

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ХОТЬКИНА АРИНА ВИКТОРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА
АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

26.05.23

Руководитель
старший преподаватель Сладкова И.А.

26.05.23

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

26.05.23

Обучающийся
Хотькина А.В.

26.05.23

Дата защиты

27.06.23

Оценка

Красноярск 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ В ПСИХОЛОГИИ	7
1.1 Проблема социально-психологической адаптации личности в психологии	7
1.2. Возрастные особенности адаптации пятиклассников к новым условиям обучения в средней школе.....	14
1.2. Сущность психолого-педагогического сопровождения адаптации обучающихся к условиям обучения средней школы	18
Выводы по главе 1	25
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ	27
2.1. Организация и методики исследования	27
2.2. Анализ результатов исследования психологической адаптации обучающихся к обучению в средней школе на констатирующем этапе исследования	29
2.3. Комплекс мероприятий психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации обучающихся пятых классов.....	34
2.4. Анализ результатов исследования психологической адаптации обучающихся к обучению в средней школе на контрольном этапе исследования	45
Выводы по главе 2	52
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	58

ВВЕДЕНИЕ

Переход от начальной школы к основной может быть сложным периодом, требующим актуализации адаптивных возможностей учеников. В отличие от предыдущих этапов, этот период осложнен началом пубертатного периода, что накладывает дополнительные трудности, как внешние, так и внутренние. Внутренние конфликты и недовольство собой усиливаются изменениями в учебном процессе, увеличением объема знаний, различием в требованиях учителей и т. д. Все это делает адаптацию детей в этот период более сложной.

В этом периоде дети сталкиваются с различными трудностями, такими как изменение учителей, формы обучения, изменение статуса в школе и переход на новую ступень развития. Также дети могут испытывать трудности при переходе из одного здания школы в другое или при появлении новых предметов и усложнении программы.

Изучение адаптации пятиклассников имеет важное значение, так как она является одним из ключевых этапов в жизни ребенка и влияет на его дальнейшую успешность в школе и жизни в целом. Адаптация к новой среде требует времени и усилий, и ее успешность зависит от многих факторов, включая социальные, психологические и физические. Изучение этих факторов поможет определить, какие меры можно принять для улучшения адаптации пятиклассников и повышения их успеваемости в школе.

По мнению Г. А. Цукермана, одной из главных задач школы является проектирование учебного процесса, способствующего успешной адаптации учащихся к средней школе. При этом необходимо учитывать возрастные особенности детей и обеспечивать их гармоничное развитие в условиях образовательного процесса. При этом «...в отличие от возрастного кризиса, конструктивного даже в своих негативных проявлениях, кризис образовательный деструктивен, является типичной дидакто-генией, которую можно и должно устранить» [17, с. 17].

Успешность прохождения адаптации в значительной степени зависит от эффективности работы специалистов службы психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса.. Вопросом адаптации пятиклассников к обучению в средней школе занимались Н.Н. Баранова, М.В. Григорьева, Д.А. Журавлев, Л.П. Пономаренко и многие другие отечественные психологи.

Изучение проблемы психолого-педагогического сопровождения адаптации детей 5 класса является необходимым для обеспечения помощи обучающимся в процессе адаптации к новым социальным ролям, принятию нового статуса и установлению межличностных отношений со сверстниками и учителями.

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка сегодня является не только совокупностью различных методов коррекционно-развивающей работы, оно представляет собой целостную технологию, специфическую культуру поддержки и помощи маленькому человеку в решении жизненно важных задач.

Теория сопровождения сегодня наиболее подробно разработана в педагогике и психологии такими учеными, как М.Р. Битяновой, Е.И. Казаковой, Н.А. Мозжеровой, О.В. Токарь, Т.Т. Зимаревой, Н.Е. Липай, И.Г. Каблуковой и др. исследователями.

По мнению М. Н. Дудиной в школе проблемой адаптации чаще всего является адаптация первоклассников. Реже адаптация связана с переходом в среднее звено. Хотя в школах и проводятся исследования по адаптации школьников, данная проблема является актуальной и требует дополнительного изучения.

Психолого-педагогическое сопровождение является необходимым для адаптации пятиклассников в новой школьной среде. Оно помогает учащимся преодолеть трудности, связанные с изменением учебного режима, новыми требованиями и правилами, а также способствует развитию социальных навыков и умений.

Цель исследования – выявить условия психолого-педагогического

сопровождения процесса адаптации обучающихся пятых классов.

Объект исследования: социально-психологическая адаптация личности.

Предмет исследования: условия психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации обучающихся пятых классов.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации обучающихся пятых классов обеспечивает эффективность их адаптации при условии обеспечения эмоционального комфорта обучающихся и усвоения норм, требований средней школы.

На достижение поставленной цели направлено решение следующих задач.

1. Провести теоретический анализ понятия социально-психологической адаптации личности в психологии, ее особенности у обучающихся в период адаптации к обучению в средней школе.

2. Изучить сущность психолого-педагогического сопровождения адаптации обучающихся к условиям обучения средней школы

3. Провести эмпирическое исследование психологической адаптации обучающихся к условиям обучения в средней школе.

4. Разработать и апробировать комплекс мероприятий психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации обучающихся пятых классов.

Методы исследования:

1. теоретические: анализ, обобщение и синтез литературных источников по проблеме исследования;

2. эмпирические: метод опроса, тестирование;

3. методы математической количественной и качественной обработки данных.

Методики диагностики:

– методика диагностики мотивации учения Ч.Д. Спилбергера, направленном на изучение уровней познавательной активности, в адаптации

А.Д. Андреевой;

– методика Н.Е. Щурковой «Круги».

– экспресс-методика О.Н. Хмельницкой «Выявление тревожности у пятиклассников в период адаптации».

База исследования: экспериментальная работа проводилась на базе МАОУ СШ г. Красноярска. В исследовании приняли участие 30 учащихся 5-х классов в возрасте 11-12 лет.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка, содержит 26 использованных источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ В ПСИХОЛОГИИ

1.1 Проблема социально-психологической адаптации личности в психологии

Подход к адаптации к условиям обучения в школе в контексте социально-психологического развития ребенка связан с понятием адаптации, которое рассматривается в психологии в качестве категории принципа наряду с такими принципами, как активность, значимость и деятельность. Без адаптации человек не может полноценно существовать и развиваться. [18].

Е.В. Андриенко считает, что адаптация является общенаучным термином, который используется в различных областях, таких как педагогика, психология, экономика и медицина. [6]. В медицине понятие адаптации рассматривается как «...адаптация самоорганизующихся систем к изменяющимся условиям внешней среды» [6, с. 29].

В психологии определение адаптации рассматривается как « ... приспособление организма, личности и систем к характеру индивидуальных воздействий или к изменившимся условиям жизни в целом. Она компенсирует неполноценность привычного поведения в новых условиях» [20, с. 83]. Понятие адаптации в педагогике определяется как « ... способность человека изменять свое поведение, состояние или отношение к чему-либо в зависимости от изменения условий деятельности. Эта способность выражается в поддержании внутреннего равновесия и успешной деятельности человека в различных социально-психологических, экономических и материальных условиях» [29, с. 22].

Адаптация человека – это процесс, который связан с изменением его функций, привычками, навыками и качествами. В результате адаптации

человек становится более приспособленным к окружающей среде и может лучше взаимодействовать с ней. Адаптационный период носит двойственный характер, так как человек приобретает новые возможности и одновременно перестраивает уже имеющиеся. Эффективность деятельности будет тогда, когда человек готов к изменениям в окружающей среде. Значение понятия адаптация зависит от аспекта рассмотрения этого понятия, адаптация человека на естественном уровне позволяет выделить психологическую, физиологическую и биологическую адаптацию.

Обычно под адаптацией понимают процесс приспособления организма к окружающей среде:

- итог процесса адаптации;
- гармоничное соотношение между организмом и его окружающей средой;
- организм стремится достичь определенного «результата» или «состояния», которое он считает оптимальным для своего функционирования

В процессе адаптации, человек приспособливается, активно взаимодействуя с окружающей средой, изменяя свои качества и привычки. Благодаря этому, организм становится более приспособленным к необычной среде и может действовать оптимальным образом. Гибкость адаптации позволяет адаптироваться к изменяющимся внешним условиям и вырабатывать поведение, которое позволяет преодолевать трудности.

В психолого-педагогических исследованиях рассматривается понятие социально-психологическая адаптация, которая подразумевает под собой:

- задачу, которая заключается в обеспечении выживания и личностного развития индивида, - это равновесие с социальной средой (Г.Г.Овчинникова) [18];
- активное управление процессом взаимодействия со средой (И.А.Милославова) [14];
- адаптацию человека к системе внутригрупповых связей и отношений, формирование мышления и поведения в соответствии с ценностями и нормами

коллектива. Приобретение, расширение и совершенствование навыков межличностного взаимодействия в рамках этой группы (Н.А. Свиридов) [20].

При благоприятном течении процесс социально-психологической адаптации приводит личность к состоянию адаптивности. Состояние социально-психологической адаптивности характеризуется как оптимальная реализация личностью внутренних возможностей, способностей человека и его личностного потенциала в значимой сфере (И.К. Кряжева) [11].

Под социальной адаптацией обычно понимают:

а) постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды;

б) результат этого процесса.

