

Світлана ЛІСОВЕЦЬ, Віра ГОЛУБ
м. Київ

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО УМОВ НАВЧАННЯ В ШКОЛІ

Актуальність обраної теми обумовлюється сучасною ситуацією, в якій дитина зростає, розвивається і формується як особистість. Існуючі соціально-економічні, соціокультурні умови розвитку дитини є більшою мірою стихійними, непередбачуваними, часто негативними. Спостерігається зниження виховного потенціалу сім'ї, обумовленого економічною заклопотаністю, матеріально-побутовою невлаштованістю або, навпаки, надвисоким добробутом. Всі ці чинники створюють проблеми для процесу формування особистості, особливо в період дитинства, відомого своєю сензитивністю до виховних впливів.

Вступ до школи і перші місяці навчання викликають у молодшого школяра зміни всього способу життя і діяльності. Цей період є досить важким для дитини, що вступає до школи. Значна кількість дітей для них умов, лише частково пристосовуються (або не пристосовуються зовсім) до режиму роботи і навчальної програми. При традиційній системі освіти категорія цих дітей утворює групу відстаючих дітей – дезадаптованих через індивідуальні психофізіологічні особливості важко адаптується до нових. Проблему шкільної адаптації слід віднести до однієї з найбільш серйозних соціальних проблем сучасності, що вимагає вже не стільки поглибленого вивчення, скільки пошуку продуктивного рішення на практичному рівні. У вітчизняній науковій літературі адаптація розглядається на біологічному, психологічному, соціальному і педагогічному рівнях. Роботи Б.Г.Ананьєва, Л.С.Виготського, А.Р.Лурії, А.Л.Ухтомського, Д.Н.Узнадзе та інших вчених є теоретико-методичною основою обґрунтування адаптації дитини як психологічного і загально біологічного феномену.

Психологічні аспекти здійснення адаптації представлені в дослідженнях Б.Н.Алмазова, Б.С.Братуся, А.И.Захарова, В.Е.Когана, И.С.Кона, Н.А.Менчинської, А.В.Петровського, Б.М.Теплова та інших. Підготовка дітей до самостійного життя знайшла віддзеркалення в працях П.П.Блонського, В.П.Кашенко, В.С.Крюкова, П.Ф.Лесгафта, К.Д.Ушинського. Дослідження таких фізіологів і гігієністів, як М.В.Антропова, Д.И.Зелинського, Г.Г.Манке і інших виявили невідповідність навчально-виховного режиму загальноосвітніх установ вимогам гігієни і основам вікової фізіології, що викликає дезадаптацію учнів, хронічну перевтому і зростання захворювань.

Також великий внесок в розроблення проблеми адаптації дитини до умов навчання в школі зробили зарубіжні учені: Ф.Арієс, М.М.Айшенвуд, Р.Г.Ваяр, Д.Баярд, К.Бютнер, К.Гехт, М.Джеймс, Д.Джонгвард, Д.Добсон, Д.С.Коулман,

Й.Лангмайер, З.Матейчек, Э.М.Шан, А.Маслоу, М.Мід, М.Раттер, К.Ренкер, Г.Сельє, Р.Чемберлен та інші, але не дивлячись на всі дослідження проблема адаптації є ще досить недостатньо розробленою.

Мета даної статті - розкрити особливості та умови ефективною адаптації учнів перших класів до школи.

Завдання дослідження:

1. З'ясувати стан проблеми адаптації в теорії і практиці навчально-виховного процесу.

2. Розробити систему психолого-педагогічного супроводу першокласника на етапі шкільної адаптації.

3. Підібрати психодіагностичний інструментарій для комплексної оцінки рівня адаптації в учнів перших класів.

4. Розробити орієнтовну програму для профілактики і корекції шкільної дезадаптації у дітей 6-7 років, методичні рекомендації для батьків першокласників і учителів 1-х класів щодо профілактики і попередження дезадаптації учнів.

Як предмет наукового дослідження адаптація дітей молодшого шкільного віку до навчання в школі виступає у вигляді системи різноманітних проблем, принципів аспектів, які знаходять віддзеркалення в психологічній, педагогічній і соціологічній літературі.

