

## **Памятка для родителей «Школьная дезадаптация: признаки, причины и последствия».**

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.

Существуют определённые симптомы, рассматриваемые как критерии дезадаптации (в том числе и школьной дезадаптации), особенно если они проявляются в различных комбинациях и довольно постоянно.

Примерами такой симптоматики могут быть агрессия по отношению к людям и вещам, чрезмерная тревожность, постоянные фантазии, чувство собственной неполноценности, упрямство, неадекватные страхи, тревожность, сверхчувствительность, неспособность сосредоточиться на работе, неуверенность, повышенная возбудимость, конфликтность, частые эмоциональные расстройства, чувство своего отличия от других, лживость, завышенная или заниженная самооценка, школьные достижения ниже уровня возрастных норм.

Также симптомами школьной дезадаптации являются: побеги из школы или дома, сосание пальцев, гримасничание, лицевые тики, дрожание пальцев рук, психосоматические расстройства.

### **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.

### **Признаки школьной дезадаптации**

Признаки школьной дезадаптации также можно разделить по типам.

1. Физиологический уровень. Если 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).

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

3. **Эмоциональный уровень.** Ребенок негативно относится к школе, не хочет посещать школу, не может наладить отношения с одноклассниками и учителями. Плохо относится к перспективе обучения.

4. **Поведенческий уровень.** Школьная дезадаптация проявляется в вандализме, импульсивном и неконтролируемом поведении, агрессивности, неприятии 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.

Важно обращать внимание как на общее состояние ребенка, так и на отдельные сферы школьной жизни.

**Основные симптомы школьной дезадаптации:**

- неуспеваемость в обучении по программам, соответствующим возрасту и способностям ребенка;
- недостаточность общеобразовательных знаний и навыков;
- нарушение эмоционально-личностного отношения к обучению, к учителям, сверстникам, к жизненной перспективе;
- школьная тревожность.