Сущность социальной адаптации состоит в том, чтобы приспособиться к окружающей среде и ее требованиям. Адаптация может быть как физической, так и психологической. Физическая адаптация заключается в изменении своего тела или поведения в ответ на изменения в окружающей среде. Психологическая адаптация связана с изменением своего мышления, чувств и поведения в соответствии с новыми условиями.

При этом Э. Холл выделяет следующие основные типы адаптационного процесса:

– «активный тип адаптации» – он характеризуется активным воздействием людей на социальную среду и стремлением изменить ее в соответствии с собственными интересами и потребностями.

– «пассивный тип адаптации» – это когда индивид не проявляет никакой активности, а ожидает, когда окружающая его среда изменится под стать ему. Данный вид адаптации может быть вызван недостатком ресурсов, низким уровнем самооценки или отсутствием желания что-то менять.

П.Н. Абатаева в своей статье «Социальная адаптация» не согласна с представлением о том, что существуют два типа адаптационного процесса – активный и пассивный. По ее мнению, различие между ними заключается не в активности или пассивности, а в активном приспособлении к среде и активном

самоизменении. Пассивное принятие ценностей среды без самоизменения невозможно, если речь идет о процессе адаптации. [1].

Далее П.Н. Абатаева Следующим шагом автор рекомендует вместо критерия «активность – пассивность» использовать вектор активности и его направленность как критерий для различения типов адаптации:

– вектор активности «наружу», направленный наружу, означает, что человек активно воздействует на окружающую среду, осваивает ее и приспособливает к своим потребностям;

– направленность активности «в себя» связана с внутренним изменением личности, корректировкой ее социальных установок, привычных действий и стереотипов поведения. Это активный процесс самоизменения и самоподстройки к изменяющейся среде.

П.Н. Абатаевой отмечено, что активное и пассивное восприятие норм, ценностей, установок социальной среды, без саморазвития, самокорректировки и самоизменения личности нельзя назвать адаптацией. Скорее, это дезадаптация, которая сопровождается чувством дискомфорта, недовольства, ощущения собственной слабости и несовершенства [1].

Адаптация — это активный процесс, происходящий как в социальной среде, так и внутри человека. В этом процессе человек может изменять себя, сохраняя при этом адаптивный характер. Такое изменение может быть объективным процессом развития личности и одновременно решением задач адаптации.

Автор считает, что четвертый тип адаптационного процесса – вероятно-комбинированный – самый распространенный и эффективный. Он основывается на применении всех возможных «чистых» типов адаптации. Но выбор конкретного типа происходит в результате оценки вероятности успешной адаптации с использованием разных типов адаптивных стратегий (направление вектора активности – «внутри» или «наружу»).

При выборе стратегии оцениваются:

а) социальные требования, их сила, уровень враждебности, уровень

ограничения потребностей, уровень дестабилизирующего воздействия и т.п.;

б) возможность личности изменить окружающую среду под свои потребности;

в) цена, которую приходится заплатить (физически и психологически) при выборе стратегии адаптации или стратегии саморазвития.

Можно выделить три основных направления в исследовании проблемы социальной адаптации:

1. Процесс адаптации можно описать с помощью общей формулы: Конфликт -> Тревога -> Защитные механизмы. В этом подходе конфликт объясняется как результат несоответствия потребностей человека ограничивающим социальным требованиям. Конфликт приводит к тревоге личности. Чтобы справиться с тревогой и сохранить внутреннее равновесие, личность использует свои личные ресурсы [25].

2. Исключаются бессознательные защитные механизмы. В данном подходе важно подчеркнуть, что адаптация личности напрямую зависит от ее психологического состояния. В данном случае адаптированность связана с тем, что у человека нет тревоги.

3. Процесс адаптации в этом подходе описывается формулой «конфликт – фрустрация – адаптация». Конфликт возникает при несоответствии реальности и базовых потребностей человека, и это касается только фундаментальных потребностей, таких как физиологические, безопасность, привязанность к группе и уважение. А. Маслоу включил в этот список также любовь и самоактуализацию [13].

4. Эта формула остается прежней: «конфликт – фрустрация – адаптация». Но содержание ее меняется. Если человек вступает в информационное взаимодействие с окружающей средой и сталкивается с информацией, которая противоречит его установкам, то возникает несоответствие между содержанием его установок и образом реальной жизни. Такое несоответствие (когнитивный диссонанс) вызывает у человека чувство дискомфорта (опасности). Опасность же заставляет человека искать способы

избавиться от когнитивного диссонанса или уменьшить его [1].

Адаптированная личность – это человек, не всегда находящийся в состоянии адаптации, однако, обычно пребывающий в нем и обладающий развитыми навыками для выхода из дезадаптивной ситуации и борьбы с дезадаптивными факторами.

Таким образом, говорить об адаптации отдельного человека – значит подчеркивать ее индивидуальность. Каждый человек проходит процесс адаптации по-разному, но есть определенные типичные модели и способы поведения. Поэтому можно выделить несколько типов адаптации, объединяющих людей, чьи адаптационные процессы имеют схожие особенности. Тип адаптации характеризуется сходным протеканием адаптационного процесса нескольких человек. «Большинство людей проявляют различный тип адаптации в различных ситуациях, но у каждого человека какой-то тип адаптации преобладает» [14, с. 18].

Анализ теоретической и методической научной литературы по теме адаптации позволил выявить критерии социально-психологической адаптации, которые отражают успешность процесса приспособления. Среди объективных критериев можно выделить следующие:

- продуктивность деятельности, ее эффективность и удовлетворенность ею. Это затраты, связанные с достижением результатов, и степень удовлетворения ими, а также возможность сохранять эффективность при изменении условий работы (А.В. Сиомичев);

- вовлеченность в процесс работы (А.Н. Жмыриков, И.К. Кряжева);

- истинное положение члена коллектива в структуре коллектива (О.И. Зотова, И.К. Кряжева).

Среди субъективных критериев можно выделить следующие:

- эмоциональные состояния (И.К. Кряжева, В.И. Лебедев);

- твердая убежденность в своей способности и ясное понимание своей личной сущности (С.Г. Вершловский, Л.Н. Лесохина);

- соответствие самооценки, уровня притязаний человека и его

возможностей требованиям среды (Г.Г. Овчинникова);

– соответствие самооценки и мнения значимых других (О.И. Зотова, И.К. Кряжева).

Кроме того, исследователи А.А. Налчаджян, А.В. Сиомичев выделяют внутренние и внешние аспекты адаптации. Внутренними показателями являются психофизиологические усилия, необходимые для достижения цели, и удовлетворение от результатов. Внешним показателем является способность человека сохранять свою производительность при изменениях в окружающей среде [16].

Таким образом, адаптация рассматривается как основополагающее понятие взаимоотношения индивида с его окружением, выражающееся в приспособлении человека к меняющимся условиям среды.

Социально-психологическая адаптация личности – это процесс, в котором человек адаптируется к социальным условиям, приспособляясь к изменениям в поведении, мыслях и эмоциях. Этот процесс требует времени и усилий, так как не всегда легко найти гармонию между личным и общественным. Однако, если правильно подойти к этому процессу, то можно преодолеть все трудности и добиться успеха. В ходе адаптации человек может чувствовать страх, тревогу, неуверенность в себе, но с помощью правильного подхода эти чувства можно уменьшить или полностью преодолеть. Вместо них человек может почувствовать радость, гордость, уверенность в своих силах и возможностях.

Процесс социально-психологической адаптации представлен различными критериями, общими среди которых являются:

- успешность в обучении и социальной адаптации;
- уровень развития коммуникативных навыков и умение работать в коллективе;
- степень удовлетворенности своей жизнью и отношениями с окружающими людьми;
- наличие конфликтов и проблем в общении с другими людьми;

- уровень самооценки и уверенности в себе;
- готовность к изменениям и способность адаптироваться к новым условиям.

1.2. Возрастные особенности адаптации пятиклассников к новым условиям обучения в средней школе

Анализ образовательной практики в школе подтверждает выводы исследователей о том, что подростки проходят адаптационный этап, который похож на первый класс, где они учились. (А.В. Абросимова, С.Г. Ахмерова, Н.Б. Буланова, Н.Ю. Дёмина, Е.В. Леонова, Н.В. Литвиненко, Т.В. Луговская, В.В. Николаева, И.Н. Сахарова, Е.Б. Терещенко, А.А. Фролов, Е.М. Чепракова и др.).

Под адаптацией пятиклассника в научных исследованиях понимается «многосторонний активный процесс вхождения школьника в новую социальную ситуацию развития, детерминированный объективными ... и субъективными факторами и содействующий формированию адекватных требованиям образовательной среды способов поведения, направленных на овладение учебной деятельностью как социально значимой, на эффективное взаимодействие с субъективно новой для школьника социальной средой, определяющей его дальнейшее личностное и социальное развитие» [12, с. 8].

Переход из начальной в среднюю школу для пятиклассника может быть сложным и интересным периодом. Сложность адаптации может быть связана с различными факторами, о чем свидетельствуют исследования ряда ученых (Н.В. Литвиненко, Ю.А. Рябчука, А.А. Фролова, Г.А. Цукермана, Е.М. Чепраковой и др.), совпадением во времени «внешнего» и «внутреннего» кризисов. «Внешний» кризис – это перемены в условиях школьной жизни, которые могут быть связаны с реорганизацией образовательной системы. «Внутренний» же кризис обусловлен возрастными изменениями и формированием новых психологических особенностей. Он связан с

преодолением внутренних противоречий и построением новых отношений и связей.