Для розкриття проблеми, визначення умов, сприяючих легкій адаптації першокласників до навчання в школі були проаналізовані концепції розвитку цієї проблеми в психології і педагогіці, які стали методологічними основами роботи. (А.А.Кірсанов, Е.С.Рабунський, І.Унт, Т.А.Ладиженська, А.А.Леонтєв, В.А.Сухомлинський, Г.А.Цукерман).

У найпоширенішому своєму значенні *шкільна адаптація* розуміється як пристосування дитини до нової системи соціальних умов, нових відносин, вимог, видів діяльності, режиму життєдіяльності [4,6,8].

Перший рік навчання в школі – це надзвичайно складний, переломний період в житті дитини. Змінюється її місце в системі суспільних відносин, а також змін зазнає все її життя, зростає психоемоційне навантаження. На зміну безтурботним іграм приходять щоденні навчальні заняття. Вони вимагають від дитини напруженої розумової праці, активізації уваги, зосередженої роботи на уроках, утримання правильної робочої пози. Відомо, що для дитини шести-семи років це дуже важке навантаження. Але крім цього є певні причини, які утруднюють процес адаптації: нерозуміння і непосильні вимоги батьків, соматичні хвороби, страх вчителя тощо.

Далеко не всі діти з однаковою успішністю „вживаються” в нові умови життєдіяльності. У науковій літературі виділені 3 рівні адаптації дітей до школи. Звернемо увагу на їх зміст і основні показники [4,28].

Високий рівень адаптації. Першокласник позитивно відноситься до школи, її вимог, навчальний матеріал засвоює легко; глибоко і повно опановує програмний матеріал; старанний, уважно слухає вказівки, пояснення вчителя; виконує доручення без зовнішнього контролю; проявляє великий інтерес до самостійної навчальної роботи, готується до всіх уроків.

Середній рівень адаптації. Першокласник позитивно відноситься до школи, знаходження в школі не викликає негативних переживань; розуміє навчальний матеріал, якщо вчитель дає його детально і наочно, засвоює основний зміст навчальних програм, самостійно вирішує типові задачі; зосереджений і уважний при виконанні завдань, доручень.

Низький рівень адаптації. Першокласник негативно або індіферентно відноситься до школи; часті скарги на здоров'я; домінує пригнічений настрій; спостерігаються порушення дисципліни; поданий вчителем матеріал засвоюється фрагментарно; самостійна робота з підручником викликає труднощі; при виконанні самостійних навчальних завдань не проявляє інтересу; до уроків готується нерегулярно, йому необхідний постійний контроль, систематичні нагадування з боку вчителя і батьків; зберігає працездатність при подовжених паузах для відпочинку. Зрозуміло, що є досить тісний причинно-наслідковий зв'язок між рівнем адаптації школяра і системою тих чинників, умов, у яких він виховується.

Аналіз зарубіжної і вітчизняної літератури показує, що терміном *шкільна дезадаптація* (або „шкільна непристосованість”) фактично визначаються будь-які труднощі, що виникають у дитини в процесі навчання. Шкільна дезадаптація – це утворення неадекватних механізмів пристосування дитини до школи у формі порушення навчання і поведінки, конфліктних відносин, психогенних захворювань, і реакцій, підвищеного рівня тривожності. Багато дослідників розглядають критерії дезадаптації. У їх числі агресія по відношенню до людей і речей, надмірна рухливість, постійні фантазії, відчуття власної неповноцінності, упертість, неадекватні страхи, надчутливість, нездатність зосередитися в роботі, підвищена схвильованість, У схематичному вигляді процес адаптації відбувається за принципом замкненого кола, де пусковим механізмом є, як правило, різка зміна умов середовища, звичного середовища, наявність стійкої психотравмуючої ситуації. Основною причиною шкільних труднощів є різні порушення психічного розвитку у дітей. Чинником високого ризику виникнення всіляких відхилень у розвитку дитини є церебрально-органічна недостатність, що формується в результаті негативних біологічних дій на головний мозок дитини, особливо на ранніх етапах онтогенезу.

