

ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

Д.Ю. СОЛОВЬЕВА

Кратко рассмотрены основные подходы к изучению критериев адаптации первоклассников в отечественной литературе. Описана новая схема, раскрывающая структуру адаптации детей к школе. Данная структура состоит из организационной, учебно-мотивационной, психологической и социальной адаптации. Выделены показатели и критерии успешной адаптации первоклассников, такие, как сформированная внутренняя позиция школьника, высокая мотивация учения, хорошее эмоциональное самочувствие ребенка и низкий уровень школьной тревожности, адекватное поведение в школе. Представлена программа исследования школьной адаптации первоклассников.

Ключевые слова: школьная адаптация, младшие школьники, критерии адаптации, показатели адаптированности первоклассников.

Проблема школьной адаптации связана с определением показателей адаптированности первоклассника к новым условиям его жизни. Существует много подходов к определению понятия «школьная адаптация». Чаще всего школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности, т.е. она имеет несколько аспектов (социальный, психологический, учебный и т.п.) и поэтому ее нужно рассматривать с разных сторон.

Некоторые авторы выделяют объективные и субъективные критерии адаптации. К первым относят продуктивность и успешность деятельности, деловую включенность, статус личности в коллективе и др., ко вторым – эмоциональное самочувствие индивида, его активность, стабильность психофизиологического состояния, удовлетворенность работой и др.

Я.Л. Коломинский и Е.А. Панько выделяют следующие критерии уровня адаптации у шестилетних учащихся:

- успешность обучения; успеваемость, овладение навыками, умениями и знаниями по основным предметам, отношение к труду;

- положение в структуре межличностных отношений: статус, эмоциональное самочувствие, общительность;

- общественная активность: участие в общественно-полезной деятельности, самостоятельность, инициативность [3].

Э.М. Александровская и С.М. Тромбах предлагают в качестве критериев адаптации эффективность учебной деятельности, усвоение школьных норм поведения, успешность социальных контактов, эмоциональное благополучие [1].

Т.В. Дорожевец разработала трехкомпонентную модель приспособления ребенка к условиям школьного обучения. По ее мнению, школьная адаптация бывает следующих видов:

- 1) *академическая*, характеризующая степень соответствия поведения ребенка нормам школьной жизни (принятие требований учителя и ритма учебной деятельности, овладение правилами поведения в классе, познавательная активность на уроке);

- 2) *социальная*, отражающая успешность вхождения ребенка в новую социальную группу в виде принятия его одноклассниками, достаточное количество коммуникативных связей, умение решать межличностные проблемы и т. д.;

3) *личностная*, характеризующая уровень принятия ребенком себя как представителя новой социальной общности; выражается в виде соответствующих самооценки и уровня притязаний, стремления к самоизменению [2].

З.Л. Шинтарь, анализируя процесс адаптации, выделяет три ее аспекта:

1) адаптация организма к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам;

2) адаптация к новым социальным отношениям и связям;

3) адаптация к новым условиям познавательной деятельности [7].

Представления о многоуровневой структуре адаптации детей к школе позволяют нам выделить несколько групп показателей приспособленности первоклассников к систематическому школьному обучению. На основе данных групп мы составили следующую схему (рис.).

Рассмотрим составляющие школьной адаптации подробнее.

1. *Организационная адаптация* — это приспособление ребенка к новой системе организации жизни: к новым требованиям, правилам, режиму дня, обязанностям, статусу, т.е. критерием школьной адаптации в данном случае выступает готовность первоклассника к принятию новой социальной позиции школьника.

Мы считаем, что в данном случае в качестве показателей адаптированности могут выступать (1) сформированность позиции школьника и (2) принятие ребенком школьных правил. Первое означает сформированность положительного отношения к школе, учению, познанию как к радости открытия, стремления к социально-нормированным формам поведения, к овладению социально значимыми знаниями и умениями. Это готовность к новым обязанностям, ответственности перед школой, учителем, классом.