В пятом классе многое меняется для детей: новое здание школы, новый учитель, новые предметы и методы обучения, новые одноклассники. В конце первой четверти пятого класса дети часто испытывают трудности с учебной работой, из-за снижения памяти, внимания, мотивации, усталости, страха перед уроками, контрольными и учителями. Это связано с неорганизованностью ребенка, неадекватностью его поведения, потерей интереса к учебе, низкой самооценкой и высоким уровнем тревоги.

В период адаптации у школьников могут наблюдаться повышенная тревожность или неуверенность в себе, а также чрезмерная развязность или суетливость. Это может привести к снижению работоспособности и повышению неорганизованности. Они могут быть забывчивыми, иногда отмечают родители нарушение сна, аппетита. У большинства детей такие отклонения имеют единичный характер, исчезают обычно через 2-3 недели после окончания привыкания к школе. Есть дети, которым требуется больше времени для адаптации – 2-3 месяца и даже больше. Такое затягивание процесса может быть связано с заболеваниями детей.

В начале пятого года обучения можно заметить значительное количество негативных проявлений в поведении детей:

1. Уменьшение интереса к учебе: ребёнок не хочет идти в школу и ему трудно выполнять домашние задания. Записи в тетрадях и дневниках становятся менее аккуратными и исчезают старательность и осторожность, которые раньше были присущи ученику. Книгу, которую он раньше не мог отложить, теперь даже не хочет открывать.

2. Снижение успеваемости: ученики допускают ошибки, хотя ранее они не были допущены. Знания и умения, приобретенные в начальной школе, теряются: ухудшается навык чтения, пересказ дается с трудом, ухудшается вычислительный навык и т. д. У многих пятиклассников ухудшается память на материал, изучаемый на уроках.

3. Дети испытывают негативные эмоции по отношению друг к другу.
4. Повышение чувства беспокойства, страха и неопределенности.
5. Непредсказуемое поведение, с которым сталкиваются родители и учителя.

6. Переживание чувства отстраненности, отчужденности – ребенок не проявляет интереса к общению и взаимодействию со взрослым, не слушает его советов и указаний, не делится своими мыслями и чувствами. Такое поведение может быть вызвано различными причинами, такими как недостаток внимания и заботы со стороны взрослых, негативные эмоциональные состояния (например, страх, тревога), а также особенности характера и личности ребенка. Попробуем разобраться, каковы факторы, которые делают адаптацию пятиклассников настолько непростой.

7. Нет учителя, есть учителя. В начальной школе педагог является для ребенка второй мамой. Взаимодействие между учителем и учениками в начальной школе часто строится на основе домашнего, родственного принципа. Учитель не только передает знания, но и учит детей быть самостоятельными и заботиться о себе. Он учит их, как правильно одеваться, что есть и как следить за своим здоровьем. Дети, безусловно, чувствуют себя защищенными благодаря первому учителю. И вдруг они предлагают «изменить маму».

8. Много учителей-предметников. В пятом классе возникает большое количество различных учителей, у которых есть свои характеры, требования, привычки. Преподаватели часто требуют адаптации учеников к себе и не делают процесс адаптации проще для них. Пятиклассники могут столкнуться с трудностями, связанными с необходимостью приспособливаться к темпу обучения, особенностям речи и стиля преподавания каждого преподавателя на каждом уроке, что затрудняет процесс обучения.

9. Новые требования. Несогласованность требований и даже противоречия между учителями. Например, по математике поля должны быть с двумя сторонними сторонами, по русскому языку с одной, а по иностранному с

ремя, каждая сторона ведет себя по разному. Учителя истории просят учеников придерживаться данных учебника, а учителя литературы поощряют свое мнение.

10. Отсутствие постоянного кабинета. Взрослый может считать, что здесь все легко, но на самом деле есть различия в классе, где учатся дети. В кабинете, где проводятся уроки, есть разница. Это связано с тем, что дети еще не знают психологию. Отсутствие места, территории и необходимость каждый раз собирать вещи и перемещаться из одной комнаты в другую создают неудобства в школе из-за перемещения большого количества предметов с места на место.

Очень важно создать спокойную и щадящую атмосферу для ребенка во время процесса адаптации к новым условиям, но также важно установить твердый режим дня, который позволит ребенку чувствовать поддержку и внимание со стороны родителей.

Таким образом, переход обучающихся из начальной в основную школу является сложным процессом адаптации, который может быть затруднен из-за совпадения «внешнего» и «внутреннего» кризисных периодов. Понимание того, как протекает адаптация у пятиклассников, какие факторы влияют на ее эффективность, и разработка полисубъектной системы педагогического обеспечения адаптации могут помочь обеспечить успешную учебную деятельность и психологическое благополучие обучающихся.

Возрастные особенности адаптации пятиклассников к средней школе заключаются в следующем:

- физиологические особенности возраста (недостаток гормона роста, повышенная утомляемость, ухудшение зрения и т.д.);
- психологические особенности возраста (повышенная эмоциональность, нестабильность самооценки, потребность в общении со сверстниками и т.д.);
- социальные особенности возраста (переход из начальной школы в среднюю, изменение школьного режима, появление новых предметов и

учителей, изменение отношений с одноклассниками и т.д.).

1.2. Сущность психолого-педагогического сопровождения адаптации обучающихся к условиям обучения средней школы

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка во время его роста и развития является обязательным условием для правильного формирования его личности и успешной адаптации в будущем.

Психологическое сопровождение детей является важной составляющей учебного процесса, поскольку оно позволяет гармонично сочетать психологическую работу и цели обучения. В центре психолого-педагогической деятельности находится ребенок как целостная личность.

Сопровождение может рассматриваться как система и как процесс. Согласно словарю В. Даля, сопровождение означает идти рядом с кем-либо в качестве спутника или сопровождающего. Дословно сопровождение означает содействие [6].

– Впервые понятие «сопровождения» как новой технологии появилось в 1995 – 2001 гг. в работах Г. Барднер, И. Ромазан, Т. Чередняковой, Е.И. Казаковой, М.Р. Битяновой [4].

Сопровождение – это:

– «...система взаимоотношения между сопровождающим (тем, кто помогает) и сопровождаемым (тем, кому помогают) являются сложными и требуют высокой степени координации и коммуникации, в результате чего происходит качественное развитие ребенка» [7];

– «...система профессиональной работы психолога, направленная на организацию социально-психологических условий, необходимых для успешного обучения и личностного развития детей в школьном взаимодействии» [4, с. 20];

– «система взаимосвязанных мероприятий, основанных на психологических методах и приемах, направленная на создание благоприятных

социально-психологических условий для развития личности... для сохранения психологического здоровья... и ключевым фактором полноценного развития ребёнка является его развитие личности и становление его как субъекта жизни» [17, с. 52];

– «...модель психологической помощи представляет собой специально организованный процесс, нацеленный на создание оптимальных условий для реализации личного потенциала человека в соответствии с его индивидуальными особенностями» [5] и др.

Е.И. Казакова рассматривает сопровождение как:

– процесс – это поэтапная последовательность действий, которая помогает человеку принять решение и взять на себя ответственность за его исполнение.;

– метод – это процесс, в котором объединены четыре элемента: выявление проблем, предоставление информации об их сути и методах решения, а также консультации на протяжении всего периода; первичной помощи на этапе реализации плана решения;

– служба сопровождения – это организация или учреждение, состоящее из профессионалов в различных областях, которые занимаются процессом сопровождения людей на разных этапах их жизни и деятельности (например, в образовании, здравоохранении, социальной защите и т.д.) [7].

М.М. Семаго определяет два методологических подхода в понимании сопровождения: первый подход основывается на гуманистической философии и подразумевает создание образовательной среды для успешного обучения детей с учетом их возрастных норм и индивидуальных особенностей, а второй подход рассматривает сопровождение как процесс поддержки и помощи в индивидуальном развитии ребенка для достижения поставленных целей [21].

Второй подход к психологическому сопровождению детей включает поддержку функционирования детей в условиях, максимально благоприятных для раскрытия их потенциала и предотвращения проблем адаптации. Автор отмечает, что оба подхода имеют схожую семантику, однако последний подход

более конкретизирован и определяет границы зоны адаптации и риска адаптации, которые должны соблюдаться в образовательной среде. Этот подход также определяет задачи и функции психологов и других специалистов в работе с педагогами [21].

Таким образом, Исследователи считают, что психологическое сопровождение – это система деятельности, которая направлена на создание оптимальных условий для успешной адаптации детей к школьной среде и их развития. Однако в современной психологии нет единого подхода к определению сущности данного процесса.

Изучение организации психолого-педагогической работы по сопровождению началось сравнительно недавно. Это произошло в конце 20-го века. В истоках становления психолого-педагогического сопровождения и его реализация в образовании стоят М.Р. Битянова, О.С. Газман, Е.И. Казакова, А.М. Прихожан.

Современное состояние психологического и педагогического сопровождения процесса адаптации изучено многими учеными, таких как Э.М. Александровская, Овчарова, М.М. и Н.Я. Семаго.