Результати експериментального дослідження адаптації першокласників до навчання в школі

Дослідження проводилося в школі-дитячому садочку „Вирлиця” серед дітей 6-7 років, які вступають до першого класу. В дослідженні прийняли участь 60 першокласників, з них 14 учнів, які мають низькі адаптаційні здатності, батьки дітей першого класу, учителі перших класів. Дослідження проводилося в три етапи.

На *першому етапі* було проведено психодіагностичне обстеження першокласників, з метою з'ясування їх адаптації до умов навчання в школі. Результати емпіричного дослідження виявили дітей, які мають низький рівень соціально-психологічної адаптації до навчання в школі.

На *другому етапі* цих дітей включили в групу „Психологічної підтримки першокласників”. Програму цієї групи було розроблено саме для дітей, які відчують труднощі в адаптації.

Після проведення тренінгу, на *третьому етапі*, проводилося повторне діагностичне дослідження за тими ж методиками, що і на першому етапі:

1. Методика „Експертна оцінка адаптованості дитини до школи” (Чиріков В.І., Соколова О.Л., Сорокіна О.В.).
2. Карта адаптації першокласників .
3. Анкета для оцінки рівня шкільної мотивації і адаптації Н.Г. Лусканової .
4. Проективна методика „Школа звірів”, С. Панченко.
5. Проективна методика „Мій клас”.

Для ефективної адаптації необхідно з дітьми проводити програму психологічної підтримки першокласників. В нашій роботі ми пропонуємо орієнтовну розвиваючу програму для учнів перших класів.

Мета програми – створення психолого-педагогічних умов, що дозволяють дитині успішно функціонувати і розвиватися в шкільній системі відносин. Цього можливо досягти за рахунок завдань, послідовно сформульованих педагогічним колективом і психологом школи:

1. Виявлення особливостей психолого-педагогічного статусу кожного школяра з метою своєчасної профілактики та ефективного рішення проблем у навчанні, спілкуванні і психологічному розвитку.

2. Створення системи психолого-педагогічної підтримки всіх першокласників в період їх первинної шкільної адаптації, що дозволяє їм не тільки пристосуватися до шкільних вимог, але і всесторонньо розвиватися та удосконалюватися в різних сферах спілкування і діяльності.

3. Створення спеціальних педагогічних і соціально-психологічних умов, що дозволяють здійснювати корекційно-розвивальну роботу з дітьми, що зазнають різних психолого-педагогічних труднощів під час адаптації.

Отже, для того, щоб допомогти дитині відчути себе в школі комфортно, розвинути її інтелектуальні, особистісні і фізичні ресурси, для успішного навчання і повноцінного розвитку, педагогам і психологам необхідно:

1. Знати індивідуальні особливості дитини.
2. Формувати навчально-виховний процес та її індивідуальні особливості, можливості і потреби.
3. Допомогати дитині сформувати навички і внутрішні психологічні механізми, необхідні для успішного навчання і спілкування в шкільному середовищі

Нами було проведено комплексне дослідження соціально-психологічної адаптації першокласників до умов навчання в школі, метою якого було встановити причини дезадаптації дітей і розробити програму для їх подальшої адаптації до умов навчання в школі.

Фіксувалися наступні *параметри*:

1. Рівень шкільної мотивації до навчання і адаптованості.
2. Засвоєння шкільних норм поведінки.
3. Успішність соціальних контактів (з однокласниками і вчителем).

4. Емоційне благополуччя дитини.

5. Загальний рівень адаптованості.

Особлива увага зверталася на наявність і ступінь вираженості у першокласників ознак, які свідчать про труднощі в адаптації.

Отже, в рамках психолого-педагогічної роботи з першокласниками здійснюються наступні *напрями діяльності*:

1. Психолого-педагогічна діагностика, спрямована на виявлення особливостей статусу школярів. Така діагностика протягом першого року проводиться двічі – на етапі вступу (зарахування) дитини до школи і в середині першого класу.

2. Розвиваюча психолого-педагогічна робота, яка здійснюється протягом всього року і наповнюється конкретним змістом залежно від завдань того або іншого етапу роботи.

3. Консультативна робота з педагогами і батьками проводиться психологом і складається з обговорення результатів проведеної діагностики, конкретних запитів педагога або батьків в зв'язку з проблемами навчання, спілкування або психічного самопочуття.

