

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

e-mail: [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

*Котлярова Ю.Н. Оценка эффективности психологического сопровождения первоклассников, испытывающих трудности адаптационного периода // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2016. – № 01(январь). – АРТ 03-эл. – 0,7 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

### **РУБРИКА: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

**Котлярова Ю. Н.**

Студент 1 -го курса, факультет психологии  
ФГБОУ ВПО «Тульский государственный педагогический университет  
имени Л. Н. Толстого университет»

*Научный руководитель:* Шалагинова К. С., к.псих. н., доцент  
г. Тула, Тульская область,  
Российская Федерация

### **Оценка эффективности психологического сопровождения первоклассников, испытывающих трудности адаптационного периода**

Проблема адаптации выступает на первый план в условиях существенного, кардинального изменения деятельности индивида, сопровождающегося трансформациями в его социальном окружении. При этом ведущую роль в развитии и результативности адаптационных процессов играют именно структуры личности как отражение складывающихся отношений и связей с существенными характеристиками человеческого бытия. В соответствии с развиваемыми Б.С. Братусь, теоретическими взглядами, личность представляет собой своеобразное психологическое орудие формирования и самостроительства в себе человека. Исходя из этого, личность также может выступать в качестве некоего психологического

средства, обеспечивающего адаптационные процессы на всем жизненном пути человека.

Многие концепции и теоретические подходы к описанию личности содержат тезис о стремлении личности к саморазвитию и самосовершенствованию. Например, основные положения индивидуальной психологии А. Адлера, гуманистического психоанализа Э. Фромма (традиционно рассматриваемых как представителей психоаналитического направления) вполне созвучны тезисам гуманистической психологии А. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла и др. Так, основными принципами воспитательных центров, действующих в соответствии с основными положениями теории Адлера, является стремление сделать личность счастливее, освободить ее от влияния комплексов, показав, что другие вовсе не лучше и не хуже тебя, они такие же, как ты. Здесь можно процитировать слова Э. Фромма, тоже перекликающиеся с идеями гуманистической психологии. Говоря о функции нового общества, направленного на формирование нового Человека, Э. Фромм указывает, что одной из главных черт его личности должно быть всестороннее развитие человека и его ближних как высшая цель жизни.

Феномен адаптации связывается с овладением человеком новым видом деятельности, социальной ролью, изменением социального окружения. В концепции А.В. Петровского адаптация рассматривается как особый момент, фаза в становлении человека, от которой в значительной степени зависит характер его дальнейшего личностного развития. Успешная адаптация позволяет сочетать принадлежность, интегрированность в группе с индивидуализацией, личностной неповторимостью.

Особое звучание проблема адаптации приобретает когда речь идет о первоклассниках. Поступление ребенка в школу требует от него перестройки всех представлений и отношений с окружающими людьми. В настоящее время установлено, что характер и особенности общения ребенка со взрослым и сверстниками решающим образом определяют динамику адаптации ребенка к детскому учреждению. Психологическая адаптация, понимается как адекватное включение ребенка в новую социальную ситуацию, является важным фактором стабилизации социальной ситуации развития, существенно влияет на развитие личности ребенка.

Согласно взглядам Д.Б. Эльконина, при поступлении ребенка в школу, у него возникает симптом, пересекающий дошкольный и младший школьный возрасты и становится «симптомом потери непосредственности»: между желанием что-то сделать и самой деятельностью возникает новый момент - ориентировка в том, что принесет ребенку осуществление той или иной деятельности. Это - внутренняя ориентация в том, какой смысл может иметь для ребенка осуществление деятельности: удовлетворение или неудовлетворение от того места, которое ребенок займет в отношениях со взрослыми или другими людьми. Здесь впервые возникает эмоционально-смысловая ориентировочная основа поступка. Особого внимания в адаптационный период требуют «неорганизованные» дети, которые до школы воспитывались дома и их общение с «чужими» взрослыми было ограничено. В таких случаях ребенок был чаще до школы со «всеповеряющими» мамой и бабушкой, чересчур снисходительными к капризам и желаниям, либо абсолютно без присмотра взрослых (дети из асоциальных семей). В этом случае взрослые не всегда могли настоять на

своем, потребовать выполнения того, что не очень нравилось ребенку, поэтому перестроиться ему в школе бывает очень трудно.