По мнению, Г. Бардиер, М.Р. Битяновой, Е.И. Казаковой, И.В. Ромазан, сопровождение, как комплексный подход включает следующие этапы:

1. Диагностика проблемы. На этом этапе проводится анализ ситуации и выявляются причины возникновения проблемы.

2. Разработка содержания. На основе результатов диагностики разрабатывается программа действий, которая поможет решить проблему.

3. Консультационная поддержка. Во время реализации программы проводятся консультации с участниками процесса для обеспечения их понимания и поддержки.

4. Мониторинг и оценка результатов. После завершения программы проводится мониторинг результатов и оценивается их эффективность.

5. Коррекция программы. Если результаты не соответствуют ожиданиям, программа корректируется и проводится повторный мониторинг.

Е.И. Казакова считает, что психологическое сопровождение детей должно осуществляться на основе системного подхода к их развитию и личностному становлению [7].

В то время, как М.Р. Битянова смотрит на психолого-педагогическое сопровождение как на научное обеспечение образовательной среды [4], а Э.М. Александровская видит в нем особый вид деятельности специалистов по содействию в развитии детей в образовательных учреждениях [2].

М.Р.Битянова выделяет в сопровождении три взаимозависимых компонента, которые определяют процесс сопровождения:

Во-первых, систематическое наблюдение за психолого- педагогическим статусом ребенка и динамикой его психического развития во время воспитания и обучения, которое включает систематическую регистрацию фактов и особенностей психического развития ребенка для оценки его своеобразия и создания условий, соответствующих его развитию.

Во-вторых, создание социально - психологических условий, необходимых для развития личности и успешного обучения ребенка. Психолог, основываясь на результатах обследования, разрабатывает программы психологического развития и определяет условия для успешного обучения и развития ребенка.

В-третьих, создание условий для помощи детям с проблемами в развитии, поведении или обучении. Психолог занимается преодолением трудностей детей и повышением их способности к адаптации и компенсации [12].

Опираясь на исследование М.Р. Битяновой, психологическое сопровождение можно определить как комплекс мероприятий, направленных на обеспечение благоприятных условий для развития и обучения детей на всех стадиях их взросления [12].

Изучение психолого-педагогических работ позволяет выделить ряд важных аспектов процесса сопровождения детей.

Гуманистический подход к сопровождению детей означает уважение к

ребенку как личности, любовь, теплоту, отзывчивость, умение прощать, доверие, готовность быть рядом и помогать без ожидания чего-либо взамен.

В сопровождении детей уважаются их права на свободу выбора, ответственность и самостоятельность. Дети могут выбирать свои поступки и самовыражение, выражать свои мнения и принимать решения, которые влияют на их жизнь. Они также имеют право на уважение и защиту со стороны взрослых и сверстников, а также на возможность участвовать в принятии важных решений, затрагивающих их жизнь.

Сопровождение основано на вере в успешное разрешение проблем. Педагоги, занимающиеся сопровождением, сосредотачивают свое внимание на решении трудных ситуаций и направляют усилия как детей, так и свои собственные на достижение успеха. Когда ребенок добивается успеха, он чувствует радость, удовлетворение и укрепляет свою уверенность в своих способностях. Это способствует дальнейшему развитию и усиливает положительные эмоции, поскольку успехи отмечаются не только самим ребенком, но и родителями, друзьями и учителями.

Ориентация на реальную жизнь ребенка и происходящие события в ней означает, что педагог и психолог стремятся замечать и понимать обычные трудности, с которыми ребёнок сталкивается в собственной жизни, и содействует ему в их устранении [35].

В методических рекомендациях для психологов, занимающихся сопровождением учащихся в образовательном процессе, говорится, что объект сопровождения - это учебный процесс, предмет деятельности - развитие ребенка как системы отношений с миром, окружающими людьми (родителями, сверстниками), а также с самим собой, целью сопровождения является изучение процесса обучения и его влияния на развитие учащегося [18].

Целью психолого-педагогического сопровождения ребенка в учебно-образовательной деятельности является содействие развитию ребенка в соответствии со стандартами развития, установленными для его возраста.

На уровне образовательной организации задачей психолого-

педагогического сопровождения учебного процесса является взаимодействие всех специалистов в рамках службы, консилиума и других форм объединения, направленных на выявление проблем в развитии детей и оказание первичной помощи в их решении. Также на этом уровне проводятся профилактические мероприятия, охватывающие значительное число учащихся, консультационная и просветительская работа с администрацией и педагогами [18].

Одной из ключевых характеристик психолого-педагогического сопровождения является обеспечение человеку условий для того, чтобы он мог самостоятельно помогать себе в различных ситуациях. Задачи помощи определяются индивидуальными особенностями ребенка, а также конкретной ситуацией.

Результатом эффективной психолого-педагогической деятельности является развитие у личности важного личностного навыка - адаптации, который представляет собой способность самостоятельно находить баланс между собой и окружающей средой, а также сохранять эмоциональную стабильность как в нормальных, так и стрессовых жизненных ситуациях.

В процессе психолого-педагогического сопровождения при адаптации учеников к новым условиям обучения в средней школе можно выделить три основных направления: диагностика, профилактическая работа и консультирование.

Диагностическая деятельность педагога-психолога с подростками имеет сложный характер и начинается еще в период обучения в младших классах начальной школы. Главной задачей диагностики является выявление мотивационной, умственной и социально-психологической подготовленности детей к переходу на среднюю ступень образования. Анализ результатов позволяет предоставить конкретные рекомендации учителям 5-ых классов, будущим классным руководителям, а также оценивать эффективность работы педагогов начальной школы.

Психологическая профилактика педагога-психолога с обучающимися начинается проводиться с пятого класса. Основная цель психолога состоит в

помощи ученикам адаптироваться к новой социальной среде и, при необходимости, успешно адаптироваться к обучению на средней ступени школьного образования.

Психологическая профилактика проводится не только среди обучающихся, но и с другими субъектами образовательного процесса (учителя, родители). Ее целью является принятие принципов адаптации и снижение эмоционального напряжения у детей, вызванного переменами, а также обучение учителей тому, как их манера общения влияет на самооценку учеников, и ознакомление родителей с особенностями психического развития пятиклассников.

Профилактические мероприятия с пятиклассниками могут проводиться в разных формах:

- занятия с элементами психологического тренинга;
- беседы на классном часе;
- групповые консультации по проблемам (по заявкам от учителей, родителей).

Консультативная работа. Работа психолога с педагогами проводится преимущественно в формате групповых консультаций и обучающих семинаров.

В рамках психолого-педагогической службы проводится консультирование родителей, чьи дети испытывают трудности в процессе адаптации к школьной среде. Консультирование может осуществляться как индивидуально, так и на родительских собраниях, где обсуждаются проблемы, возникающие у детей в начале нового учебного года в среднем звене школы.

Анализ деятельности показал, что отсутствует единая система психолого-педагогического сопровождения, которая могла бы обеспечить успешную адаптацию ребёнка к условиям стандартной школы.

Выводы по главе 1

Обобщая результаты теоретического анализа, можно сказать, что социально-психологическая адаптация – это процесс приобретения людьми определенного социально-психологического статуса, овладения теми или иными социально-психологическими функциями.

Социально-психологическая адаптация детей к средней общеобразовательной школе – это процесс приобретения детьми определенного социально-психологического статуса, овладения теми или иными социально-психологическими функциями.

Специфика социально-психологической адаптации пятиклассников к средней школе заключается в том, что они находятся в переходном возрасте, когда происходят значительные изменения в их жизни и в их психическом развитии. Эти изменения включают в себя изменения в социальной среде (переход из начальной школы в среднюю), изменения в учебной деятельности (переход от простых к более сложным предметам), изменения в отношениях со сверстниками и учителями, а также изменения в самооценке и самовосприятии. Все эти изменения могут вызывать у детей стресс и трудности в адаптации к новой ситуации. Поэтому важно создавать условия для успешной адаптации пятиклассников, такие как поддержка со стороны учителей и родителей, организация групповых занятий и тренингов, а также создание благоприятной атмосферы в классе.

К условиям социально-психологической адаптации детей к новым условиям можно отнести эмоционально благоприятную атмосферу в коллективе, педагогическую поддержку и взаимодействие учителя с родителями. Педагог должен создавать атмосферу тепла и уюта в классе, доброжелательно относиться к ребенку, стремиться адекватно оценивать его возможности, понимать мотивы поведения, стимулировать творчество, личностное развитие, поддерживать социально благоприятный психологический климат в классе.

Сопровождение – это система профессиональной деятельности психолога, направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребенка в ситуациях образовательного взаимодействия. Таким образом, можно сказать, что психологическое сопровождение – это:

- один из видов социального патронажа как целостной и комплексной системы социальной поддержки и психологической помощи, осуществляемой в рамках деятельности социально-психологических служб;

- интегративная технология, сущность которой – создание условий для восстановления потенциала развития и саморазвития семьи и личности и в результате эффективного выполнения отдельным человеком или семьей своих основных функций;

- процесс особого рода бытийных отношений между сопровождающим и теми, кто нуждается в помощи.

