

Ткачева Полина Евгеньевна

магистрант

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА УЧАЩИХСЯ ПРИ ПЕРЕХОДЕ В ОСНОВНУЮ ШКОЛУ

***Аннотация:** в статье обобщаются теоретические представления и эмпирические находки о роли индивидуальной психологической поддержки при переходе учащихся из начальной в основную школу. Рассматриваются ключевые определения, модель компонентов поддержки, механизмы воздействия и критерии отбора получателей вмешательства. Выделены организационные и этические аспекты интеграции индивидуальной поддержки в школьную систему. Представлены практические рекомендации и направления дальнейших исследований.*

***Ключевые слова:** переход в основную школу, индивидуальная поддержка, школьная адаптация, профилактика дезадаптации, диагностика.*

Переход в основную школу – критический этап, сопровождающийся возрастанием учебных требований, изменением социальных ролей и учебной среды. У значительной доли учащихся этот этап сопряжён с тревожностью, снижением мотивации и риском дезадаптации. Индивидуальная психологическая поддержка рассматривается как механизм снижения этих рисков и обеспечения успешной адаптации.

В современном российском образовании одной из приоритетных задач становится воплощение гуманистических ценностей, что предполагает переориентацию школьной системы на всестороннее внимание к личности каждого учащегося и уважение к его индивидуальным особенностям. В этом контексте особое значение приобретает проблема внутренних переживаний и межличностных противоречий, возникающих у субъектов образовательного процесса. Конфликты, как внутриличностные, так и межличностные, могут существенно

затруднять успешную адаптацию младших школьников к учебной деятельности, создавая препятствия для их гармоничного развития [1]. Понятие индивидуальная психологическая поддержка включает целенаправленные краткосрочные и среднесрочные интервенции, ориентированные на конкретного ребёнка или на группу детей: консультирование, коррекционно-развивающие занятия и тренинги, план сопровождения. Теоретическая база опирается на системно-динамический подход к адаптации, теории саморегуляции и формирования учебной мотивации, а также на когнитивно-поведенческие принципы работы с тревогой и неадаптивными убеждениями. Изучение научных трудов, посвящённых отношениям между младшими школьниками, выявило, что понятие «конфликтные взаимоотношения» в контексте адаптации учащихся до настоящего времени не подвергалось целенаправленному рассмотрению и анализу в исследованиях. Иными словами, взаимосвязь конфликтности и успешности адаптации младших школьников в рамках учебной деятельности остаётся недостаточно изученной областью.

Отечественные исследования А.Я. Янцупова, Л.С. Выготского, Л.А. Петровской подчёркивают значимость раннего выявления рисков и роли школьного психолога в координации вмешательств. Межличностное взаимодействие в младшем школьном возрасте часто сопряжено с различными трудностями и стрессовыми ситуациями. Дети в этот период нередко прибегают к конфликтным способам решения возникающих задач. Ситуация усугубляется противоречивыми или не до конца ясными требованиями, предъявляемыми как со стороны семьи, так и со стороны школы, с которыми дети не всегда могут справиться без возникновения внутреннего или внешнего конфликта. Зарубежные работы предлагают доказательную базу краткосрочных когнитивно-поведенческих и тренинговых программ, демонстрирующих снижение тревожности и улучшение школьной функциональности. Недостаток литературы – ограниченная интеграция междисциплинарных практик и дефицит данных о долгосрочных эффектах индивидуальной поддержки при переходах. Среди компонентов и форм поддержки выделяются: диагностическая сессия и поста-

новка персональных целей, индивидуальные консультации по эмоциональной регуляции и обучению стратегиям учёбы, коррекционно-развивающие упражнения (исполнительные функции, внимание), вовлечение родителей (консультации, рекомендации по поддержке), координация с классным руководителем и мониторинг прогресса [2]. Форматы варьируются от 6–12 еженедельных сессий до планов сопровождения на учебный год.

Эффективность психологической поддержки проявляется через целый комплекс взаимосвязанных изменений в состоянии и поведении учащихся. Прежде всего, происходит снижение эмоциональной напряжённости: подростки учатся распознавать и управлять своими эмоциями, что критически важно в период адаптации. Это напрямую связано с развитием саморегуляции, когда формируются навыки самостоятельного контроля над своими реакциями и поведением, способность к планированию и последовательному выполнению задач. Параллельно с этим, благодаря успешному преодолению трудностей и получению позитивного опыта, наблюдается повышение самооценки – убеждённости в собственной способности успешно выполнять поставленные задачи, справляться с вызовами [3]. Наконец, поддержка способствует формированию адаптивных учебных стратегий, таких как умение планировать учебную деятельность, эффективно использовать время, обращаться за помощью, применять различные методы запоминания и анализа информации.