Школьная адаптация понимается в современной психолого-педагогической литературе как сложный процесс приспособления ребенка к школе и школы к ребенку. Как правило, этот процесс благополучно заканчивается в первом полугодии, но у многих учеников может приобретать неблагоприятные черты. Адаптированный ребенок не только соответствует уровням сформированности психологических свойств и умений требованиям и нормам данной среды, но и приспособлен к полноценному развитию в ней своего личностного, физического и интеллектуального потенциалов.

Актуальность исследования определяется тем, что в настоящее время трудности адаптационного периода, по данным разных авторов, испытывают от 15 до 40% учащихся начальных классов общеобразовательной школы, причем отмечается тенденция к дальнейшему росту их количества. Немалую роль во всем этом играет переход на новые стандарты ФГОС и постоянные преобразования в социально-экономической сфере. Они изменили условия жизни детей и определили необходимость углубленного анализа проблемы школьной адаптации.

Проблема адаптации первоклассников к школе нашла свое отражение в работах многих учёных-психологов, в частности, таких как Э.М. Александровская, М.В. Антропова, Э.Н. Вайнер, Э.М. Казин, Л.Г. Качан, В.С. Мухина, Р.В. Овчарова, С.В. Поздняков и др.

Между тем, несмотря на достаточную разработанность проблемы в психолого-педагогической литературе в настоящее время она остается достаточно актуальной.

Проанализировав литературу по проблеме исследования, мы пришли к выводу, что разные ученые с разных позиций определяют процесс адаптации первоклассников к школе. По-разному рассматриваются факторы адаптации, критерии адаптации, мотивы учения.

Между тем, все ученые сходны в том, что с поступлением в школу в жизни ребёнка наступает переломный момент. Возникает необходимость достаточно резкой смены игровой деятельности на учебную. Начинается довольно строгая регламентация по времени всего распорядка дня. На отдых как таковой времени почти не остаётся, очень большая доля нагрузки приходится на умственную работу. Открывается значение новой социальной позиции - позиции школьника. Формирование соответствующей внутренней позиции коренным образом меняет самосознание ребёнка [1].

Младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом школьного детства. Основные достижения этого возраста обусловлены ведущим характером учебной деятельности и являются во многом определяющими для последующих лет обучения: к концу младшего школьного возраста ребенок должен хотеть учиться, уметь учиться и верить в свои силы [2].

Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познаний и деятельности.

Основная задача взрослых в работе с детьми младшего школьного возраста – создание оптимальных условий для раскрытия и реализации возможностей детей с учетом индивидуальности каждого ребенка.

В самом распространенном значении школьная адаптация – это приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности.

Результатом адаптации является «адаптированность», которая представляет собой систему качеств личности, умений и навыков, обеспечивающих успешность последующей жизнедеятельности ребенка в школе.

Традиционно выделяют физиологическую, психологическую и социально-психологическую адаптацию.

Только успешная адаптация в младшем возрасте способствует дальнейшему развитию ребенка как личности в будущем.

Исследование по изучению психологических особенностей первоклассников, испытывающих трудности адаптационного периода, было проведено на базе МБОУ «Социалистическая СОШ №18». Выборку составили учащиеся 1 «Б» класса: 16 девочек и 14 мальчиков.

Нами была составлена диагностическая программа, позволяющая выявить детей, испытывающих трудности адаптационного периода (таблица 1) и диагностическая программа, направленная на изучение психологических особенностей детей, испытывающих трудности адаптационного периода (таблица 2).

После проведения программы, представленной в таблице 1 нами были выявлены первоклассники, испытывающие трудности адаптационного периода.

Тест Керна-Йирасека – у 50% детей высокий уровень развития, что подтверждает готовность таких детей к школьному обучению. У 17% детей

средний уровень развития – к школе готовы частично. И у 33% детей очень низкий уровень развития – совершенно не готовы к школе.