Психолого-педагогическое сопровождение пятиклассников в период адаптации к условиям обучения в средней школе заключается в создании оптимальных условий для успешного преодоления трудностей, связанных с переходом в новое образовательное учреждение. Оно предполагает проведение различных мероприятий, направленных на развитие личности ребенка, формирование его социальной компетентности, навыков адаптации. Важно учитывать индивидуальные особенности и потребности каждого ученика, создавать благоприятную атмосферу в классе, помогать в решении возникающих проблем.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ

2.1. Организация и методики исследования

Для определения адаптации обучающихся к условиям обучения в средней школе было проведено эмпирическое исследование на базе МАОУ СШ г. Красноярска.

Выборку исследования составили 30 обучающихся 5-х классов, в возрасте 11-12 лет, средний возраст выборки – 11,7 лет.

В определении диагностического комплекса исследования адаптации, мы опирались на структурные компоненты адаптации обучающихся к средней школе, выделенных С.В. Дмитриевой:

- эмоциональный (школьная тревожность, эмоциональное благополучие);
- мотивационно-личностного (рефлексия, внутренняя мотивация учения).

В исследовании были применены следующие методики психодиагностики:

1. Методика диагностики мотивации учения Ч.Д. Спилбергера, направленном на изучение уровней познавательной активности, в адаптации А.Д. Андреевой.

В основе методики находятся показатели познавательной активности, тревожности, переживания негативных эмоций, составляющие мотивацию учения. Автор определяет следующие уровни мотивации учения:

- высокий уровень – продуктивная мотивация (движущая сила, побуждающая действовать), характеризующаяся высокой познавательной направленностью и положительным эмоциональным отношением к учебному процессу;

– средний уровень – позитивное отношение к учению, сниженная познавательная активность и познавательная мотивация, побуждающая к приобретению знаний об окружающем мире;

– низкий уровень – характеризуется сниженной внутренней мотивации учения, переживанием неизбежности школьной жизни, отрицательным эмоциональным отношением к учению.

2. Методика Н.Е. Щурковой «Круги».

Цель методики – определение эмоционального благополучия / неблагополучия, составляющие уровень комфортности обучающихся.

Методикой определяются: «зона благополучия» – 1 и 2 круг от центра и «зона неблагополучия» – 3 и 4 круги от центра.

Уровни комфортности:

- центр – высокий уровень комфортности – обучающиеся чувствуют уверенность, эмоционально благополучны в образовательной среде, высоко удовлетворены взаимоотношениями с другими субъектами образовательного процесса (родители, одноклассники, учителя).

- 2 круг – средний уровень,

- 3 круг – ниже среднего,

- 4 круг – низкий уровень комфортности характеризуется негативным и угнетающим состоянием, нарушающим нормальное функционирование в образовательной среде, представленное тревожностью и страхами, ощущением неопределенности, сниженным настроением, снижением самооценки и уверенности в себе, беспокойной озадаченностью.

3. Экспресс-методика О.Н. Хмельницкой «Выявление тревожности у пятиклассников в период адаптации».

Цель методики: определения волнения, негативных эмоций, возникающим в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников.

Методика выявляет следующие уровни тревожности:

– 1–4 балла – низкий уровень характеризуются отсутствием тревоги, что носит компенсаторный, защитный характер, однако происходит обесценивание ситуаций успеха и неудач, снижен анализ опыта учебной и иной деятельности, характеризуются низким уровнем притязаний для избегания волнующих ситуаций (связано с неуверенностью в успехе);

– 5–7 баллов – средний уровень - характеризуется чувством эмоционального комфорта, сохранением эмоционального равновесия и работоспособности в учебных ситуациях, в которых был опыт осуществления деятельности и взаимодействия с другими. Однако в ситуации неопределенности или незнакомой учебной ситуации повышается тревога, ощущение неопределенности, беспокойной озадаченности, переживание негативных эмоциональных состояний;

– 8–10 баллов – повышенный уровень - характеризуются переживанием стресса, связанный с взаимодействием с учителями и одноклассниками, страхом самовыражения, страхом проверки знаний, страхом не соответствовать ожиданиям окружающих;

– 11–15 баллов – высокий уровень – обучающиеся испытывают тревогу в большинстве учебных ситуациях, обучающиеся воспринимают их как угрожающие его престижу, самооценке, физическому здоровью; проявляют повышенную чувствительность к критике, замечаниям со стороны учителей, одноклассников и родителей

2.2. Анализ результатов исследования психологической адаптации обучающихся к обучению в средней школе на констатирующем этапе исследования

В результате проведенного исследования были полученные данные, характеризующие адаптацию обучающихся к обучению в средней школе по показателям адаптации.

Обратимся к результатам исследования показателя адаптации «эмоциональная комфортность обучающихся», полученные по методике Н.Е. Щурковой.

Графическое изображение уровня эмоциональной комфортности обучающихся пятых классов представлено на рисунке 1.

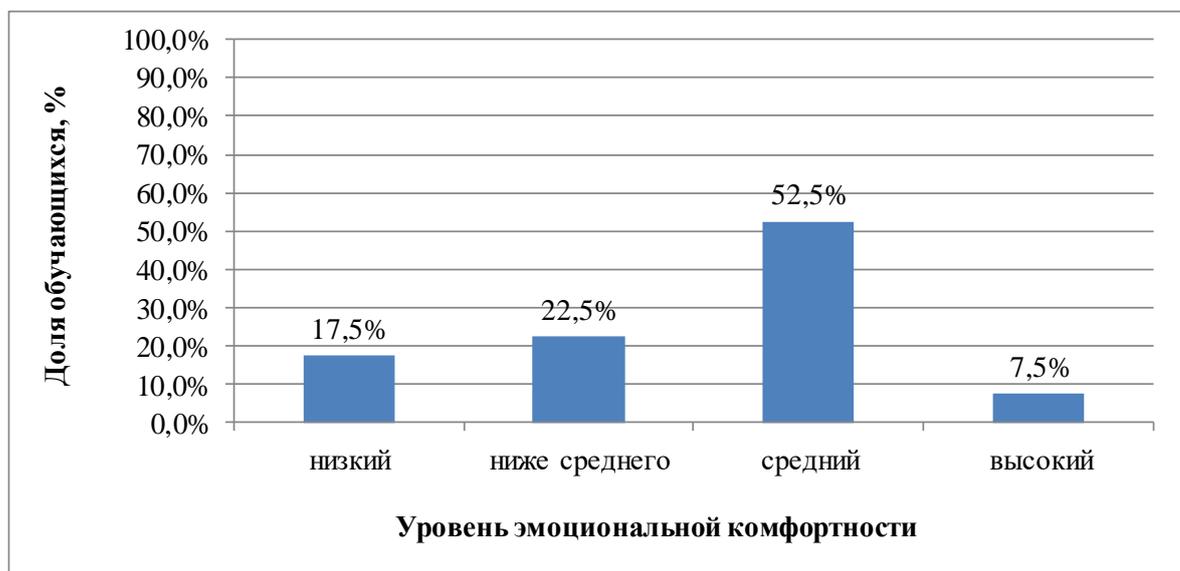


Рисунок 1. Уровень эмоциональной комфортности обучающихся в период адаптации к условиям обучения в средней школе, %

Представленные на рисунке 1 данные эмоциональной комфортности в образовательной среде обучающихся пятых классов свидетельствуют, что низкий уровень имеют 17,5% обучающихся, характеризующиеся негативным и угнетающим состоянием, нарушающим нормальное функционирование в образовательной среде, представленное тревожностью и страхами, ощущением неопределенности, сниженным настроением, снижением самооценки и уверенности в себе, беспокойной озадаченностью.

Ниже среднего уровень эмоциональной комфортности представлен у 22,5% обучающихся, характеризующиеся тревожностью и страхами, связанными с образовательным процессом, ощущением неопределенности, сниженным настроением, снижением уверенности в себе.

Средний уровень эмоциональной комфортности представлен у большинства обучающихся – 52,5% обучающихся, которых тяготят условия

обучения в средней школе, в некоторых учебных ситуациях испытывают тревогу, неопределённость, ожидают трудности и проблемы.

Высокий уровень представлен у 22,5% обучающихся, характеризующихся уверенностью, эмоциональным благополучием в образовательной среде, высокой удовлетворенностью взаимоотношениями с другими субъектами образовательного процесса (родители, одноклассники, учителя).

Таким образом, большинство обучающихся в период адаптации к средней школе имеют средний уровень эмоциональной комфортности.

Обратимся к результатам исследования показателя «тревожность», полученные по методике О.Н. Хмельницкой.

Графическое изображение уровня тревожности в адаптационный период к средней школе обучающихся пятых классов представлено на рисунке 2.