2. *Учебно-мотивационная адаптация*. Начало обучения ребенка в школе позво-

ляет ему занять новую жизненную позицию и перейти к выполнению общественно значимой учебной деятельности. Но в самом начале обучения у первоклассников еще нет потребности в теоретических знаниях, а именно эта потребность является психологической основой формирования учебной деятельности.

М.В. Матюхина пишет: «Учебная деятельность младших школьников регулируется и поддерживается системой мотивов, имеющей сложный и многоуровневый характер. Сформированность этой системы является одним из условий, необходимых для успешной учебной деятельности на протяжении всего школьного периода. А формируется желание учиться главным образом в младшем школьном возрасте, и от того, насколько качественно оно сформировано, во многом зависит успешность всего дальнейшего обучения» [5; 25].

Таким образом, в качестве второго критерия школьной адаптации может выступать мотивация учения. По изменению данного параметра можно судить об уровне школьной адаптации ребенка, степени овладения учебной деятельностью и об удовлетворенности ребенка ею.

3. *Психологическая адаптация*. В исследовании процесса школьной адаптации значимость приобретает анализ эмоциональных проявлений. Это связано с тем, что новые требования изменяют состояние эмоциональной сферы, вызывая неспецифическую, стрессовую реакцию организма, вплоть до возникновения пограничных нервно-психических расстройств. В связи с этим наше внимание должно акцентироваться не только на успеваемости и поведении ребенка, но и на изучении психологического здоровья первоклассников.

В данном случае критерием школьной адаптации может выступать эмоциональное состояние ребенка в школе. Так, Л.А. Ясюкова утверждает, что «при изучении процесса школьной адаптации важно знать эмоционально-энергетические особенности