Тест Равена показал, что у 20% детей особо развитый интеллект. У 30% - высокий, незаурядный интеллект для данной возрастной группы. У 17% детей – средний интеллект, принадлежащий данной возрастной группе. У 33% - интеллект ниже среднего.

Методика Пьерона-Рузера показала, что у большинства (47%) детей высокий уровень концентрации внимания. У 20% детей средний уровень концентрации внимания. У 33% детей очень низкий уровень концентрации внимания.

Методика диагностики словесно-логического мышления (Л.И. Переслени, Л.Ф. Чупрова) показала, что у большинства детей (50%) наивысший уровень умственного развития. У 20% детей средний уровень умственного развития. И у 30% детей низкий уровень умственного развития. Но это, однако, не свидетельствует о наличии отклонений в умственном развитии, а могут быть обусловлены социально-бытовой и педагогической запущенностью, природу которых необходимо уточнить с помощью дополнительных клинико-психолого-педагогических методов обследования.

Тест зрительной и слуховой памяти (Р.Мейли) показал, что у 40% детей высокий уровень развития зрительной и слуховой памяти (1 уровень). У 40% детей 2 уровень развития зрительной и слуховой памяти. И у 17 % детей 3 (средний) уровень развития зрительной и слуховой памяти. У 3% детей уровень развития зрительной и слуховой памяти ниже нормы.

Для дальнейшего исследования мы выбрали 10 детей, у которых обнаружили в совокупности низкий уровень развития каждого из исследуемых параметров.

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. В самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности и т.д. Ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, чаще всего и называется адаптированным (Битянова М.Р.). Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению. Не у всех детей процесс адаптации происходит безболезненно. Для содействия обучающимся в социально-психологической адаптации к школьному обучению нами была разработана программа поддержки первоклассников, испытывающих трудности адаптационного периода. Цель программы- содействие благоприятному течению социально-психологической адаптации первоклассников к школьному обучению.

Задачи:

1. Формирование положительного отношения к школе, стимулирование познавательной активности школьников;
2. Знакомство школьника с нормами школьной жизни, содействие принятию требований учителя и ритма учебной деятельности;
3. Развитие эмоционально-волевой сферы, снятие страхов и эмоционального напряжения, снижение агрессивности и тревожности;

4. Повышение самооценки первоклассников;

5. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами;

6. Создание условий для принятия ребенком себя как представителя новой социальной общности (внутренняя позиция школьника);

7. Профилактика школьной дезадаптации.

Теоретико-методологическую основу разработанной программы составляют положения отечественной и зарубежной педагогической и возрастной психологии М.М. Безруких, М.Р. Битяновой, Л.И. Божович, А.Л. Венгер, Л.А. Венгер, И.В. Дубровиной, А.В.Петровского, Д. Б. Эльконина.

Формы и методы работы: основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга. Основное содержание групповой работы составляют игры, психотехнические упражнения, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы, продуктивно-творческая деятельность. Программа включает себя четыре раздела:

Раздел 1. Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни.

Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы.

Раздел 3. Развитие коммуникативных умений и навыков.

Раздел 4. Заключительная часть. В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие познавательных психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения). Структура каждого занятия включает в себя: вступление, ритуал приветствия, разминка, основная часть, заключительная часть, ритуал прощания.

Планируемый результат: благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса в школе.

Программа рассчитана на работу в группе из 10-14 человек. Продолжительность занятий: 40 минут. Периодичность встреч: 2 раза в неделю, в течение 2 месяцев.

После проведения программы поддержки первоклассников, испытывающих трудности адаптационного периода, с детьми на контрольном этапе были проведены те же методики, что и на констатирующем этапе исследования.