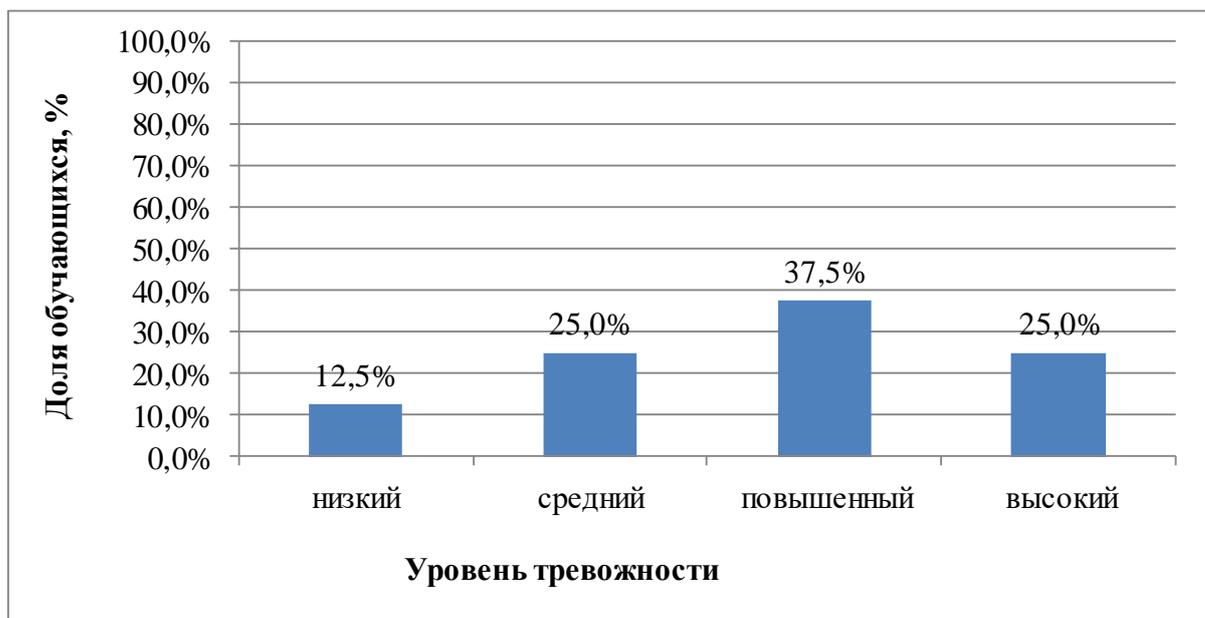


Рисунок 2. Уровень тревожности обучающихся в период адаптации к условиям обучения в средней школе, %

Представленные на рисунке 2 данные тревожности обучающихся пятых классов свидетельствуют об отсутствии выраженности уровня тревожности, связанного с образовательным процессом при переходе в среднюю школу.

Низкий уровень тревожности представлен у меньшего количества обучающихся пятых классов - 12,5% обучающихся характеризуются отсутствием тревоги, что носит компенсаторный, защитный характер, однако происходит обесценивание ситуаций успеха и неудач, снижен анализ опыта учебной и иной деятельности, характеризуются низким уровнем притязаний для избегания волнующих ситуаций (связано с неуверенностью в успехе).

Средний уровень представлен у 37,5% обучающихся, что характеризуется чувством эмоционального комфорта, сохранением эмоционального равновесия и работоспособности в учебных ситуациях, в которых был опыт осуществления деятельности и взаимодействия с другими. Однако в ситуации неопределенности или незнакомой учебной ситуации повышается тревога, ощущение неопределенности, беспокойной озадаченности, переживание негативных эмоциональных состояний.

Повышенный уровень тревожности представлен у 37,5% обучающихся, которые характеризуются переживанием стресса, связанный с взаимодействием с учителями и одноклассниками, страхом самовыражения, страхом проверки знаний, страхом не соответствовать ожиданиям окружающих.

Высокий уровень тревожности представлен у 25% обучающихся, которые испытывают тревогу в большинстве учебных ситуациях, обучающиеся воспринимают их как угрожающие его престижу, самооценке, физическому здоровью; проявляют повышенную чувствительность к критике, замечаниям со стороны учителей, одноклассников и родителей.

Обратимся к результатам исследования показателя адаптации «внутренняя мотивация учения», полученные по методике Ч.Д. Спилбергера в адаптации А.Д. Андреевой.

Графическое изображение уровня внутренней мотивации учения в адаптационный период к средней школе обучающихся пятых классов представлено на рисунке 3.

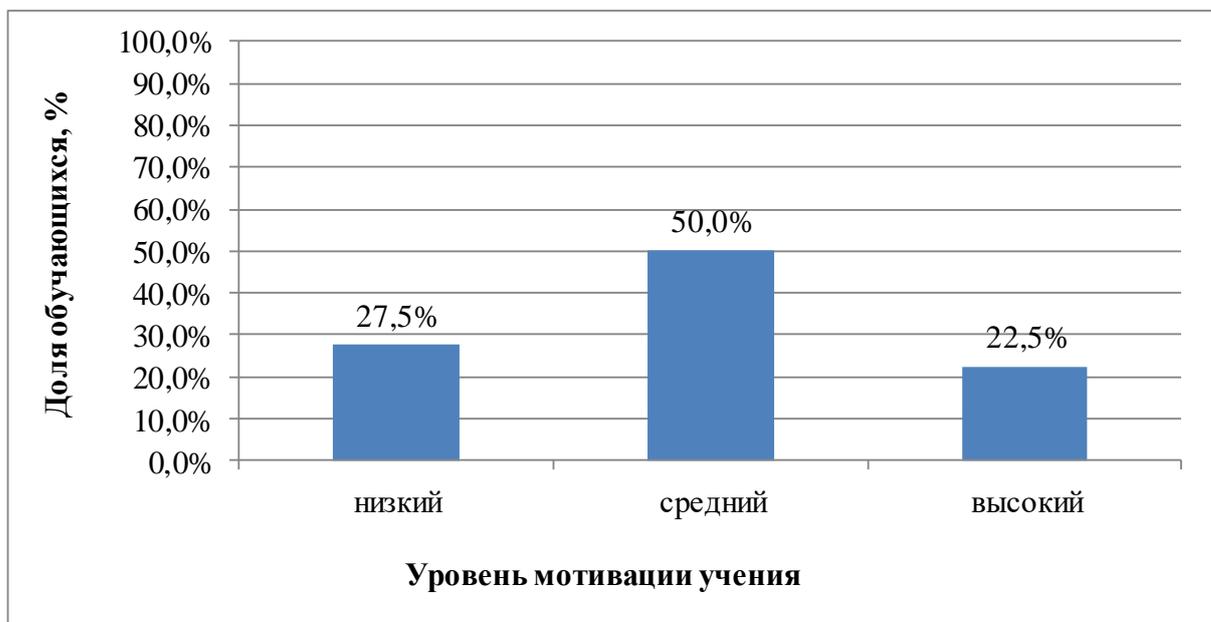


Рисунок 3. Уровень внутренней мотивации учения обучающихся в период адаптации к условиям обучения в средней школе, %

Представленные на рисунке 3 данные мотивации учения обучающихся пятых классов свидетельствуют, что низкий уровень представлен у 27,5% обучающихся, характеризующиеся сниженной внутренней мотивации учения, переживанием неизбежности школьной жизни, отрицательным эмоциональным отношением к учению.

Средний уровень внутренней мотивации учения представлена у половины исследуемых обучающихся - 50% обучающихся пятых классов демонстрируют позитивное отношение к учению, сниженную познавательную активность и познавательную мотивацию, побуждающую к приобретению знаний об окружающем мире

Высокий уровень представлен у 22,5% обучающихся, имеющих продуктивную мотивацию, характеризующейся высокой познавательной направленностью и положительным эмоциональным отношением к учебному процессу.

Таким образом, мотивация учения обучающихся пятых классов в период адаптации к условиям средней школы характеризуется сниженным уровнем внутренней познавательной мотивации.

По результатам исследования показателей адаптации обучающихся пятых классов, можно сделать вывод, что адаптация обучающихся пятых классов характеризуется средним уровнем эмоциональной комфортности, повышенным уровнем тревожности и средним уровнем внутренней мотивации учения.

2.3. Комплекс мероприятий психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации обучающихся пятых классов

Разработанный комплекс мероприятий психолого-педагогического сопровождения обучающихся в период адаптации к обучению в средней школе, опирается на теоретические основы организации психолого-педагогического исследования в трудах Т.В. Бавиной, Е.И. Агарковой и Н.А. Мозжеровой [2, 21].

Основная цель психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации – создание педагогических и социально-психологических условий, позволяющих обучающемуся успешно функционировать и развиваться в педагогической среде (школьной системе отношений).

В соответствии с целью формулируются задачи сопровождения:

- формирование у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
- формирование устойчивой учебной мотивации детей;
- создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых обоснованных требований;
- повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков;
- освоение детьми школьных правил;
- выработка норм и правил жизни класса;

- формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях;

- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

В содержании комплекса мероприятий выделяются три блока, которые обеспечивают решение поставленных задач:

- 1 блок – работа с обучающимися 5-х классов;
- 2 блок – работа с педагогами (классный руководитель, учителя-предметники);
- 3 блок – работа с родителями.

Ниже представлено содержание разработанного комплекса мероприятий сопровождения.

Блок 1 – работа с обучающимися.

Характеристика основных этапов работы.

На первом этапе работы основное внимание уделяется формированию групповой сплоченности, навыков поведения в новых школьных ситуациях, умению ориентироваться в пространстве школы. У младших подростков, с одной стороны, очень сильно желание самоутвердиться, им важно быть самостоятельными и независимыми, с другой стороны им необходимо получить первый опыт взаимодействия и сотрудничества в новом классном коллективе. Следовательно, на первом этапе очень важно создать в классе доброжелательную атмосферу. Среди традиционных психологических приемов наиболее эффективны на данном этапе следующие: оказание поддержки в новых ситуациях; оказание помощи в осмыслении опыта сотрудничества.