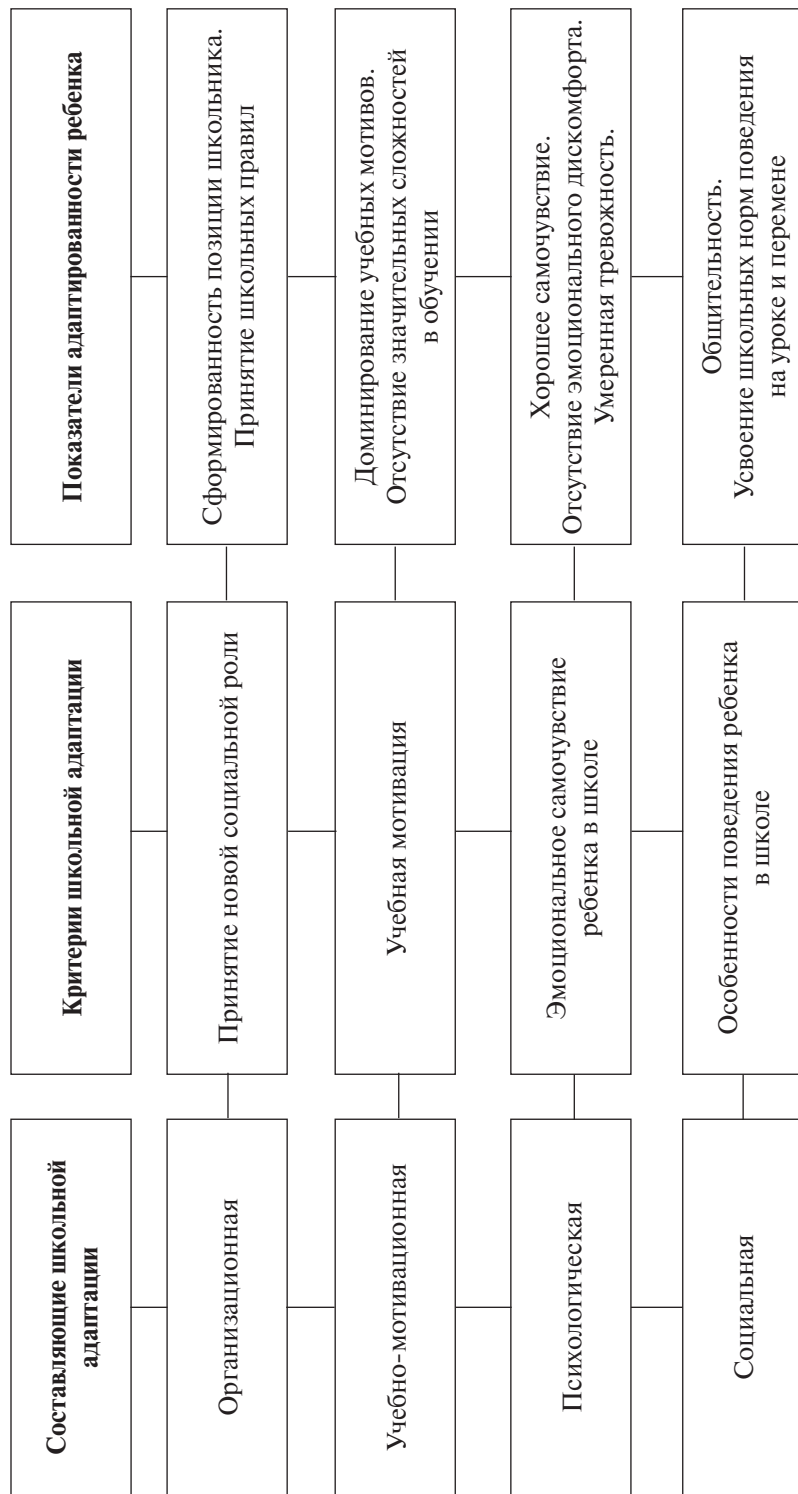


Рис. Структура адаптации детей к школе

ребенка и особенно степень сбалансированности эмоционального реагирования. При тенденции к доминированию отрицательных эмоций, повышенной тревожности, появлению страхов происходит фиксация на трудностях и неудачах, активность парализуется, и адаптация замедляется» [8; 48].

Пока в науке не выработаны удовлетворительные показатели для характеристики психологического здоровья, оно оценивается по отсутствию отклонений в эмоциональной и поведенческой сферах. Наиболее информативным, прогностически значимым и потому чаще используемым показателем в этом плане является характеристика уровня тревожности, а также эмоциональное состояние ребенка в различных школьных ситуациях.

4. *Социальная адаптация.* Одним из основных критериев школьной адаптации являются особенности поведения ребенка в школе: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися и учителем.

По мнению Т.В. Костяк в начальной школе способность ребенка к конструктивному взаимодействию в новой социальной среде зависит от опыта семейных отношений, а также от содержания и характера трансляции школьных норм. Знакомясь с новыми формами социального поведения, дети начинают экспериментировать с ними, пытаясь применять их в образовательном учреждении и в семье. Налаживая отношения со взрослыми и сверстниками (как формальные так и неформальные), ребенок отбирает те образцы поведения, которые согласуются с имеющимся у него представлением о мире и о себе и пытается приспособить усвоенные правила к конкретной ситуации. В этом проявляется активный характер адаптации к школе, с одной стороны позволяющей раскрыться индивидуальности ребенка, а с другой – определяющей различные отклонения в социальном поведении. Индивидуальный стиль жизни, основные черты которого формируются к

началу школьного обучения, позволяют ребенку гибко использовать усвоенные нормы в соответствии со своими представлениями и ожиданиями значимых взрослых [4].

Эффективность адаптации в значительной степени зависит от того, насколько адекватно ребенок воспринимает себя и свои отношения с другими людьми. Таким образом, основным индикатором трудности процесса социальной адаптации являются негативные изменения в поведении ребенка: это могут быть чрезмерное возбуждение, даже агрессивность или, наоборот, заторможенность, депрессивность. Иногда возникает чувство страха, нежелание идти в школу и т.д.

Итак, основными показателями успешной адаптации ребенка к школе являются положительное отношение ребенка к школе, принятие школьных норм и правил, сформированность мотивации учения, хорошее эмоциональное самочувствие ребенка, формирование адекватного поведения.

Совокупность данных признаков (показателей) характеризует степень адаптированности ребенка в школе, в то время как отклонения в определенной сфере свидетельствуют о нарушениях приспособления к школе и риске дезадаптации.