Положительная динамика в выборке выражается

- в уменьшении количества первоклассников с несформированной позицией школьника. Если на констатирующем этапе таких детей было 60% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов стало 10 %. Таким образом, в выборке уменьшилось количество детей, для которых предпочтительнее игровая деятельность, а не учебная;

- в уменьшении количества первоклассников с ярко выраженной чертой агрессивности. Если на констатирующем этапе таких детей было 60% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов стало 20 %. Таким образом, в выборке уменьшилось количество детей, которые на большинство действий со стороны окружающих людей реагируют агрессией, причем даже тогда, когда действие другого человека не было вызвано стремлением причинить неприятности;

- в увеличении количества первоклассников со сниженным уровнем тревожности. Если на констатирующем этапе таких детей было 40% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов стало 80%. Таким образом, в выборке уменьшилось количество тревожных детей;

- в увеличении детей с высоким и нормальным уровнем школьной мотивации. Если на констатирующем этапе таких детей было 70% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов стало 90%. Таким образом, в выборке увеличилось количество детей, у которых повысился уровень школьной мотивации, повысился уровень преобладания оценочных и социальных мотивов;

- в увеличении детей с высоким и нормальным уровнем самооценки и уровня притязаний. Если на констатирующем этапе таких детей было 80% и 60% (соответственно) испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов стало 90% и 80% (соответственно). Таким образом, в выборке увеличилось количество детей, у которых повысился уровень самооценки, что соответствует возрасту первоклассника, а также повысился уровень притязаний.

Анализируя результаты констатирующего и контрольного этапов, можно сделать вывод о положительной динамике по всем диагностируемым критериям: значительно уменьшилось количество детей с несформированной позицией школьника; уменьшилось количество детей с выраженной агрессивностью, тревожностью; возросло количество детей с адекватной самооценкой и высокой мотивацией учения.

*На основе анализа результатов проведенного исследования и психолого-педагогической литературы по проблеме исследования (Э.М. Александровская, М.В. Антропова, Э.Н. Вайнер, Э.М. Казин, Л.Г. Качан, В.С. Мухина, Р.В.Овчарова, С.В. Поздняков и др.) нами были разработаны рекомендации для родителей и педагогов.*

### **Рекомендации учителю по адаптации первоклассников к школе**

Каждый учитель, работающий в первом классе начальной школы, должен помнить, что стремление детей к учению, его успешность определяется целым рядом факторов, которые создаются грамотной образовательной средой, адекватной психологическим и физиологическим возможностям первоклассников.

Особого внимания со стороны учителя требуют первые дни пребывания ребёнка в школе. Необходимо помнить, что такие качества детей, как невнимательность, неусидчивость, быстрая отвлекаемость, неумение управлять своим поведением, связаны особенностями их психики, поэтому важно не делать детям резких замечаний, не одёргивать их, стараться фиксировать внимание на положительных проявлениях ученика.

Учитель должен знать, что многие дети в этом возрасте могут выполнять задания только с помощью взрослого, который подсказывает последовательность действий. Это не является отрицательной характеристикой ученика, а отражает возрастные и индивидуальные особенности и уровень «школьной зрелости».

Стиль общения учителя с первоклассниками должен учитывать особенности поведения ребёнка, связанные с его умением общаться со взрослыми и сверстниками. Среди первоклассников достаточно высок процент детей, испытывающих разного рода трудности общения в коллективе. Сюда относятся как гипербобщительные дети, мешающие учителю вести урок, так и боящиеся классно-урочной обстановки, стесняющиеся отвечать и производящие впечатление ничего не знающих или не слушающих учителя. И те и другие требуют различных форм доброжелательной и терпеливой работы учителя.

Тон учителя должен быть доверительным и мягким. Недопустим авторитарный стиль общения учителя с первоклассниками. Нельзя пренебрегать и различными способами невербального общения – обнять ребёнка, взять за руку и т.д. Это не только успокаивает ребёнка, но и вселяет в него уверенность, что взрослый хорошо к нему относится. Необходимо особо обратить внимание на это положение, так как для первоклассников важно доброе, позитивное отношение к нему учителя, которое не должно зависеть от реальных успехов ребёнка.

Для развития самостоятельности и активности детей важно положительно оценивать каждый удавшийся шаг ребёнка, попытку (даже неудачную) самостоятельно найти ответ на вопрос. Очень полезно давать детям творческие учебные задания. Пусть при этом дети спорят, рассуждают, ошибаются, вместе с учителем находят правильное решение.