На втором этапе проводится работа с основными проблемами, возникающими у пятиклассников. Кроме того, решается важная задача принятия правил школы и класса, установления норм взаимоотношений со сверстниками в классе, преподавателями и другими сотрудниками школы.

Осознание новых правил у детей происходит двумя путями: с одной стороны, формируется восприятие относительности рамок «хорошо – плохо», чтобы ребенок не относился к правилу как к категорическому требованию, а с другой стороны, до сознания детей доводится значимость правил, формируется отношение к ним как к определенной ценности. Важнейшей задачей этого этапа является помощь детям в осознании требований преподавателей. Соответственно мы решаем еще одну задачу – способствуем установлению межличностных отношений с педагогами.

На этом этапе необходимо помочь младшим подросткам почувствовать себя состоятельными не только в общении, но и в деятельности учения, поэтому можно выделить следующие направления работы: формирование конструктивного отношения к неудачам, ошибкам; анализ уже достигнутых успехов.

На третьем этапе продолжается работа по осознанию детьми требований преподавателей. Формируется понимание критериев оценки устной или письменной работы (правильность, аккуратность, красота и др.), критериев отношения педагогов к правилам поведения в школьном кабинете, к правилам ведения тетрадей, осваиваются способы работы, способствующие достижению высоких результатов. Таким образом, мы создаем условия не только для адаптации пятиклассников к средней школе, но также и для формирования адекватной самооценки и правильного отношения к результатам деятельности другого ребенка. Отдельно решается задача ориентирования ребенка на процесс деятельности, а не на оценку. На этом же этапе начинается работа по принятию детьми своих негативных чувств. Поэтому отдельного внимания заслуживают приемы по снижению напряжения в школьных ситуациях; с помощью этих приемов дети овладевают навыками релаксации и работы со школьными страхами.

На четвертом этапе особое внимание уделяется формированию некоторых учебных навыков, связанных с самоорганизацией и самоконтролем в учебной деятельности, продолжается работа над развитием

коммуникативных умений, среди которых выделяются конструктивные способы поведения в конфликтных школьных ситуациях. На этом этапе мы используем приемы, позволяющие работать со школьной тревогой и излишним волнением, возникающим у детей в различных ситуациях на уроке.

На пятом этапе происходит осмысление личных целей детей на период обучения в 5 классе. Подводятся итоги групповой работы.

Критериями эффективности занятий выступают: снижение уровня школьной тревожности;

Методы и техники, используемые в комплекс мероприятий.

1. Ролевые игры. Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).

2. Дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.

3. Рисуночная арт-терапия. Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).

4. Моделирование образцов поведения. Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

5. Метафорические истории и притчи.

Структура занятия

Каждое занятие начинается ритуалом приветствия, выполняющим функцию установления эмоционально- позитивного контакта психолога с ребенком и формирования у ребенка направленности на сверстников, и

завершается ритуалом прощания. Эти процедуры сплачивают детей, создают атмосферу группового доверия и принятия.

Разминка включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности и способствует формированию групповой сплоченности. Обсуждение домашнего задания проводится после (иногда вместо) разминки и способствует закреплению пройденного материала.

Основная часть занятия включает в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач тренинга. Предпочтение отдается многофункциональным техникам, таким как моделирование образцов поведения, позволяющим преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

Тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, поэтому в основной части занятия в первую очередь представлены упражнения и игры, направленные на снятие тревожности и школьных страхов.

Обсуждение итогов занятия, или рефлексия является обязательным этапом и предполагает эмоциональную и смысловую оценку содержания занятия в ходе заключительного обсуждения. Соблюдение подобной структуры занятий, привыкание к ней детей помогает им войти в новую деятельность и сформировать соответствующие ожидания.

Программа тренинга рассчитана на 12-14 занятий по 1 академическим часа. Встречи - 2 раза в неделю, в этом случае цикл занятий завершается к концу 1 четверти.

Краткое содержание работы с обучающимися пятого класса.

Занятие 1. Создание группы

Цели:

- сформировать группу участников;
- способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;

– выяснить ожидания детей;

– развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.

1. Знакомство
2. Упражнение «Представление имени»
3. Разминка. Упражнение «Если весело живется, делай так»
4. Работа по теме занятия
 - Принятие правил
 - Упражнение «Твоя школа такая, какой ты ее видишь»
 - Дискуссия на тему занятия
 - Упражнение «Пустой или полный»
 - Принятие ритуалов приветствия и прощания
5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия
6. Домашнее задание
7. Прощание

Занятие 2. Здравствуй, пятый класс!

Цели:

– дать возможность детям поближе познакомиться друг с другом, способствовать формированию групповой сплоченности;

- помочь детям прояснить свои цели на время обучения в пятом классе.

1. Приветствие
2. Разминка. Упражнение «Прошепчи имя»
3. Обсуждение домашнего задания.
4. Работа по теме занятия
 - Упражнение «Найди того, кто...»
 - Упражнение «Прощание с начальной школой»

Упражнение «Игра с мячом»

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия
6. Домашнее задание

7. Прощание

Занятие 3. Находим друзей

Цели:

- способствовать формированию навыков взаимодействия в группе;
- помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе;
- повысить самооценку детей.

1. Приветствие

2. Разминка Упражнение «Что я люблю делать»

3. Обсуждение домашнего задания.

4. Работа по теме занятия

- Упражнение «Найди меня»
- Упражнение «Настоящий друг»
- Дискуссия на тему занятия
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия

6. Домашнее задание

7. Прощание

Занятие 4. Узнай свою школу

Цели:

– помочь учащимся ознакомиться со школьными правилами и осознать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях.

1. Приветствие

2. Разминка. Упражнение «Передай ритм по кругу»

3. Обсуждение домашнего задания. Упражнение «Портрет группы»

4. Работа по теме занятия

- Упражнение «Узнай свою школу»
- Дискуссия на тему занятия

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия

6. Домашнее задание

7. Прощание

Занятие 5. Что поможет мне учиться?

Цели:

- помочь участникам группы осознать правила работы на уроке;
- способствовать формированию учебных навыков;
- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.

1. Приветствие

2. Разминка. Упражнение «Нарисуй свое настроение»

3. Обсуждение домашнего задания

4. Работа по теме занятия

- Упражнение «Что поможет мне учиться»
- Упражнение «Правила поведения на уроке»
- Дискуссия на тему занятия

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия

6. Домашнее задание

7. Прощание

Занятие 6. Легко ли быть учеником?

Цель:

- помочь детям осознать, какие качества необходимы хорошему ученику;
- способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности.

1. Приветствие

2. Обсуждение домашнего задания

3. Притча о башмачнике

4. Работа по теме занятия

- Игра «Идеальный ученик»
- Дискуссия на тему занятия
- Психологический анализ произведения М. Вильямс «Вельветовый кролик».
- Упражнение «Незнайка»

- Упражнение «Кляксы»

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия

6. Прощание

Занятие 7. Чего я боюсь?

Цели:

- научить детей распознавать свои школьные страхи помочь найти способы их преодоления;

- снизить школьную тревожность.

1. Приветствие

2. Разминка. Упражнение «Если весело живется, делай так»

3. Работа по теме занятия

- Упражнение «Чего я боюсь?»

- Арт-упражнение «На ошибках учатся»

- Упражнение «Рисуем слово»

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия

6. Домашнее задание

7. Прощание

Занятие 8-9. Трудно ли быть настоящим учителем?

Цели:

- расширение и обогащение навыков общения с учителями;

- формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки;

- коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.

1. Приветствие

2. Разминка. Упражнение «Нарисуй свое настроение»

3. Обсуждение домашнего задания

4. Работа по теме занятия

- Игра «Идеальный учитель»

- Дискуссия на тему занятия

- Упражнение «Слушаем внимательно»

- Упражнение «Интервью с учителем»
- Дискуссия на тему занятия
- 5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия
- 6. Домашнее задание
- 7. Прощание

Занятие 10-11. Конфликт или взаимодействие?

Цели:

- развить навыки общения и разрешения конфликтов;
- научить детей умению свободно, не боясь неодобрения, высказывать

свои мысли.

1. Приветствие
2. Разминка Упражнение «Назови чувство»
3. Обсуждение домашнего задания
4. Работа по теме занятия
 - Упражнение «Конфликт или взаимодействие?»
 - Дискуссия на тему занятия
 - Упражнение «Как разрешать конфликтные ситуации»

Дискуссия на тему занятия

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия
6. Домашнее задание
7. Прощание

Занятие 12. Работа с негативными переживаниями

Цели:

- повышение эмоциональной устойчивости детей;
- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций;
- формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.

1. Приветствие
2. Разминка. Упражнение «Передай ритм по кругу»
3. Обсуждение домашнего задания
4. Работа по теме занятия

- Упражнение «Как реагировать на обидное замечание?»
- Дискуссия на тему занятия
- Упражнение «Рисуем обиду»
- Упражнение на релаксацию
- Арт-упражнение «Знакомство с закрытыми глазами».

5. Рефлексия. Обсуждение итогов занятия

6. Домашнее задание

7. Прощание

Занятие 13. Ставим цели

Цели:

- помочь детям в осмыслении личных целей на период обучения в пятом классе;

- подвести итоги работы группы.

1. Приветствие

2. Разминка. Упражнение «Определи, насколько ты веришь в себя, в свои силы?»