Решение проблемы школьной адаптации в контексте оптимизации личностного развития предусматривает не только отслеживание динамики приспособления первоклассников к школе, но и прогнозирование их индивидуального развития. С этой целью необходимо определить комплекс диагностических методик, направленных на изучение выделенных нами ранее показателей адаптированности детей к школе.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для изучения особенностей школьной адаптации нами была разработана программа «Исследование адаптации перво-

классников» [6]. Данная программа включает пять методик:

1. «*Беседа о школе*». Эта методика, разработанная Т.А. Нежной, направлена на выявление уровня сформированности внутренней позиции школьника, принятия 6–7 летним ребенком возрастного статуса.

2. *Исследование мотивации учения* М.Р. Гинзбурга. Методика направлена на изучение сформированности мотивов учения, выявление ведущего мотива.

3. *Цветовой тест Люшера* (в модификации Л.А. Ясюковой). Этот метод направлен на определение эмоционального состояния ребенка в школе, наличия положительных и отрицательных эмоций в определенных учебных ситуациях.

4. *Проективная методика для диагностики школьной тревожности* (автор — А.М. Прихожан), позволяющая определять уровень школьной тревожности, анализировать школьные ситуации, вызывающие у ребенка страх, напряжение, дискомфорт.

5. *Карта наблюдений Д. Стотта*, выявляющая формы дезадаптированного поведения ребенка, а также особенности его взаимоотношений с окружающими.

Итак, мы выделили критерии школьной адаптации и показатели адаптированности ребенка к школе, определили комплекс диагностических методов направленный на изучение компонентов школьной адаптации первоклассников. Далее нам необходимо было выяснить, насколько данные критерии и показатели соответствуют реальному уровню адаптации первоклассников.

Таким образом, **цель** нашего исследования — выявить качественные и количественные особенности школьной адаптации первоклассников.

В нашем исследовании приняли участие 150 учащихся I классов средней общеобразовательной школы № 31 Сыктывкара. Практически все дети посещали детский сад. Программы обучения во всех классах общеобразовательные. Распреде-

ление детей в школу осуществлялось без учета уровня психологической готовности детей к школьному обучению. Исследование проводилось с 2009 по 2010 г.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Рассмотрим результаты изучения особенностей адаптации первоклассников к школе.

Определение количественных показателей школьной адаптации первоклассников

Организационная адаптация. Анализ проведенного исследования принятия первоклассниками социальной роли показал, что в начале обучения в I классе полностью сформированная внутренняя позиция школьника выявлена лишь у 26 % обследованных учащихся. В случае частичной сформированности внутренней позиции школьника (48 %) эмоционально положительное отношение к школе, своему новому социальному статусу сочетается с ориентацией на внеучебные стороны школьной жизни — новые знакомства и контакты, игры, прогулки, возможность посещения школьных кружков и пр. Согласно полученным данным у первоклассников внутренняя позиция школьника еще не была сформирована, что нашло отражение в предпочтении игровой деятельности и отношений дошкольного типа, отсутствии желания ходить в школу, негативных установках к школе и учебе. Непринятие нового социального статуса и роли ученика, незрелость школьной мотивации, двойственное, а в некоторых случаях негативное отношение ребенка к школе значительно осложняет ход нормативного возрастного развития в младшем школьном возрасте и адаптацию к школе.

Учебно-мотивационная адаптация. Было выявлено, что среди поступающих в школу первоклассников самую многочисленную группу (53 %) образуют дети

с преобладанием социальных мотивов. В случае доминирования социальных мотивов учения ребенок стремится в школу, чтобы занять в обществе новую позицию — позицию школьника. Познавательная потребность выражена у него слабо, а потому в школе его прежде всего интересуют не знания, которые дает учитель, а строгое исполнение роли ученика, заданной новой социальной позицией. Фактически первоклассник с доминированием социальных мотивов учения полностью ориентирован на одобрение и похвалу учителя, которые позволяют ему удовлетворить его потребность в общении на новом уровне.

