**Тема 3.1: Социальная и школьная дезадаптация**

**Адаптация –** приспособление организма к окружающей среде.

**Дезадаптация –** неумение организма приспособиться к условиям окружающей среды

**Дезадаптации** способствуют разные факторы, которые могут работать как по отдельности, так и в совокупности. Они делятся на **экзогенные и эндогенные.**

**Личностные (внутренние) причины (эндогенные)** приводят человека к недостаточной реализации его потребностей в обществе. Это могут быть:

* длительная болезнь;
* психические болезни и отклонения;
* ограниченные возможности;
* длительная изоляция;
* переключение на другую сферу деятельности (длительная командировка, академический отпуск, декрет);
* педагогическая запущенность, недостаток воспитания.

**Средовые (внешние) факторы (экзогенные)** создают для человека непривычные, дискомфортные условия существования, которые могут сдерживать его личностные проявления. К ним относятся:

* неблагоприятная обстановка в семье;
* недостаток любви и внимания к ребёнку со стороны родителей;
* отсутствие взаимопонимания со сверстниками, неприятие коллективом;
* новая обстановка, смена привычного образа жизни, неожиданные события, кризисные (переломные) моменты;
* «рыночное воспитание»: отсутствие материального достатка делает человека белой вороной;
* негативное влияние Интернета и СМИ, которые формируют понятие идеализированного виртуального мира, не имеющего ничего общего с реальным;
* дезадаптирующее влияние одной личности (учителя, родителя, начальника, мужа);
* физическая и эмоциональная перегрузка (особенно остро ощущается ребёнком при переходе в первый класс).

При коррекции поведения дезадаптированного человека необходимо учитывать факторы, которые спровоцировали такое состояние. Если ряд причин устранить уже невозможно (недостаток родительской любви в детстве или педагогическую запущенность), то некоторые из них могут быть ликвидированы (влияние авторитарной личности или Интернета).

## Признаки

У детей дезадаптивное поведение заметно невооружённым глазом даже неспециалисту. Это видят родители, педагоги, школьные психологи, сверстники. У взрослых оно может быть более завуалированным. Например, если человек не хочет потерять работу и не имеет психических отклонений, он может скрывать своё недовольство, хотя по каким-то внешним проявлениям это всё равно можно увидеть (неуважение к коллегам и начальнику, систематические опоздания, частые больничные, депрессия). Психологи называют наиболее яркие признаки дезадаптации:

* раздражительность, которая распространяется не только на других, но и на собственное поведение;
* агрессия;
* негативное мышление (плохие мысли преобладают над хорошими);
* уход в себя: отсутствие новых знакомств, разрыв старых отношений, утрата связей с друзьями и семьёй, замена реального мира иллюзорным;
* сосредоточенность на себе, полное погружение в собственные переживания, опустошённость;
* частичное или полное нарушение норм морали и права, правил, действующих в тех условиях, в которые он попал;
* попытка подстроить окружение под себя, но не себя под новые условия;
* дезадаптированные дети (особенно подростки) отличаются ярко выраженным асоциальным, девиантным поведением;
* ухудшение психического состояния: депрессия, нервозность, неадекватная оценка себя и происходящего, панические атаки, тревожность;
* ухудшение физического здоровья: скачки давления, учащение сердцебиения, усиленное потоотделение и другие вегетососудистые симптомокомплексы.

Самое критическое проявление дезадаптации, по мнению психологов, — социофобия, которая при отсутствии коррекции может привести к суициду, а в детском возрасте — аутизму.

## Уровни

В психологии различают несколько уровней дезадаптации.

* **Нулевой**

Это предпосылки к тому, что дезадаптивность заложена в психику человека с детства, и она может проявить себя в любой конфликтный момент или кризисный период. На данном этапе нет личностных отклонений и деформаций моральных ценностей. Однако склонность можно распознать по особой линии поведения (частые бунты, отрицание, грубость, невоспитанность). Легко поддаётся коррекции через освоение социальных норм.

* **Формирование установок**

Если на нулевом этапе склонность к дезадаптивности замечена не была, а значит, коррекции не подверглась, начинают формироваться негативные социальные установки. Личностных деформаций по-прежнему не наблюдается, но человек начинает зависеть от поведения окружающих, хотя внешне пытается продемонстрировать, что ему всё равно. На этом этапе дезадаптивный протест может выражаться в курении, употреблении алкоголя, присоединении к неформальным группировкам. Способы коррекции — тренинги и индивидуальная работа с психологом.