4. Методична робота, спрямована на вдосконалення методики і модифікацію змісту навчання. Вона здійснюється педагогами, спільно з адміністрацією школи за результатами аналізу психолого-педагогічного статусу першокласників.

5. Психокорекційна робота, орієнтована на надання допомоги дітям, що зазнають труднощів в шкільній адаптації. Ці труднощі можуть виявлятися в поведінці, навчанні, самопочутті дитини. Надання допомоги здійснюється у формі групової і індивідуальної психокорекційної роботи.

6. Організаційно-консультативна робота з шкільною адміністрацією, спрямована на вдосконалення процесу управління навчально-виховним процесом, створення соціальних і педагогічних шкільних умов, що сприяють успішній адаптації.

Всі зазначені вище напрями роботи в рамках системи психолого-педагогічного супроводу на етапі шкільної адаптації наповнюються конкретним змістом відповідно до того або іншого етапу роботи. В цілому, можуть бути виділені такі *основні етапи*:

Перший етап – вступ дитини до школи. Він починається в березні-квітні місяці одночасно із записом (або відбором) дітей в школу і закінчується на початку вересня місяця. В рамках цього етапу передбачається:

1. Проведення психолого-педагогічної діагностики, спрямованої на визначення шкільної готовності дитини. Як правило, діагностика складається з двох складових частин. Спочатку здійснюється загальна експрес-діагностика, що дозволяє зробити висновок про рівень психологічної готовності і сформованості певних навчальних навичок у дитини. Потім, для дітей, що показали надзвичайно низькі результати, організовується другий діагностичний тур. Він спрямований на виявлення причин низьких результатів. У ряді випадків, другий діагностичний зріз здійснюється на початку червня або в кінці серпня.

2. Проведення групових і індивідуальних консультацій батьків майбутніх першокласників. Групова консультація у формі батьківських зборів – це спосіб повідомити батькам корисну інформацію стосовно організації останніх місяців життя дитини перед початком шкільних занять, можливі лекції на теми „Психологічна готовність дітей до навчання в школі”, „Психологічні особливості розвитку дітей 6-7 років”, „Шкільна дезадаптація і пов’язані з нею труднощі навчання”, „Умови успішної соціально-психологічної адаптації дитини до школи”.

Індивідуальні консультації, перш за все, проводяться для батьків, чиї діти показали низькі результати в процесі тестування і можуть зазнавати труднощів в пристосуванні до школи.

3. Групова консультація вчителів перших класів, що носить на цьому етапі загальний ознайомчий характер.

4. Проведення психолого-педагогічного консилиуму за результатами діагностики, основною метою якого є вироблення і реалізація певного підходу до комплектування класів.

Другий етап – первинна адаптація дітей в школі. Його можна назвати найскладнішим для дітей і найвідповідальнішим для дорослих. В рамках цього етапу – з вересня по січень – передбачається:

1. Проведення консультативної і просвітницької роботи з батьками першокласників, спрямованої на ознайомлення дорослих з основними завданнями і труднощами періоду первинної адаптації, методикою спілкування і допомоги дітям.

2. Проведення групових і індивідуальних консультацій педагогів стосовно вироблення єдиного підходу до окремих дітей і єдиної системи вимог до класу з боку різних педагогів, що працюють з класом (вчитель фізкультури, вчитель музики, хореографії).

3. Організація методичної роботи педагогів, спрямованої на побудову навчального процесу відповідно до індивідуальних особливостей і можливостей школярів, виявлених в ході діагностики і спостереження за дітьми в перші тижні навчання.

4. Організація педагогічної підтримки школярів. Така робота проводиться як правило педагогами в позаурочний час. Основною формою її проведення є різні ігри, які допомагають дітям швидше познайомитися один з одним, налаштуватися на систему вимог, що визначаються школою, зняти надмірну психічну напругу, тощо.

5. Організація групової розвиваючої роботи з дітьми, спрямована на підвищення рівня їх шкільної готовності, соціально-психологічну адаптацію в новій системі взаємин. Така групова робота будується як система занять з фіксованою міні-групою школярів (не більше 10-ти чоловік).

6. Аналітична робота, спрямована на підведення підсумків діяльності педагогів, психологів і батьків в період первинної адаптації першокласників.