Такая структура мотивационной сферы позволит ученику успешно справляться со своими обязанностями до тех пор, пока для него будет притягательна социальная позиция школьника. Но как только эта позиция станет для него привычной и ему уже не нужно будет подтверждения, что он хорошо справляется со своей ролью, похвала учителя перестанет оказывать мотивирующее воздействие. Кроме того, в подростковом возрасте значимость мнения взрослых для учащихся резко падает, и они начинают ориентироваться в своем поведении на мнение сверстников. Если к этому времени у ученика не сформируются собственно учебные мотивы, связанные непосредственно с учебной деятельностью, или если у него не возникнут новые социальные мотивы учения типа получения в будущем определенной специальности, для которой необходим хороший школьный аттестат, то ученик может стать неуспевающим.

Собственно учебная мотивация наблюдается у 31 % первоклассников. Этим детям скорее всего можно охарактеризовать как любознательных. Они хотят много знать, нередко приходят в I класс, уже умея читать и считать, а в школу стремятся, чтобы узнать еще больше. Но если на уроках им становится неинтересно, они могут отвлечься и заняться посторонним

делом. Бывает и так: на уроках ученик внимательно слушает новый материал, представляющий для него интерес, а дома не выполняет домашнее задание, потому что повторять уже усвоенный материал ему скучно. Если же у ребенка слабо развиты социальные мотивы учения, у него не наблюдается стремления хорошо выполнять обязанности ученика, как этого требует его новая социальная позиция. Если к тому же у такого ученика слабо развита мотивация достижения, то он вскоре, несмотря на хорошо развитую познавательную потребность, может начать отставать в учении.

Дело в том, что в I классе очень много заданий, особенно по письму, которые не вызывают у детей непосредственного интереса, но требуют больших усилий. Поэтому дети с доминированием познавательной мотивации, но слабо выраженными социальными мотивами учения могут оказаться менее готовыми к школьному обучению, чем ребята с доминированием социальных мотивов учения. С детьми этой группы учителю бывает гораздо труднее, хотя они могут изначально больше знать, чем другие первоклассники. В силу того, что они относятся к учебе только как к источнику интеллектуального удовольствия, а не как к социально значимой деятельности, которую необходимо хорошо выполнять независимо от собственных эмоциональных переживаний, эти ученики не всегда принимают и выполняют поставленную учителем задачу.

Доминирование игровых мотивов наблюдается у 16 % учащихся, что отрицательно сказывается на успешности усвоения учебного материала и формировании учебной деятельности. Такие школьники делают на уроке не то, что задано, а то, что им хочется: в тетради пишут не буквы и слова, а рисуют машины, домики, цветочки и пр.; приносят из дома игрушки и играют ими на уроке; не понимают специфической функции учителя, строят свое общение с ним исключительно на эмоцио-

нальной основе; не принимают школьных правил поведения, на уроке могут ходить по классу, комментировать действия учителя и одноклассников; не понимают обязательности выполнения учебных заданий, в том числе и домашних.

Психологическая адаптация. Результаты исследования эмоционального состояния первоклассников в период адаптации к школе свидетельствуют, что лишь 12% детей имеют отрицательное эмоциональное состояние, которое проявляется в плохом настроении. Эти дети могут испытать негативные эмоции, тревогу, страх в следующих школьных ситуациях: на уроке, у доски, перед контрольной, в общении с одноклассниками и учителем. При этом у ребенка могут иметь место переутомление и низкая работоспособность. Преобладание плохого настроения не является противопоказанием для обучения ребенка в школе, но может осложнять процесс адаптации.

У 63% учащихся I классов эмоциональное состояние квалифицируется как нормальное, т.е. оптимальное для успешной учебной деятельности. У 25% первоклассников наблюдается явное преобладание положительных эмоций. При этом ребенок отличается бодростью, отсутствием усталости, здоровой активностью.

