

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка. Из привычного мира семьи или детского сада они попадают в разновозрастную и многоликую среду, где вместо игры им предлагают систематический умственный труд. Адаптация к школе многоплановый процесс и в одинаковой мере зависит от физиологического, социального и психического развития ребенка. Это не разные проблемы, а разные стороны ее проявления в различных формах активности. Школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям. Все дети проходят период адаптации к школе, даже те, которые имеют хорошую предварительную подготовку. При нормальном протекании школьной адаптации эмоциональное самочувствие и самооценка стабилизируются, если же процесс адаптации ребенка в I классе затруднен, может наблюдаться деформация его личностного развития.

Ключевые слова и словосочетания: умственный труд, школьная адаптация, дезадаптация школьная, социально-психологическая адаптация, эмоциональное самочувствие, стрессогенный характер.

Термин «адаптация» происходит от лат. *adaptatio* – приспособление, прилаживание. Под ним понимают приспособление организма и его функций, органов и клеток к условиям среды. Адаптация направлена на сохранение сбалансированной деятельности систем, органов и психической организации индивида при изменившихся условиях жизни. [5]

Период адаптации ребенка к школе может длиться от 2–3 недель до полугода, это зависит от многих факторов: индивидуальные особенности ребенка, характер взаимоотношений с окружающими, тип учебного заведения (а значит, и уровень сложности образовательной программы) и степень подготовленности ребенка к школьной жизни. Немаловажным фактором является поддержка взрослых – мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут сильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

Школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности. Однако адаптация это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию. [6]

Наряду с термином «адаптация» широко используется термин «дезадаптация» применительно к детям, испытывающим трудности приспособления к школе. Термин «дезадаптация» обозначает нарушение процессов взаимодействия человека с окружающей средой.

Деадаптация школьная – невозможность школьного обучения и адекватного взаимодействия ребенка с окружением в условиях, предъявляемых данному конкретному ребенку той индивидуальной микросоциальной средой, в которой он существует.

Педагогический диагноз школьной дезадаптации обычно ставится в связи с неуспешностью обучения, нарушениями школьной дисциплины, конфликтами с учителями и одноклассниками. Иногда школьная дезадаптация остается скрытой и от педагогов и от семьи, ее симптомы могут не сказываться отрицательно на успеваемости и дисциплине ученика, проявляясь либо в субъективных переживаниях школьника, либо в форме социальных проявлений. [8]

Социально-психологическая адаптация младших школьников к условиям школы представляет собой процесс усвоения норм и способов поведения, одобряемых родителями и учителями, в условиях взаимодействия со сверстниками под влиянием различных социальных институтов: семьи, школы, внешкольных учреждений. В общении со взрослыми и сверстниками у ребенка формируются нормы поведения, приемлемые в его социальном окружении и в обществе в целом.

Новая социальная ситуация вводит ребёнка в строго нормированный мир отношений и требует от него организованной поведенческой произвольности, ответственной за дисциплину, за развитие исполнительских действий, связанных с обретением навыков учебной деятельности. Ситуация школьного обучения

приводит ранее свободного в своих желаниях ребёнка в состояние зависимости мотива «Я хочу» от мотива «Я должен». Учебная деятельность требует от первоклассника нормативных достижений, школьная жизнь ставит его в ситуацию зависимости от мнения и оценок учителя, которые отражаются на системе его межличностных отношений. Новая социальная ситуация предъявляет высокие требования к эмоционально-волевой сфере ребёнка и ограничивает возможности непосредственного эмоционального реагирования. Закономерным является тот факт, что ситуация школьного обучения имеет для ребёнка стрессогенный характер и ставит его перед необходимостью приспосабливаться к её требованиям. [4] Понятие «школьная адаптация» комплексное явление, предполагающее согласование двух критериев: внешнего, отражающего соответствие психологических и психофизиологических особенностей ребёнка требованиям ситуации школьного обучения, и внутреннего, связанного с его общим психическим благополучием. Выделяют три структурных компонента школьной адаптации, это: когнитивный компонент; эмоционально – оценочный, или личностный компонент; поведенческий компонент.

Когнитивный компонент предполагает интеллектуальный успех ребёнка в обучении по школьной программе и выражается в академической успеваемости, полноте общеобразовательных сведений при достаточной системности знаний и учебных навыков.

