развития нервно-психических функций оказывают влияние на успешность освоения сложных программ обучения и степень напряжения механизмов адаптации. Поэтому своевременная оценка целого комплекса индивидуальных особенностей ученика и выдача соответствующих рекомендаций играют важную роль в системе образования.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 9 КЛАССОВ

При взрослении ребенка происходит его становление, готовность к жизни во взрослом обществе, как равноправного участника жизни.

Новая для него позиция проявляется:

- во внешнем облике,
- манерах (как часть поведенческой идентификации со своим полом),
- копирование отношений (как часть половой идентификации),
- включение во взрослую интеллектуальную жизнь (участие в таких отраслях жизни, как: наука, искусство, занятие самообразованием),
- помощь в решении ежедневных домашних проблем (например, ежедневные обязанности по дому, помощь уставшей на работе маме).

Одновременно с этими проявлениями возникает чувство взрослости — отношение подростка к себе, как к взрослому, ощущение себя взрослым (как особая форма самосознания). При этом надо оговориться о том, что подросток всеми известными и доступными для него методами пытается показать, что он является такой же весомой и значимой частью общества, как и все, кто его окружает, но все эти доказательства создаются для получения дополнительных прав, которых у него/нее ранее не было, а не для получения дополнительных обязанностей. Одновременно возникает интерес к своему внутреннему миру, подросток открывает сложные переживания, связанные с новыми отношениями, пристально анализирует свои поступки. Происходит становление основ мировоззрения. При этом часто сближение воображения и теоретического мышления является импульсом к творчеству, но не все подростки стремятся к достижению объективного творческого результата, хотя и используют возможности своего творческого воображения.

Все ранее высказанные переживания и приводят к наиболее заметным и известным всем взрослым конфликтам *взрослый – подросток*. Надо учесть, что немного завышенные требования к себе и окружающим — это всего лишь результат самоутверждения подростка в его новом качестве, а не проявление его наиболее вредных черт

характера, который взрослые связывают с наличием таких же отрицательных черт у родственников подростка.

Самоутверждение — это долгий, растянутый во времени, сложный процесс, во время которого человек сам утверждает самого себя как единую, целую и гармоничную личность. Самоутверждение происходит путем выбора стратегии самоутверждения.

Одна из известных классификаций выделяет **три способа самоутверждения личности:**

- *неуверенное поведение,*
- *ассертивное поведение,*
- *агрессивный стиль межличностного общения.*

Неуверенная личность в различных жизненных ситуациях используют стратегию самоподавления. Например, говорят «да», когда надо сказать «нет»; избегают ситуаций, когда надо брать инициативу на себя. Но могут реагировать конструктивно, если в ситуации отсутствует конкретный партнер.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 10 КЛАССОВ

Для современного 10 класса, находящегося в условиях обновления содержания образования, важнейшей является проблема социально-психологической адаптации к новой ситуации обучения. К ней, в свою очередь, можно отнести такие проблемы, как адаптация в новом коллективе, адаптация к увеличившейся учебной нагрузке по определенному профилю, к новым требованиям учителей.

Сегодня редко кто продолжает учиться в том же классном коллективе, что и раньше. Кто-то переходит в другую школу, кто-то в параллельный класс. А при создании профильных классов большинство коллективов формируют из учеников разных классов, выбравших определенное направление обучения. Другими словами, классный коллектив оказывается другим.

При этом меняются критерии оценок, теряется статус ученика среди сверстников и подростку вновь приходится формировать представления о себе в глазах окружающих.

Этот процесс протекает параллельно с процессом увеличения учебной нагрузки и требований учителей по определенному учебному профилю. Часто школьники, выбирая профильный класс, не отдадут себе отчет в том, что их ждет, не знают, как в будущем применить полученные знания, вследствие чего теряют мотивацию и учатся только по инерции. Здесь очень важно помочь школьникам сформировать цели обучения на ближайшие 2 года и помочь в проектировании дальнейшего жизненного пути.

В свете обозначенных выше проблем психологами нашей школы разработана комплексная программа психолого-педагогического сопровождения 10 классов.

Цель программы – способствовать социально-психологической адаптации учащихся 10 классов к новой ситуации обучения. Программа реализуется в начале учебного года (сентябрь – октябрь).

Этапы программы:

Психолого-педагогическая подготовка учителей, работающих в 10 классах. Она проходит в виде семинаров о психологических особенностях протекания периода адаптации у десятиклассников, а также в виде консультаций с классными руководителями по проведению развивающей программы “Наш класс”.

Проведение классными руководителями занятий по развивающей программе “Наш класс”. Данная программа разработана на основе опыта рижских педагогов.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ УЧАЩИХСЯ 11 КЛАССОВ

Центральный психологический процесс юности – формирование личной идентичности, чувство индивидуальной самотождественности, преемственности и единства. Э. Эриксон считает, что если у человека в этом возрасте возникает неидентичность, то она может идти по четырем направлениям:

- уход от психологической интимности, избегание тесных межличностных отношений;
- размывание чувства времени, неспособность строить жизненные планы, страх взросления и перемен;
- размывание продуктивных, творческих способностей, неумение мобилизовать свои внутренние ресурсы и сосредоточиться на какой-то главной деятельности;
- формирование "негативной идентичности", отказ от самоопределения и выбор отрицательных образцов для подражания.

В 11 классе на первый план выступают проблемы профессионального самоопределения: выбор будущей профессии и построение карьеры, кроме этого важным становится все, связанное с подготовкой к выпускным и вступительным экзаменам. Обращенность в будущее вообще главная черта старшеклассника, но для одиннадцатиклассника будущее затмевает все остальные сферы жизни.

Однако формирование временной перспективы идет у юношей и девушек достаточно сложно: нередко обостренное чувство необратимости времени сочетается с нежеланием замечать его течение, с представлением о том, будто время остановилось. Это выражается в том, что юноши как бы не желают задумываться над важными вопросами, откладывая их решение на потом. Родители должны помочь своему ребенку спланировать последний учебный год, чтобы не было спешки в последний месяц. В то же время не следует создавать слишком нервную обстановку, когда разговор заходит о будущем ребенка.

Одной из самых важных потребностей переходного возраста становится потребность в освобождении от контроля и опеки взрослых. Наилучшие взаимоотношения старшеклассников с родителями складываются тогда, когда родители придерживаются демократического стиля воспитания. Этот стиль в наибольшей степени способствует воспитанию самостоятельности, активности, инициативы и социальной ответственности. Станьте другом для своего ребенка, ведь он уже совсем взрослый!

Главное психологическое приобретение ранней юности – открытие своего внутреннего мира. Если ребенок раньше был центрирован на внешних стимулах, то теперь он заинтересован своим внутренним миром, отсюда большая по сравнению с подростковым дифференцированность эмоциональных реакций и способов выражения эмоциональных состояний, а также повышение самоконтроля и саморегуляции. Но все же полное понимание между взрослыми и юношами и девушками не устанавливается. Взрослым часто кажутся немотивированными поступки юношей и девушек, хотя ими руководит юношеская одержимость, страстность.