Проведенное в начале года исследование школьной тревожности показывает, что среди первоклассников процент высоко тревожных детей не высок (5%). Тем не менее избыточная тревожность приводит к постоянному беспокойству, которое утомляет ребенка, мешает эффективно работать в классе, строить отношения с другими детьми и взрослыми. Высокая тревожность может выражать страх быть неуспешным. При этом 18% учащихся имеют повышенный уровень тревожности, который скорее следует считать адаптационным, т.е. связанным с изменением социальной ситуации ребенка. Повышение тревожности – нормальная реакция, которая обеспечивает готовность к внезапным изменениям,

дает возможность чутко реагировать на ситуацию и поведение других людей. У 77% учащихся выявлена нормальная школьная тревожность.

Таким образом, данные нашего исследования опровергают бытующее мнение о том, что большинство учащихся I классов в начале учебного года имеют высокий уровень тревожности.

Социальная адаптация. Анализ особенностей поведения первоклассников показывает, что большинство из них готовы к новой деятельности, могут успешно осваиваться в новой ситуации, способны управлять своим поведением (68%).

Около 17% детей, поступивших в школу, испытывают трудности в общении, что скорее всего связано с их индивидуально-психологическими особенностями. В поведении этих детей проявлялись отдельные фрагменты дезадаптации, но наличие их в поведении не выходило за пределы нормы. Эти дети требуют особого внимания со стороны учителей и родителей.

Проведенное психологическое исследование показало, что 15% детей испытывают серьезные трудности в приспособлении к новым условиям, причем, в основном, это дети из неполных, малоимущих и неблагополучных семей.

Общий уровень адаптации. Полученные в ходе исследования данные позволили выделить три уровня адаптационного процесса:

1. Адаптация ребенка к школе проходит нормально, поводов для беспокойства нет. Ребенку в школе нравится, он учится с удовольствием, выполняет все задания, которые дает учитель, ответственно относится к выполнению домашних заданий. В школе у него преобладает хорошее настроение, эмоциональное состояние в норме; отношение к учителю, к одноклассникам и в целом к школе положительное.

2. У ребенка со средним уровнем адаптации может быть не сформирована позиция школьника, т.е. школа привлекает

ребенка не собственно учебным содержанием, а тем, что в ней интересно, весело, много ребят. В целом ребенок посещает школу с удовольствием, ему нравится учиться, но могут возникнуть трудности в учебной деятельности, конкретно в низком уровне мотивации и нежелании выполнять определенные задания учителя. Такой ребенок может проявлять низкую концентрацию внимания, часто отвлекаться. Чтобы он мог начать заниматься, ему необходимо реальное присутствие взрослого в позиции учителя, т.е. если учитель ему лично не сказал, что надо делать, ученик может и не начать выполнять задание. Однако после такой помощи или даже эмоциональной поддержки учителя ребенок может начать действовать самостоятельно.

3. Адаптация ребенка находится на низком уровне, в школе у ребенка преобладают отрицательные эмоции и плохое настроение. Такой ребенок на уроках чаще всего отказывается выполнять задания учителя, занят посторонними делами, может отвлекать соседа по парте. Учебная деятельность его не привлекает, если она ему не интересна. Часто ребенок с низким уровнем адаптации не хочет учиться, утром может отказываться идти в школу. Кроме этого, возможны проблемы в поведении, несоблюдение школь-

ных норм и нарушение школьных правил. У такого ребенка чаще встречаются проблемы во взаимоотношениях с одноклассниками, возможно, появление отрицательного отношения к учителю.

В начале учебного года большинство первоклассников имеют средние (46%) и высокие (37%) показатели адаптации. Однако группа учащихся, испытывающих проблемы при поступлении в школу, составляет 17% от списочного состава.

Таким образом, мы можем разделить первоклассников на три группы: с прогнозом благоприятного течения адаптации (I), среднеблагоприятного (II), высоким риском неблагоприятного течения (III).

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЗНАЧИМОСТИ КРИТЕРИЕВ ИЗУЧЕНИЯ ШКОЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

Для проверки нашего предположения о том, что критериями изучения школьной адаптации являются показатели организационной, учебно-мотивационной, психологической и социальной сфер ребенка, полученные нами данные подверглись корреляционному анализу методом Пирсона: уровни адаптации, с одной стороны, и показатели по пяти методикам с другой (см. табл.).