* **Систематизация**

У человека вырабатывается устойчивое неприятие тех условий, в которых он оказался. Он может чётко сформулировать, что ему не нравится (делать домашние задания, рано вставать, работать сверхурочно, приходить вовремя домой). Несмотря на это, он не пытается что-то изменить в создавшейся ситуации, и ему ничего не остаётся, как демонстрировать свой протест окружающим. У подростков это может выражаться в драках и хулиганстве, у взрослых — в грубости и открытых конфликтах. Начинают наблюдаться устойчивые деформации личности и нарушения мотивационно-потребностной сферы. Коррекция — смена деятельности и обстановки, работа с психотерапевтом.

* **Аддикции**

Если предыдущий этап затягивается и человек не получает помощи, он может стать опасным для окружающих и себя самого. Может наблюдаться раздвоение личности. То есть там, где он находится в зоне комфорта, он милый, добрый и общительный. Но на ненавистной работе под гнётом эмоциональной нагрузки могут проявляться маниакально-депрессивные наклонности: незаметно уничтожает важные документы, подворовывает деньги, пишет анонимные кляузы, плетёт интриги. В затяжных случаях может не справиться даже психотерапевт, придётся идти к психиатру.

## Виды дезадаптации и их характеристика

**1. Социальная**

Суть: потеря связей и контактов с социумом.

Ведущий признак: асоциальное поведение.

Яркий пример: вливание в новый коллектив из-за смены работы, школы, места жительства и неприятие его правил.

Способы коррекции: групповые тренинги, социальная адаптация, работа над межличностными отношениями.

**2. Патогенная/психическая дезадаптация**

Суть: нервные, психические заболевания и отклонения.

Ведущий признак: неадекватная реакция на происходящее, неспособность контролировать собственное поведение и эмоции.

Яркие примеры: фобии, алкогольная или наркотическая зависимости, обсессивно-компульсивное расстройство, неврастения, биполярное расстройство личности.

Способы коррекции: психотерапия, психиатрия, лечение ведущего заболевания, которое стало причиной.

**3. Психосоциальная / психологическая дезадаптация**

Суть: невосприятие социальных норм связано с личностными деформациями.

Ведущий признак: неумение наладить контакт с окружающими из-за внутренних комплексов и неправильно сформированной [самооценки](https://ponervam.ru/samoocenka.html).

Яркий пример: избалованный родителями ребёнок, который не посещал детский сад, пошёл в первый класс, и ему трудно осознать и принять тот факт, что рядом есть ещё как минимум 20 детей, которые тоже требуют к себе внимания взрослых.

Способы коррекции: групповые и аутотренинги, работа с психологом.

Уловить тонкую грань между социальным и психосоциальным типом дезадаптивного поведения крайне сложно.

**4. Школьная дезадаптация** – это социально-психологическое и социально-педагогическое явление неуспешности ребенка в сфере обучения, связанное с субъективно-неразрешимым для ребенка конфликтом между требованиями образовательной среды и ближайшего окружения и его психофизиологическими возможностями и способностями соответствующими возрастному психическому развитию

**Школьная дезадаптация** понимается преимущественно невозможностью обучения ребенка по программе, адекватной его способностям и нарушением поведения, которое не согласовывается с Уставом школы.

**Критерии школьной дезадаптации:**

1. Неуспешность в обучении по программе, соответствующим возрасту и способностям ребенка, включая такие признаки как хроническая неуспеваемость, второгодничество, недостаточность общеобразовательных знаний и навыков.
2. Нарушение эмоционально-личностного отношения к обучению, к учителям, жизненной перспективе, связанной с учебой.: пассивно-безучастное, негативно-протестное, демонстративно-пренебрежительное – активно проявляемые ребенком отношения к школе и учебе.
3. Повторяющиеся, некорректируемые нарушения поведения6 отказные реакции, стойкое антидисциплинированное поведение, с активным противопоставлением себя соученикам, учителям, демонстративное пренебрежение правилами школьной жизни, школьный «вандализм».

**В основе школьной дезадаптации лежат следующие факторы:**

1. Индивидуальный фактор: явные внешние отличия от сверстников (уродства) или высокие умственные способности, бедный словарный запас, смазанная речь, заикание.
2. Соматический: наличие хронических заболеваний, частые инфекционные болезни, снижение слуха, зрения.
3. Психолого-педагогический: отсутствие индивидуального подхода в обучении, невозможность личного контакта между учителем и учеником. Занижение оценок.
4. Коррекционно-профилактический: слабость в\д специалистов смежных специальностей.
5. Семейный: педагогическая запущенность, тяжелый эмоциональный фон в семье, алкоголизм родителей, гиперопека, неприятие родителями проблем связанные со здоровьем ребенка, «выпихивание» в школу недолеченного ребенка, невыявление хронических заболеваний, расхождение родителей между словом и делом.
6. Средовой: дурное влияние сверстников, привлекательность ничегонеделания, безнаказанность асоциального поведения, доступность наркотиков и легкого заработка.
7. Социальный: утрата прежних идеалов в обществе, пропаганда агрессии, увлеченность виртуальным миром, реклама нездорового образа жизни.
8. Психический: психические расстройства школьника, снижение волевой активности, снижение мотивации к обучению и самому существованию во взрослом состоянии.
9. Психологический: несформированость высших психических функций, нарушение памяти, внимания.

