

Лескова Екатерина Андреевна

магистрант

Научный руководитель

Иванова Наталья Георгиевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева»

г. Красноярск, Красноярский край

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Аннотация: в статье представлены результаты исследования адаптации пятиклассников к среднему звену общеобразовательной школы. Выделены особенности адаптации пятиклассников. Разработана и апробирована программа психологического сопровождения адаптации учащихся 5 класса. Результаты контрольного этапа эксперимента свидетельствуют об эффективности программы.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, психологическое сопровождение, учебная мотивация, социализация.

В настоящее время одним из важных задач образовательных учреждений становится поддержка развития личности учащихся и поддержание их психологического благополучия. Важным фактором в достижении этой цели является обеспечение эффективного сопровождения процесса адаптации детей к условиям образовательной среды.

Переход от начальной школы к средней является одним из таких этапов. Исследования свидетельствуют о том, что многие ученики сталкиваются с трудностями в этот период, такими как пониженная успеваемость, проблемы с памятью, ухудшение внимания, потеря интереса к учебной деятельности, эмоциональная нестабильность, увеличение утомляемости и появление страха перед уроками, учителями и контрольными работами. Обнаружение причин этих трудностей и

разработка эффективных методов психологической поддержки в этот период остаются актуальными задачами образовательной системы [1; 4].

В целях изучения адаптации пятиклассников к среднему звену общеобразовательной школы нами было проведено исследование.

Исследование проводилось на базе МАОУ СШ №149 Советского района г. Красноярска. В исследовании приняли участие 29 учащихся 11–12 лет, обучающихся на параллели 5-ых классов.

В ходе исследования применялись следующие психодиагностические методики: Модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Н.Г. Лускановой, Изучение общей самооценки (методика Г.Н. Казанцевой), Методика «Социометрия» Дж. Морено [6].

На основании анализа проведенного эмпирического исследования нами были получены следующие результаты: от общего числа испытуемых 7% учащихся продемонстрировали школьную дезадаптацию. У этих детей возникают значительные затруднения в учебной деятельности, а также они испытывают трудности в общении с одноклассниками и в установлении отношений с учителями. Для них школьная среда часто воспринимается как неприязненная, и нахождение в ней становится невыносимым.

28% учащихся продемонстрировали низкую школьную мотивацию. Результаты диагностики показывают, что такие школьники посещают школу неохотно, чаще всего выбирают пропускать занятия или, если, и, присутствуют на уроках, то часто занимаются посторонними делами. Дети испытывают затруднения в учебной деятельности.

24% учащихся с низкой самооценкой (такие дети как правило более пассивны и нерешительны. Они чувствительны к критике, полагая, что она свидетельствует об их неполноценности, тем самым обесценивая себя и свои способности).

44% учащихся имеют неблагоприятный статус и входят в группу риска по качеству межличностных отношений (что свидетельствует о низком уровне сформированности коммуникативных навыков, следовательно, особое внимание

нужно обратить на позицию этих детей, с целью формирования и развития коммуникативных навыков).

Анализируя полученные данные, делаем вывод, что у участников есть учащиеся, у которых не сформирована учебная мотивация, а также в классе есть неадаптированные ученики; есть учащиеся с низкой самооценкой, которым необходима оптимизация самооценки, формирование представлений о себе и развитие уверенности в себе; низкий уровень коммуникативных умений, этот показатель свидетельствует о необходимости своевременной работы по формированию этих умений у данной группы испытуемых.

Исходя из полученных результатов, нами была разработана программа, направленная на психологическое сопровождение адаптации учащихся в 5 классе к среднему звену.

Цель программы: обеспечение психологического сопровождения пятиклассников в период адаптации к среднему звену школы.

Данная программа направлена на:

- психологическое сопровождение адаптации;
- повышение эмоциональной устойчивости и стабильности у учащихся;
- формированию высокой самооценки, навыков коммуникативного общения, мотивов общения со сверстниками, самостоятельности.

Задачами программы являлось следующее:

- развивать коммуникативные способности;
- создание условий для повышения сплоченности коллектива;
- формирование адекватной самооценки;
- повышение уровня школьной мотивации.

Для обеспечения благоприятной адаптации пятиклассников к условиям среднего звена образовательной организации необходимо проводить комплексное психологическое сопровождение, включающее в себя организованную работу как с детьми, так и их родителями.

Сроки реализации программы охватывают 4 месяца. Занятия проводятся еженедельно, в групповой форме. Общее количество встреч с испытуемыми составляет – 10, а длительность каждого занятия – 40 минут.

Учебные занятия структурированы, представляя собой последовательность взаимосвязанных этапов, включающих ритуал приветствия, разминку, основную часть, рефлексию и ритуал прощания.

В рамках программы мы использовали различные методы и техники, таких как релаксация, концентрация, игротерапия и арт-терапия. Упражнения, предложенные на наших занятиях были направлены на развитие умений определять свое эмоциональное состояние, анализировать свои умения и навыки, на сближение учащихся в классе, на повышение степени их взаимного доверия, формирование групповой сплоченности, повышение уровня внутригруппового взаимодействия, актуализации знаний, тренировку памяти, помощь учащимся принять новую социальную роль и др.

Анализ результатов контрольного этапа эксперимента показал положительную динамику:

- количество учащихся с низкой школьной мотивацией сократилось с 28% до 10%, учащиеся с дезадаптацией выявлены не были;
- количество детей с низкой самооценкой снизилось с 24% до 7%;
- количество обучающихся с неблагоприятным статусом сократилось с 44% до 24%.

В результате контрольного эксперимента была зафиксирована положительная динамика показателей процесса адаптации. Так учащиеся экспериментальной группы после реализованной нами программы стали более слаженно работать в группе, учитывать мнение друг друга, формулировать свою точку зрения и аргументировать ее. Повысился уровень школьной мотивации и самооценки.

Выявленные результаты свидетельствуют об эффективности программы сопровождения адаптации пятиклассников при переходе в среднее звено общеобразовательной школы.

Список литературы

1. Баранников А.В. Об обеспечении успешной адаптации ребенка при переходе со ступени начального общего образования - на основную / А.В. Баранников // Школьный психолог. – 2004. – №30. – С. 23–31.
2. Волков Б.С. Психология младшего школьника: учебное пособие / Б.С. Волков. – М.: Педагогическое общество России, 2012. – 128 с.
3. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: учеб. пособие / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова [и др.]. – М.: Академия, 2012. – 98 с.
4. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация / А.А. Налчаджян. – М.: Эксмо, 2010. – 368 с. – EDN QXYLEV
5. Новикова Е.В. Диагностика и коррекция школьной дезадаптации у младших школьников и младших подростков / Е.В. Новикова. – М.: Наука, 1985. – 205 с.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога / Е.И. Рогов. – М.: Владос, 1999. – 384 с.