Эмоционально – оценочный, или личностный компонент выражается в устойчивом позитивном отношении к школьным предметам, педагогам, обучению в целом и имеет следующие признаки: достаточный уровень работоспособности ребёнка, стабильность настроения, желание посещать школу. Поведенческий компонент школьной адаптации ре-

бёнка предполагает отсутствие систематически повторяющихся нарушений его поведения в процессе обучения и в школьной среде. Поведенческими индикаторами этого компонента являются: ориентация ребёнка на школьные нормы и правила, открытость и доброжелательность по отношению к взрослым и сверстникам, умение контактировать с ними, способность занять для себя оптимальную позицию в этих отношениях.

Природа школьной адаптации обусловлена различными психологическими и социально – психологическими факторами. Интегративным фактором школьной адаптации можно считать психологическую готовность ребёнка к школьному обучению. В отечественной психологии теоретическая разработка этой проблемы основана на трудах Л.С. Выготского, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконина и др. Так, Л. И. Божович выделяла несколько параметров психического развития ребёнка, наиболее существенно влияющих на успешность обучения в школе: достаточный уровень развития интеллектуальной сферы; определённый уровень развития мотивационной сферы; достаточное развитие произвольной сферы. [6]

Основным критерием интеллектуальной готовности ребёнка к школьному обучению является умение обобщать и дифференцировать в соответствующих категориях предметы и явления окружающего мира.

Среди внутренних психологических факторов школьной адаптации также следует выделить такие личностные образования, как самооценка и уровень притязаний. Их адекватный уровень способствует успешному вхождению ребёнка в новую ситуацию межличностного взаимодействия. Адекватность самооценивания выражается в уверенности ребёнка в своих силах, самоуважении, предполагает соответствие его представлений о себе и своих возможностях.

Адекватная самооценка и связанный с ней уровень притязаний в определённой степени обеспечивают ребёнку психологическое благополучие, способствуют возникновению у него чувства удовлетворённости результатами своей деятельности и межличностным общением.

К. Блага и М. Шебек отмечали, что ошибки ребенка при выполнении учебных заданий могут быть связаны не со сложностью задания, а с тем, что у школьника есть определенное представление о себе, которое и создает соответствующий тип поведения. «Образ себя, – пишут они, – и самоверие способствуют достижениям ребенка в школе. Негативный образ себя и недостаток самоверия ведут к снижению успеваемости ученика. Уровень его ожиданий влияет на цели, на выбор предмета взаимодействия с другим человеком, на выбор собственной позиции взаимодействия».

Среди психофизиологических факторов школьной адаптации, в первую очередь, выделяется здоровье ребёнка. Имеющиеся в психологической литературе данные говорят о том, что соматически ослабленные дети с трудом справляются со школьными нагрузками, у них наблюдается низкая работоспособность, высокая утомляемость. Это может вызвать непосильное нервно-психическое напряжение, что становится причиной школьной дезадаптации. Из этого следует, что более здоровые дети легче адаптируются к школе, чем дети с ослабленным здоровьем. Однако состояние здоровья ребёнка входит в группу факторов школьной адаптации. (Б.В. Воронков, Е.К. Глушкова, Д.Н. Исаев, Н.М. Попова и др.)

Среди отечественных авторов наибольший интерес представляет исследование Е.Е. Кравцовой, в котором отношение ребёнка к взрослому и сверстникам соотносится с основными компонентами учебной деятельности и рассматривается

как фактор, определяющий его успешность в ситуации школьного обучения. [9]

Большинство современных психологов, занимающихся этой проблемой, считает, что процесс школьной адаптации вызывает трудности у всех без исключения детей. (Н.И. Гуткина, И.В. Дубровина, В.С. Мухина, И.М. Никольская и др.) Это вызвано той нагрузкой, которую испытывает психика ребёнка, его организм в связи с резким изменением образа жизни, значительным увеличением и качественным усложнением тех требований, которым ребёнок должен соответствовать. Однако несмотря на это, процесс школьной адаптации протекает у всех детей неодинаково. [7,11]

