

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ УЧНІВ ДО СЕРЕДНЬОЇ ЛАНКИ ШКОЛИ

Яцук Іванна

*практичний психолог Білівського ліцею
Зорянської сільської ради Рівненського району Рівненської області*

Перехід учнів від початкової школи до середньої є критичним періодом у їхньому розвитку. Адаптація включає пристосування до нових соціальних умов, зміни в навчальних вимогах та соціальних ролях [1, с. 85]. Психологічна адаптація також пов'язана з формуванням нових когнітивних і поведінкових стратегій для подолання труднощів [2, с. 128].

У середній школі навчальна діяльність стає більш складною, що вимагає розвитку в учнів аналітичного мислення та вміння самостійно працювати з інформацією. Учням необхідно адаптуватися до нових форм навчання, таких як самостійні проекти, дослідження та групова робота [3, с. 102]. Організація часу і планування також стають важливими аспектами когнітивної адаптації [4, с. 59].

Перехід до середньої школи часто супроводжується підвищеним рівнем тривожності, оскільки учні стикаються з новими вимогами та соціальними ситуаціями [5, с. 43]. Емоційна підтримка з боку батьків та вчителів допомагає знижувати рівень стресу і сприяє успішній адаптації [6, с. 67].

У середній школі учні стикаються з новими соціальними викликами, такими як необхідність знаходження свого місця в колективі та вибудовування нових стосунків із однолітками. Соціальні навички, зокрема комунікація та співпраця, відіграють важливу роль у соціальній адаптації [7, с. 145]. Розвиток емоційного інтелекту також є критичним фактором у процесі інтеграції до нового середовища [8, с. 73].

Рівень адаптації учнів залежить від їхніх індивідуальних психологічних характеристик, таких як темперамент, самооцінка та рівень мотивації [9, с. 38]. Учні з високою самооцінкою та розвиненими соціальними навичками зазвичай легше справляються з адаптаційними викликами, ніж ті, хто має проблеми із самооцінкою [10, с. 112].

Важливим аспектом успішної адаптації є створення позитивного психологічного клімату в класі та індивідуальна підтримка з боку педагогів [4, с. 61]. Вчителі можуть застосовувати різні стратегії, такі як позитивне підкріплення та активне слухання, для сприяння комфортній адаптації учнів [3, с. 106].

Батьки відіграють ключову роль у підтримці дітей під час переходу до середньої школи. Важливо забезпечити емоційну підтримку та допомогу



в організації навчальної діяльності [5, с. 47]. Розвиток самостійності також є важливим аспектом адаптації, який батьки повинні заохочувати [2, с. 135].

Регулярна психологічна діагностика учнів дозволяє своєчасно виявляти проблеми в адаптації та впроваджувати корекційні заходи [6, с. 72]. Це допомагає запобігти погіршенню емоційного та психологічного стану учнів, а також покращити навчальну успішність [8, с. 84].

ЛІТЕРАТУРА

1. Балл Г. О. Психологія навчання: сучасні підходи. – Київ: Освіта, 2010. – 320 с.
2. Боришевський М. Й. Психологія особистісного самовизначення школяра. – Київ: Ніка-Центр, 2012. – 254 с.
3. Ващенко Л. О. Психологічні основи адаптації учнів до нових умов навчання. – Київ: Видавничий дім "Слово", 2015. – 208 с.
4. Долинська Л. В. Адаптація учнів до шкільного середовища: психологічні аспекти. – Київ: Педагогічна думка, 2013. – 176 с.
5. Зазимко Н. І. Психологічні особливості адаптації дітей у середній ланці школи // Психологія і суспільство. – 2017. – № 2. – С. 59–64.
6. Коробко І. М. Психологічний супровід учнів у період адаптації до середньої школи // Педагогічні науки: реалії та перспективи. – 2018. – № 10. – С. 33–39.
7. Максименко С. Д. Психологія навчання та виховання в умовах шкільної освіти. – Київ: Видавничий дім "КМ Академія", 2016. – 389 с.
8. Пироженко Л. В. Психологічна підтримка учнів у перехідний період // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2014. – № 35. – С. 112–119.
9. Савченко О. Я. Адаптація учнів до навчання в середній ланці: методичні рекомендації. – Київ: Генеза, 2016. – 156 с.
10. Титаренко Т. М. Психологічні виклики адаптації школярів у середній ланці // Психологічний журнал. – 2019. – № 1. – С. 47–54.