Очень важно и актуально включать игру в учебный процесс, а не запрещать и не исключать её из жизни первоклассника. Ролевые игры и игры с правилами, также как и учебная деятельность, дают результаты, развивают самооценку, самоконтроль и самостоятельность. Игры с правилами должны присутствовать на каждом уроке. Дидактические игры всегда имеют учебную задачу, которую нужно решать. В процессе этих игр ребёнок усваивает систему эталонов – этических, сенсорных, практических. Ролевые игры важны для формирования произвольного поведения, воображения, творчества ученика, так необходимого ему для обучения.

Помните, что шестилетка - маленький человек в зоне перехода, весь устремленный в будущее, который имеет право на счастье и уважение своего сложного внутреннего мира со стороны взрослых. Ребенок - равное нам

существо, что он не готовится к жизни, а живет полнокровной жизнью, возможно, гораздо более насыщенной и интересной, чем наша.

Рекомендации:

- Систематически проводить индивидуальную работу с детьми, имеющими трудности в адаптации.
- Обеспечить дифференцированный и индивидуальный подход к детям, имеющим особенности в психофизическом развитии и поведении: леворукие, синдром гиперактивности, застенчивость, неврозы и т. п.
- Включать детей, занимающих низкое статусное положение в группе сверстников, в общественнозначимую деятельность, повышая их авторитет и самооценку.
- Использовать активно-положительный стиль педагогического общения с детьми и обеспечить максимально возможную преемственность в методах работы учителя и воспитания.
- Используйте активные формы работы для формирования коллектива и создания благоприятного социально - психологического климата.
- Знание психологических особенностей детей 6-го года жизни (включая изменения, происходящие в период кризиса 7 лет) - залог наиболее эффективного взаимодействия с учащимися.
- Помогите детям организовать свою деятельность, повторяйте последовательность действий из урока в урок.
- Просите повторить задание самых невнимательных учеников, но не в качестве наказания.
- Поощряйте детей задавать вопросы, если что-то непонятно. Снисходительно относитесь к тому, что первоклашки склонны спросить одно и тоже несколько раз.

— Используйте игровые приемы, специальные развивающие игры. Чаще всего в 6 лет игра всё ещё остается ведущим видом деятельности.

— Организуйте личное общение с каждым учеником своего класса; будьте в курсе их радостей и переживаний.

— Постоянно подвергайте анализу свою деятельность, ведите поиски новых эффективных методов, приемов обучения, используйте метод сотрудничества и приемы дифференцированного обучения.

### **Рекомендации родителям по адаптации детей в начальной школе**

1. Изучайте своего ребенка, наблюдая за ним в различных ситуациях, что поможет лучше узнать своего малыша, те или иные черты его характера.

2. Развивайте двигательную активность ребенка, т.к. выносливый ребенок, который привык к физическим нагрузкам, переносит адаптацию легче, чем слабый и малоподвижный ребенок.

3. Не потакайте всем прихотям ребенка, не злоупотребляйте лаской, т.к. это может привести к упрямству и капризности.

4. Не подавляйте тягу к самостоятельности.

5. Постарайтесь отвечать на все вопросы ребенка, т.к. любознательность в этом возрасте не знает границ.

6. Научите ребенка самостоятельно справляться с возникающими школьными трудностями.

7. Не нервничайте и не расстраивайтесь из-за неудач ребенка, т.к. он боится лишней раз огорчить родителей.

8. Учите ребенка дружить с детьми: быть честными, уважать друзей, приглашайте в свой дом, не допускайте предательства, критикуйте, не унижая, а поддерживая. Помните, что дружба детства, которая будет

**Всероссийское СМИ**

**«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»**

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

**Сайт:** [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

**e-mail:** [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

поддержана вами, возможно, станет опорой вашего ребенка во взрослой жизни.

**Список использованной литературы:**

1. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 464 с.
2. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 608 с.

*Рекомендовано к публикации:*

*Н.В. Камеровой, кандидат исторических наук, доцент,  
профессор Российской Академии Естествознания  
гл. редактор журнала «Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»*

*Дата поступления в редакцию: 27.01.2016 г.*

*Опубликовано: 29.01.2016 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация», электронный журнал, 2016*

*© Котлярова Ю.Н., 2016*