Таблица

Корреляционный анализ особенностей адаптации первоклассников к школе

Показатели адаптации	Принятие новой роли	Учебная мотивация	Эмоциональное состояние	Школьная тревожность	Особенности поведения	Школьная адаптация
Принятие новой роли		0,430**	0,156	-0,051	0,389**	0,635**
Учебная мотивация	0,430**		0,122	-0,037	0,384**	0,662**
Эмоциональное состояние	0,156	0,122		0,046	0,120	0,370**
Школьная тревожность	-0,051	-0,037	0,046		0,199*	0,225**
Особенности поведения	0,389**	0,384**	0,120	0,199*		0,725**
Школьная адаптация	0,635**	0,662**	0,370**	0,225**	0,725**	

Примечание. Корреляция значима на уровне: ** – $p < 0,01$; * – $p < 0,05$.

В результате у нас выявились следующие значимые корреляции: школьная адаптация связана с принятием новой роли ($r = 0,64$; $p \leq 0,01$), мотивацией учения ($r = 0,66$; $p \leq 0,01$), эмоциональным состоянием ($r = 0,37$; $p \leq 0,01$), школьной тревожностью ($r = 0,23$; $p \leq 0,01$), особенностями поведения ребенка в школе ($r = 0,73$; $p \leq 0,01$). В большей степени на процесс школьной адаптации оказывают влияние принятие новой социальной роли, учебная мотивация, а также особенности поведения.

Поскольку между всеми показателями и выделенными нами уровнями адаптации существует взаимосвязь, предложенные нами критерии оценки адаптации ребенка к школе являются диагностическими для определения уровня школьной адаптации.

Таким образом, оценка успешности адаптации первоклассников к школе может проводиться по следующим параметрам: уровень приспособленности к новой ситуации, эмоциональный комфорт, отношение к различным сторонам школьной жизни, принятие школьных норм и правил, положение ребенка в группе сверстников, формирование адекватного поведения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ школьной адаптации первоклассников по данным параметрам с учетом различных факторов позволяет построить целостную картину изучаемого явления, наметить пути профилактики и преодоления нарушений в процессе приспособления детей к образовательному учреждению с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

На основе результатов диагностики выстраивается профиль школьной адаптации первоклассника, отражающий трудности и достижения. Сравнение индивидуальных профилей адаптации поможет определить типичные сложности, испытываемые учениками в этот период, и наметить пути их преодоления.

Для повышения эффективности психолого-педагогических воздействий в период адаптации детей к образовательному учреждению необходимо изучить их индивидуально-психологические особенности.

Сопоставление и обобщение полученных в результате проведения комплекса диагностических методик данных послужит основой для разработки индивидуального подхода к воспитанию и обучению детей в период их адаптации школе, а так же для создания индивидуальных программ коррекции ее неблагоприятных вариантов.

1. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе // Школа и психическое здоровье учащихся / под ред С.М. Громбаха. М.: Медицина, 1988. С. 35–37.
2. Дорожевец Т.В. Психологические особенности школьной адаптации воспитанников детского сада: Дис. ... канд. психол. наук. М., 1994.
3. Коломинский Я.Л., Панько Е.А. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста. М.: Просвещение, 1989.
4. Костяк Т.В. Психологическая адаптация первоклассников. М.: Академия, 2008.
5. Матюхина М.В. Мотивация учения младших школьников. М.: Педагогика, 1984.
6. Соловьева Д.Ю. Программа исследования адаптации первоклассников // Школьный психолог. 2008. № 19. С. 15–20.
7. Шинтарь З.Л. Введение в школьную жизнь: Учеб.-метод. пособ. Гродно: ГрГУ, 2002.
8. Ясюкова Л.А. Психологическая профилактика проблем в обучении и развитии школьников. СПб.: Иматон, 2003.

Поступила в редакцию 11. VIII 2011 г.