

2. Cohen, S. A global measure of perceived stress / S. Cohen, I. Kamarck, R. Mermelstein // Journal of Health and Social Behavior. — 1983. — Vol. 24. — P. 166—170.
3. Развитие системы образования: высшее образование / под ред. И. В. Кузнецовой. — М.: Издательство Московского университета, 2021. — 152 с.
4. Шагиев, Р. М. Структурно-функциональные характеристики стрессоустойчивости в спортивной деятельности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.03 / Шагиев Руслан Маратович. — Ярославль, 2009. — 215 л.
5. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2009. — 576 с.

УДК 159.9

А. А. Басюк

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ФЕНОМЕН ШКОЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ У ПЯТИКЛАССНИКОВ: ПРИЧИНЫ, ПРОЯВЛЕНИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

Введение. Проблема школьной адаптации является одной из ключевых в возрастной и педагогической психологии. Переход на новый уровень образовательной системы неизбежно сопровождается изменением требований, условий и социальных ролей. Адаптация в данном контексте понимается как процесс активного приспособления к учебным, коммуникативным и организационным условиям, формирование устойчивой позиции школьника и развитие адекватных способов поведения в системе «учитель — ученик — сверстники» [1].

В случае успешного прохождения адаптационного периода ребёнок проявляет устойчивую учебную мотивацию, формирует навыки саморегуляции и уверенно вступает во взаимодействие с педагогами и сверстниками. Однако нарушение данного процесса приводит к феномену школьной дезадаптации, который выражается в эмоциональных, когнитивных и поведенческих трудностях, затрудняющих как учебную, так и социальную деятельность [2].

Особое внимание в исследованиях уделяется переходному периоду между начальной и средней школой. Именно в пятом классе ребёнок сталкивается с резким увеличением объёма учебного материала, необходимостью взаимодействовать с несколькими педагогами, усложнением школьной дисциплины и изменением привычной социальной структуры. Эти факторы существенно повышают уровень тревожности, могут провоцировать конфликты и оказывать негативное влияние на личностное развитие [3].

Таким образом, изучение причин, проявлений и последствий школьной дезадаптации у пятиклассников имеет как теоретическую, так и практическую значимость, так как своевременная профилактика и коррекция этого явления позволяет предупредить дальнейшие трудности в обучении и социализации.

Основная часть. *Причины школьной дезадаптации.*

Школьная дезадаптация представляет собой сложное явление, обусловленное нарушением адаптационного механизма социализации личности ребёнка [4]. Среди причин можно выделить несколько групп:

1. *Психофизиологические особенности возраста.* В 10—11 лет отмечается эмоциональная неустойчивость, высокая чувствительность к оценкам взрослых и сверстников, недостаточность произвольной саморегуляции. Эти факторы часто препятствуют успешному усвоению новых требований и провоцируют состояние напряжённости [5].

2. *Учебная нагрузка и особенности программы.* Поступление в «среднюю школу» сопровождается ростом количества предметов и преподавателей, усложнением содержания дисциплин, необходимостью перестройки привычного режима обучения. У ребёнка формируется ощущение перегрузки, что способствует снижению мотивации и отказу от усилий [6].

3. *Семейные условия.* Неблагоприятный психологический климат в семье, низкая вовлечённость родителей в образовательный процесс, отсутствие эмоциональной поддержки значительно повышают риск дезадаптации [7]. Поддержка семьи в данный период играет ключевую роль, так как именно она обеспечивает базовое чувство безопасности.

4. *Особенности образовательной среды.* Авторитарный стиль педагогов, недостаток индивидуального подхода, чрезмерная ориентация на результат, а не на процесс обучения также способствуют формированию у школьников тревожности и негативного отношения к учёбе [8].

5. *Эмоциональных реакций на неудачи:* именно негативные переживания, сопровождающие школьные трудности, становятся источником тревожности, снижения самооценки и чувства беспомощности [2].

Проявления школьной дезадаптации.

В психологической литературе выделяются два типа школьной дезадаптации: *познавательная и личностная* [6].

Познавательная дезадаптация проявляется в затруднениях при усвоении учебного материала, снижении интереса к знаниям, падении успеваемости. Школьники нередко начинают избегать выполнения домашних заданий, демонстрировать безразличие или отрицательные эмоции в отношении учебного процесса.

Личностная дезадаптация связана с коммуникативными трудностями: учащиеся становятся конфликтными, проявляют агрессию или, напротив, уходят в изоляцию, отказываются от участия в совместных видах деятельности.