Однако достижение этих эффектов не является универсальным и зависит от ряда модулирующих факторов. К ним относится исходный уровень рисков учащегося: чем выше изначальные трудности (например, низкая успеваемость, высокий уровень тревожности, проблемы в поведении), тем сложнее и дольше может быть процесс адаптации и тем более интенсивной поддержки он требует [4]. Семейная поддержка также играет ключевую роль: вовлечённость родителей, их умение создать поддерживающую атмосферу и конструктивно взаимодействовать со школой значительно усиливают положительный эффект от вмешательств. Квалификация специалиста, его опыт, профессиональные навыки, способность установить доверительные отношения и применять научно

обоснованные методы – напрямую влияют на качество и результативность оказываемой помощи. И, наконец, организационные ресурсы школы, включая наличие кабинета психолога, доступность методических материалов, возможность выделить время для индивидуальной работы и готовность администрации к сотрудничеству, создают необходимую инфраструктуру для успешной реализации программ поддержки [5]. Таким образом, эффективность вмешательств – это результат сложного взаимодействия внутренних изменений учащегося и внешних поддерживающих факторов.

Для эффективной интеграции индивидуальной психологической поддержки в систему школьного сопровождения оптимальным подходом является кейс-менеджмент. Кейс-менеджмент в данном контексте – это комплексный подход к организации помощи учащемуся, предполагающий активную координацию всех задействованных сторон (самого ученика, родителей, педагогов, администрации школы, а при необходимости и внешних специалистов) для достижения согласованных целей. Для успешной реализации кейс-менеджмента необходимы чёткие регламенты, определяющие порядок взаимодействия между различными участниками процесса, дорожные карты вмешательства, содержащие детальные планы действий и сроки реализации, а также системы мониторинга эффективности, позволяющие оценивать результаты работы и вносить необходимые корректировки. Помимо организационных аспектов, важно учитывать этические требования к работе с детьми. Необходимым условием является получение информированного согласия на оказание психологической помощи от родителей (или законных представителей) и самого ребенка (в зависимости от возраста и зрелости). Крайне важно соблюдение принципа конфиденциальности, обеспечивающего защиту личной информации и создающего атмосферу доверия, специалисты должны чётко осознавать границы своей компетенции и не выходить за их пределы, а также регулярно проходить супервизию – процесс консультирования с более опытным коллегой для повышения качества своей работы и предотвращения профессионального выгорания [5]. Наконец, оказываемые вмешательства должны быть культурно релевантными,

то есть учитывать культурные особенности, ценности и убеждения ребенка и его семьи, и ни в коем случае не должны нарушать его права, гарантированные законодательством.

Исходя из полученной информации можно порекомендовать внедрять протоколы краткосрочной индивидуальной поддержки для детей с выявленными рисками, обеспечивать обучение школьных психологов методам работы с тревогой и исполнительными функциями, формализовать взаимодействие с родителями и учителями; вести регулярный мониторинг и оценку эффекта.

Проведённый теоретический обзор убедительно демонстрирует значительный потенциал индивидуальной психологической поддержки как эффективного инструмента для профилактики школьной дезадаптации в период перехода учащихся из начальной школы в основную. Анализ существующих теорий и концепций указывает на то, что целенаправленное психологическое сопровождение, учитывающее индивидуальные потребности и особенности каждого ребенка, способно существенно снизить риски возникновения трудностей в обучении, социальной адаптации и эмоциональном благополучии.

Вместе с тем, для окончательного укрепления доказательной базы и более глубокого понимания механизмов воздействия необходимо проведение дальнейших исследований. В частности, приоритетными направлениями являются исследования, позволяющие отследить динамику адаптации учащихся на протяжении длительного времени и оценить устойчивость положительных эффектов от индивидуальной поддержки. Также важными представляются смешанные исследования, сочетающие количественные и качественные методы, что позволит получить более полное представление о субъективном опыте учащихся и выявить факторы, влияющие на успешность адаптации.

Особое внимание следует уделить сравнительному анализу различных форматов индивидуальной психологической поддержки, таких как индивидуальное консультирование, групповые занятия, тренинги, наставничество, и определению наиболее эффективных подходов для разных категорий учащихся. Кроме того, необходимо тщательно изучать долговременные исходы, оценивая

не только академическую успеваемость и социальную адаптацию, но и показатели психологического благополучия, эмоциональной устойчивости и сформированности личностных ресурсов. Только комплексный подход к исследованию позволит создать научно обоснованную систему индивидуальной психологической поддержки, максимально отвечающую потребностям учащихся и способствующую их успешной адаптации к новым условиям обучения.

Список литературы

1. Лямина Л.В. Психологическая поддержка младших школьников в преодолении конфликтных взаимоотношений / Л.В. Лямина, В.М. Минияров // Известия Самарского научного центра РАН. – 2011. – №2–2.
2. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе / Н.И. Гуткина. – СПб.: Питер, 2006. – 208 с. EDN QXQOFP
3. Глузман А.В. Особенности социально-психологической и педагогической поддержки младших школьников с задержкой психического развития / А.В. Глузман // Проблемы современного педагогического образования. – 2025. – №87–2. EDN LUDSZE
4. Галимзянова М.В. Ранние детские воспоминания взрослых с различными дезадаптивными схемами / М.В. Галимзянова // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2017. – Т. 7. №1. – С. 66–80. DOI 10.21638/11701/spbu16.2017.105. EDN ZEFZUF
5. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе / Е.Е. Кравцова. – М.: Педагогика, 2013. – 268 с.