**Виды школьной дезадаптации**

Ученые выделяют несколько критериев школьной дезадаптации:

* неуспеваемость по школьным предметам,
* отсутствие знаний и необходимых для возраста навыков
* негативное отношение к процессу обучения и к педагогам
* периодическое неподдающееся корректировке поведенческое нарушение
* дезадаптация связанная с нарушениями работы нервной системы
* психосоциальная дезадаптация, которая выражается в индивидуальных особенностях ребенка социальная дезадаптация (асоциальное поведение)

В педагогике выделяют **пять основных типов** школьной дезадаптации:

* когнитивный тип
* эмоционально-оценочный тип
* поведенческий тип
* соматический тип
* коммуникативный тип

Под когнитивным типом дезадаптации понимают ситуацию, когда ребёнок не усваивает школьную программу.

Эмоционально-оценочный тип дезадаптации проявляется в негативном отношении к обучению в целом или же к отдельным дисциплинам.

При поведенческом типе дезадаптации ребенок часто нарушает дисциплину, отказывается идти на контакт с учителем, не выполняет его требования.

При соматическом типе дезадаптации ребенок начинает часто болеть.

При коммуникативном типе дезадаптации ребёнок не может наладить контакт ни со с взрослыми, ни с детьми..

**Периоды школьнойдезадаптации:**

1. Адаптация к начальной школе.
2. Адаптация к средней школе.
3. Подростковый период (кризис).

Сигналами дезадаптации ребенка могут быть признаки истощения, утомляемость, снижение умственной работоспособности, ошибки в письменных работах, повышенный уровень тревожности при хорошей успеваемости.

**Рекомендации учителям по профилактике школьной дезадаптации:**

1. Своевременное психолого-педагогическое диагностирование предпосылок и признаков школьной дезадаптации, проведение ранней, качественной диагностики актуального уровня развития каждого ребенка.

2. Момент поступления в школу должен соответствовать не паспортному возрасту (7 лет), а психофизиологическому (для некоторых детей это может быть и 7 с половиной и даже 8 лет).

3. Диагностика при поступлении ребенка в школу должна учитывать не столько уровень умений и знаний, сколько особенности психики, темперамента, потенциальные возможности каждого ребенка.

4. Создание в образовательных учреждениях для детей риска педагогической среды, учитывающей их индивидуально-типологические особенности. Использовать вариативные формы дифференцированной коррекционной помощи в ходе учебного процесса и во внеурочное время для детей высокой, средней и низкой степени риска.

На организационно-педагогическом уровне такими формами могут быть - специальные классы с меньшей наполняемостью, со щадящим санитарно-гигиеническим, психогигиеническим и дидактическим режимом, с дополнительными услугами лечебно-оздоровительного и коррекционно-развивающего характера; коррекционные группы для занятий с педагогами по отдельным учебным предметам, внутриклассная дифференциация и индивидуализация, групповые и индивидуальные внеурочные занятия с педагогами основного и дополнительного образования (кружки, секции, студии), а также со специалистами (психологом, логопедом, дефектологом), направленные на развитие и коррекцию недостатков развития школьно-значимых дефицитных функций.

5. При необходимости использовать консультативную помощь детского психиатра.

6. Применение правильной организации режима школьной жизни первоклассников.

7. Применение психологической коррекции, социальных тренингов, тренингов с родителями.

8. Освоение педагогами методики коррекционно-развивающего обучения, нацеленного на здоровьесберегающую учебную деятельность.

**Задания для самостоятельного выполнения**

* выполнение индивидуального проектного задания

**«Альбом коррекционно-развивающих упражнений»**

**Задания для самоконтроля по теме:**

1. Раскройте сущность понятия социальная и школьная дезадаптация.
2. Раскройте критерии школьнойдезадаптации
3. Какие факторы лежат в основе школьной дезадаптации
4. Раскройте периоды школьнойдезадаптации
5. Что может являться сигналами школьной дезадаптации.