К типичным проявлениям также относятся: повышенная тревожность, эмоциональная возбудимость, демонстративное поведение, нарушения сна и двигательной активности, склонность к психосоматическим реакциям [7].

Важно подчеркнуть, что дезадаптация может протекать как в явной, так и в скрытой форме. В последнем случае трудности проявляются лишь во внутреннем плане: ребёнок сохраняет видимость благополучия, но испытывает повышенную тревожность и неуверенность в себе.

Психологические последствия школьной дезадаптации.

Длительная и выраженная школьная дезадаптация оказывает негативное влияние на дальнейшее развитие личности. Среди наиболее значимых последствий можно выделить:

– Хроническая неуспешность и формирование отрицательной учебной мотивации. Постоянные неудачи закрепляют у ребёнка ощущение беспомощности и формируют негативное отношение к обучению [8].

– Развитие невротических состояний. Высокий уровень тревожности, эмоциональная нестабильность и стресс повышают риск возникновения невротических расстройств [5].

– Снижение самооценки и уровня самопринятия. Школьники начинают воспринимать себя как «неуспешных», что затрудняет формирование позитивной Я-концепции [6].

– Дезадаптивные копинг-стратегии. В условиях повторяющихся трудностей дети всё чаще прибегают к избеганию проблемных ситуаций, что препятствует развитию конструктивного опыта преодоления стресса [9].

В совокупности данные последствия создают угрозу полноценному личностному и социальному развитию, а также повышают риск вторичных нарушений поведения.

Заключение. Феномен школьной дезадаптации у пятиклассников обусловлен взаимодействием ряда факторов: психофизиологических особенностей возраста, усложнения учебной программы, неблагоприятных семейных обстоятельств и недостатков образовательной среды.

Проявления дезадаптации затрагивают как познавательную сферу (снижение интереса к обучению, падение успеваемости), так и личностную (конфликтность, агрессивность, замкнутость). Нарушения нередко сопровождаются эмоциональной нестабильностью, тревожностью и соматическими реакциями.

Последствия школьной дезадаптации связаны с риском формирования хронической неуспешности, невротических расстройств, низкой самооценки и дезадаптивных стратегий поведения. Всё это требует комплексной поддержки со стороны педагогов, родителей и психологов. Эффективными направлениями профилактики выступают развитие конструктивных копинг-стратегий, формирование положительной учебной мотивации, индивидуальный подход в обучении и обеспечение эмоционально благоприятной атмосферы.

Список цитируемых источников

1. Велента, Т. Ф. Адаптация детей к школьному обучению / Т. Ф. Велента. — Минск : Вышэйшая школа, 2015. — 152 с.
2. Бурменская, Г. В. Школьная дезадаптация: причины и проявления / Г. В. Бурменская. — М. : Педагогика, 2002. — 176 с.
3. Каган, В. Е. Социальная психология детства / В. Е. Каган. — М. : Педагогика, 1988. — 280 с.
4. Петрова, Е. Ю. Социально-психологические механизмы адаптации школьников / Е. Ю. Петрова. — Минск : БГУ, 2010. — 224 с.
5. Мясищев, В. Н. Личность и неврозы / В. Н. Мясищев. — Ленинград : ЛГУ, 1960. — 420 с.
6. Новикова, Е. В. Проблемы школьной дезадаптации / Е. В. Новикова. — М. : Просвещение, 2012. — 198 с.
7. Лазарус, Р. С. Стресс, оценка и копинг / Р. С. Лазарус, С. Фолкман. — СПб. : Нева, 1994. — 366 с.
8. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию, становление человека / К. Роджерс. — М. : Прогресс, 1994. — 480 с.
9. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова. — М. : Наука, 1994. — 240 с.

УДК 159.9.019.43

С. С. Биль

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОДИНАМИЧЕСКИХ СВОЙСТВ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ УЧАЩИХСЯ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА И ИХ СКЛОННОСТИ К ПРОСОЦИАЛЬНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Введение. Вольф Соломонович Мерлин следующим образом описывает психодинамический (темперамент) уровень интегральной индивидуальности человека [1]: рассматривает психодинамический (темпераментный) уровень как фундаментальный пласт индивидуально-психологических особенностей человека, имеющий нейрофизиологическую природу и проявляющийся в динамических характеристиках поведения.

Б. М. Теплов провел различие между врожденными физиологическими характеристиками нервной системы и ее психическими особенностями, которые проявляются в складе личности и поведении. В трудах