Третій етап – психолого-педагогічна робота з школярами, що зазнають труднощі в шкільній адаптації. Робота в цьому напрямі здійснюється протягом другого півріччя першого класу і припускає наступне:

1. Проведення психолого-педагогічної діагностики, спрямованої на виявлення групи школярів, що зазнають труднощі в шкільному навчанні, спілкуванні з педагогами і однолітками, здоров'ї.

2. Індивідуальне і групове консультування і просвіта батьків за результатами діагностики.

3. Просвіта і консультування педагогів з питань навчання і спілкування з окремими школярами і однолітками.

4. Організація педагогічної допомоги дітям, що мають різні труднощі в навчанні і поведінці з урахуванням даних психодіагностики. Також методична робота педагогів, спрямована на аналіз змісту і методики викладання різних предметів. Мета такого аналізу – виявити і усунути ті моменти в навчальному процесі, стилі спілкування з дітьми, які можуть сприяти різним шкільним труднощам.

5. Організація групової психокорекційної роботи з школярами, що зазнають труднощі в навчанні і поведінці.

6. Аналітична робота, спрямована на підведення підсумків роботи проведеної протягом півріччя і року в цілому.

Нами була впроваджена програма „соціально-психологічної підтримки учнів перших класів”, які мають низький рівень адаптації або проявляють ознаки дезадаптації. Ефективність цієї програми була встановлена повторним діагностуванням дітей, які пройшли заняття за цією програмою.

За результатами повторного психодіагностичного обстеження дезадаптованих першокласників, які взяли участь в тренінгу, були виявлені позитивні зрушення. Пізнавальна мотивація має вже більш виражений вигляд, сформоване позитивне ставлення до школи, до себе, до вчителя, однокласників. Підвищився рівень уваги, вона стала більш цілеспрямованою, діти краще почали приймати шкільні вимоги, керувати своєю поведінкою, тощо.

Таким чином, адаптація першокласників до навчання в школі здійснюється ефективніше, якщо задіян моніторинг рівня психічного і фізичного розвитку адаптації дітей 6-7 років, визначені і реалізовані умови адаптації першокласників, розроблена і впроваджена програма психологічної підтримки першокласників під час проходження адаптації до навчання в школі.

Отриманні в ході дослідження результати можуть бути використані в процесі викладання курсів вікової та педагогічної психології, а також як методичні рекомендації для шкільних психологів, вчителів початкових класів, батьків щодо профілактики і попередження дезадаптації першокласників.

Література

1. Адаптація дитини до школи / Упоряд.: С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. – К.: Мікрос-СВС, 2003.-111с.

2. Битянова М., Азарова Т. и др. Работа психолога в начальной школе. – М.: Совершенство, 1998.-135с.

3. Венгер А.Л., Цукерман Г.А. Психологическое обследование младших школьников: проблемы умственного развития, общения. Дефектология. 2001.№2.-с.89-96.

4. Гуткина Н.И. Диагностика школьной дезадаптации. – М., 1993.-92с.

5. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. - М.: Сфера, 1998.-240с.

6. Особенности психического развития детей 6-7 летнего возраста / Под ред. Эльконина Д.Б. – М.: Педагогика, 1989.-136с.

7. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И.В. Дубровиной – М., 1991.-298с.

Светлана ЛИСОВЕЦ, Вера ГОЛУБ

Социально-психологические особенности адаптации первоклассников к условиям обучения в школе.

В статье рассматривается система психолого-педагогического сопровождения учащихся первых классов на этапе школьной адаптации, представлена поэтапная ориентировочная программа профилактики и психокоррекции школьной дезадаптации детей 6-7 лет.

Svitlana LISOVETS, Vira GOLUB

Social and psychological feature of adaptation of first-class children to the terms of teaching at school.

In the article the system of psychological and pedagogical accompaniment of first-class children is examined on the stage of school adaptation.

The stage-by-stage reference program of prophylaxis and psikhocorrection of school dezadaptation of children of 6-7 years is presented.

Ключевые слова: адаптация к обучению в школе, психолого-педагогическое сопровождение, психокоррекция школьной дезадаптации.

Key words: school adaptation, psychological and pedagogical accompaniment, psikhocorrection of school dezadaptation.