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

Дата представления статьи: 05.02.2015

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. – М.: Академический проект, 2001, с.459
2. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе / Э.М. Александровская. – М., 1988. – 153с.
3. Андрющенко Т.Ю. Коррекция психологического развития младших школьников на начальном этапе обучения (Андрющенко Т.Ю., Карабекова Н.В. // Вопросы психологии. – 1993, №1.
4. Артемов, С.Д. Социальные проблемы адаптации // С.Д. Артемов. – М., 1990. – 180с.
5. Балл Г.А. Понятие адаптации и её значения для психологии личности (Балл Г.А. () Вопросы психологии. – 1989, №1.
6. Божович Л.М. Личность и ее формирование в детском возрасте // Л.М. Божович. – М., 1968. – 267с.
7. Гуткина Н. И Психологическая готовность к школе 4-е издание Серия «Учебное пособие» © ЗАО Издательский дом «Питер», 2004, 208с.
8. Дорожевец, Т.В. Изучение школьной дезадаптации // Т.В. Дорожевец. Витебск, 1995. – 182с.
9. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе (Е.Е. Кравцова. – М.: Педагогика, 1991. – 152 с.
10. Крутецкий В.А Психология.– М.: Просвещение,1988, с.188
11. Мухина В.С. Детская психология / В.С. Мухина. – М.: ООО АПРЕЛЬ Пресс, 2000. – 352с.
12. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: Учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов. — М.: Издательский центр «Академия», 2003, с.240
13. Эльконин Д.Б. Психологические вопросы формирования учебной деятельности в младшем школьном возрасте. Под ред. Д.И. Фельдштейна: издание 2-е, дополненное. – М.: Институт практической психологии, 1996. – 304 с.

ԱՌԱՋԻՆ ԴԱՍԱՐԱՆՑԻՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՀԱՐՄԱՐՈՒՄԸ
ԴՊՐՈՑԻ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆԸ

ԼԻԼԻԹ ՀԱՋՈՅԱՆ

*ՀՀ Գիտությունների ազգային ակադեմիա, Գիտակրթական միջազգային կենտրոն,
սոցիալական հոգեբանության բաժնի մագիստրանտ*

Դպրոց ընդունվելը երեխայի կյանքում մեծ փոփոխությունների է բերում: Սովորական ընտանեկան աշխարհից կամ մանկապարտեզից նրանք ընկնում են տարբեր տարիքի և բազմատիպ մարդկանց միջավայր, որտեղ խաղի փոխարեն նրանց առաջարկում են համակարգված մտավոր աշխատանք: Դպրոցին հարմարվելը բազմապլան գործընթաց է և հավասարաչափ կախված է երեխայի ֆիզիոլոգիական, սոցիալական ու մտավոր զարգացվածությունից: Դրանք ոչ թե տարբեր խնդիրներ են, այլ՝ գործունեության տարբեր ձևերում դրա դրսևորման տարբեր կողմեր: Դպրոցն առաջին իսկ օրերից երեխայի առաջ դնում է մի շարք առաջադրանքներ, որոնք պահանջում են նրա մտավոր և ֆիզիկական ուժերի մոբիլիզացում: Դրա համար ժամանակ է անհրաժեշտ, որպեսզի տեղի ունենա հարմարեցում դպրոցական ուսուցմանը, երեխան հարմարվի նոր պայմաններին և սովորի համապատասխանել նոր պահանջներին: Բոլոր երեխաներն անցնում են դպրոցական ադապտացիոն շրջան, նույնիսկ նրանք, ովքեր ունեն լավ նախնական պատրաստվածություն: Դպրոցական ադապտացիայի նորմալ հոսքում էմոցիոնալ ինքնազգացողությունն ու ինքնազնահատականը կայունանում են, իսկ եթե երեխայի ադապտացիայի գործընթացն առաջին դասարանում դժվարանում է, կարող է առաջանալ նրա անհատական զարգացման աղավաղում:

Հոդվածի ներկայացման տարեթիվը՝ 05.02.2015

PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE FIRST-GRADERS TO SCHOOL

LILIT HAJOYAN

*International Scientific-Educational Center of the National Academy of Sciences
of the Republic of Armenia,
Master Student at the Department of Social Psychology*

Entering school brings big changes in a child's life. From the familiar world of the family or kindergarten they fall into an environment of numerous people with different ages, where they are offered a systematic mental work instead of playing. Adaptation to the school is a multifaceted process and equally depends on the physiological, social and mental development of the child. They are not different problems, but different sides of its manifestation in various forms of activity. From the first day at school a number of tasks are set before the child that require a mobilization of his mental and physical strength. Therefore, time is required for the child to adapt himself to school education, get accustomed to the new conditions and learn to comply with the new requirements. All children go through school adaptation period, even those who have a good elementary education. Under normal flow of school adaptation the emotional health and self esteem are stabilized, but if the child's adaptation process in the I class gets complicated distortion of personal development may occur.

Article submission date: 05.02.2015