3. Работа по теме занятия

- Упражнение «Инь и Ян»

- Упражнение «Ставим цели»

- Арт-упражнение (групповое) «Школа, в которой хотелось бы учиться»

- Упражнение «Доброжелательное послание»

4. Обсуждение итогов тренинга

5. Прощание

Блок 2 – работа с педагогами.

Работа с педагогами включает в себя индивидуальное консультирование и работу на семинаре для классных руководителей и учителей предметников, которые будут работать в пятых классах, знакомство с основными задачами и трудностями первичной адаптации, тактикой общения с детьми и с тем, какую помощь им можно оказать.

Разработаны памятки-рекомендации педагогам по организации работы с пятиклассниками в начале учебного года.

Для классного руководителя разработана брошюра с играми и упражнениями для успешной адаптации обучающихся которые можно реализовать на классных часах.

Блок 3 – работа с родителями.

Работа с родителями включает в себя групповое и индивидуальное консультирование.

Консультирование родителей, чьи дети показали низкие результаты в процессе тестирования и могут испытывать трудности приспособления к школе, осуществляется индивидуально или на родительских собраниях.

Содержание групповой консультации на родительском собрании: психологические особенности детей этого возраста, о вероятных проблемах, которые могут возникнуть в начале обучения в пятом классе. Какую помощь в адаптации смогут оказать детям родители. Следует также ознакомить родителей с планами работы, получить их согласие на проведение тренинга и коррекционных занятий.

2.4. Анализ результатов исследования психологической адаптации обучающихся к обучению в средней школе на контрольном этапе исследования

Реализация комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации обучающихся пятого класса позволила получить данные о динамике основных показателей социально-психологической адаптации к процессу обучению в пятом классе. На контрольном этапе исследования были использованы те же методики диагностики Н.Е. Щурковой, О.Н. Хмельницкой, Ч.Д. Спилбергера (в адаптации А.Д. Андреевой), что и на констатирующем этапе исследования,

позволяющий выявить показатели адаптации обучающихся к обучению в средней школе:

- школьная тревожность;
- эмоциональная комфортность;
- внутренняя мотивация учения.

Рассмотрим динамику уровня комфортности обучающихся пятого класса, после реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения, полученные по методике Н.Е. Щурковой «Круги». Графическое изображение динамики уровня комфортности обучающихся пятого класса представлено в гистограмме на рисунке 4.

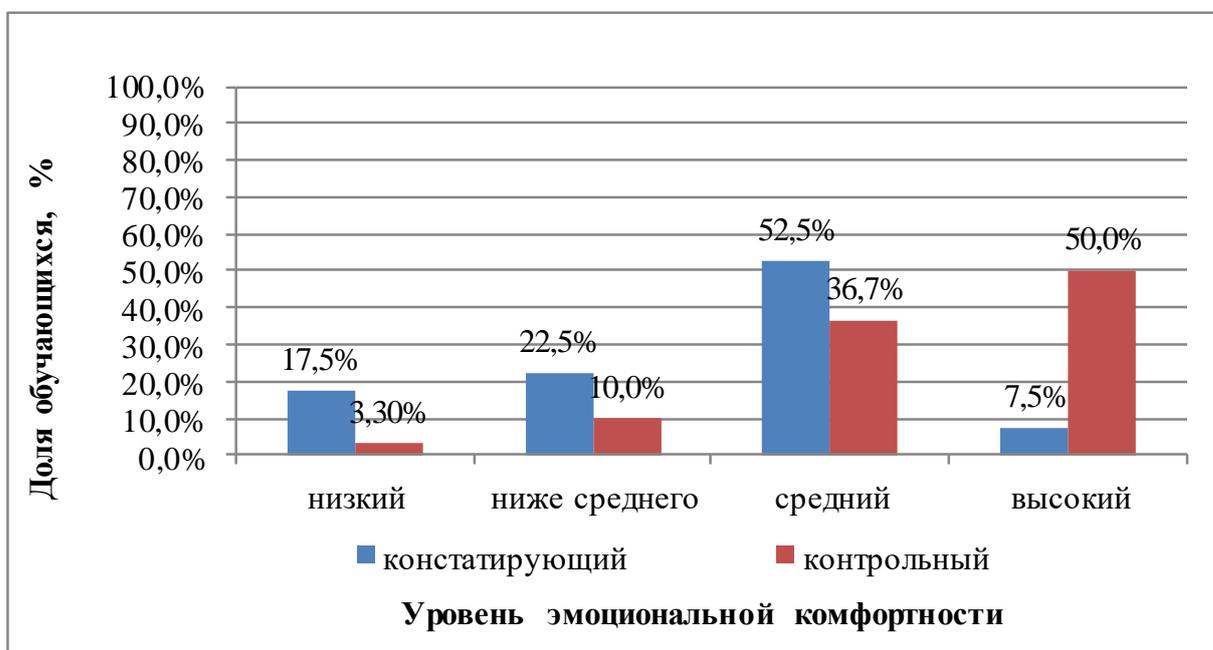


Рисунок 4. Динамика эмоциональной комфортности обучающихся пятых классов на контрольном этапе исследования, %

После реализации психолого-педагогического сопровождения адаптации обучающихся произошло снижение низкого уровня эмоциональной комфортности на 14,2% и на контрольном этапе исследования низкий уровень представлен у 3,3% обучающихся пятого класса, характеризующиеся негативным и угнетающим состоянием, нарушающим нормальное функционирование в образовательной среде, представленное тревожностью и страхами, ощущением неопределенности, сниженным

настроением, снижением самооценки и уверенности в себе, беспокойной озадаченностью.

Также произошло снижение уровня ниже среднего на 12,5%, и данный уровень эмоциональной комфортности представлен у 10% обучающихся пятого класса.

Средний уровень эмоциональной комфортности представлен у 36,7% обучающихся пятого класса, которых тяготят условия обучения в средней школе, в некоторых учебных ситуациях испытывают тревогу, неопределённость, ожидают трудности и проблемы.

Следует отметить положительную динамику высокого уровня эмоциональной комфортности на 42,5% и после реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения 50% обучающихся характеризуются уверенностью, эмоциональным благополучием в образовательной среде, высокой удовлетворенностью взаимоотношениями с другими субъектами образовательного процесса (родители, одноклассники, учителя).

Следовательно, можно сделать вывод, что после реализации мероприятий психолого-педагогического сопровождения у обучающихся пятого класса появилось состояние уверенности, благополучия, удовлетворенности системой отношений обучающегося с педагогами, сверстниками.

Рассмотрим динамику тревожности обучающихся пятого класса, после реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения, полученные по методике по методике О.Н. Хмельницкой «Выявление тревожности у пятиклассников в период адаптации». Графическое изображение динамики уровня тревожности обучающихся пятого класса представлено на рисунке 5.

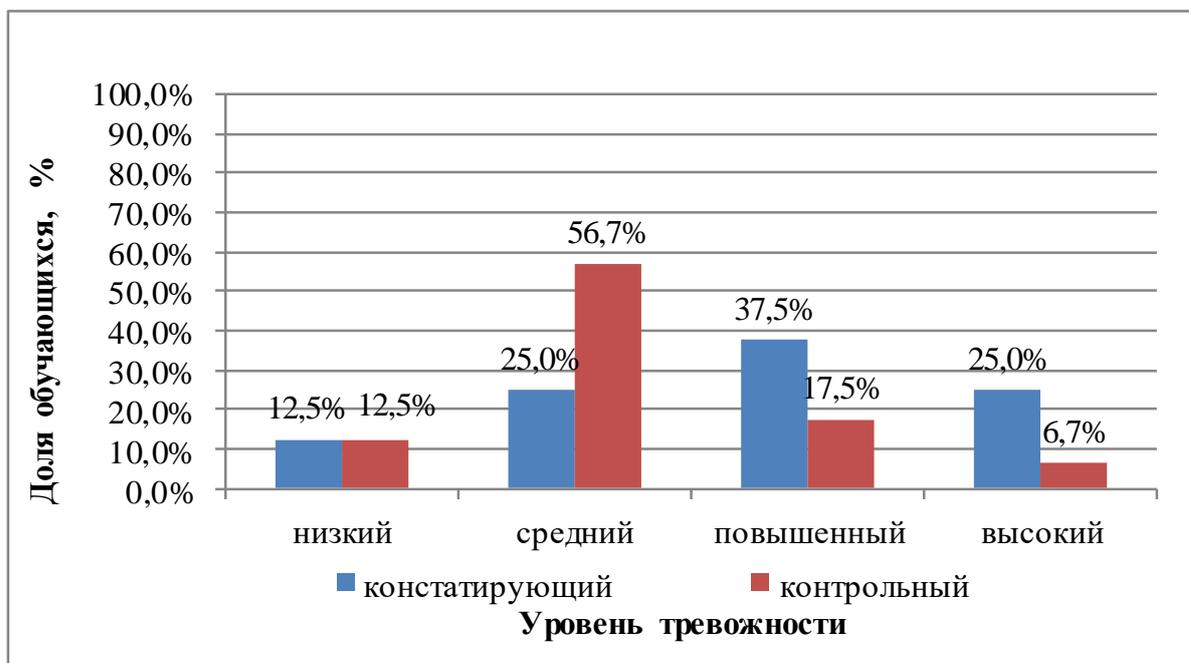


Рисунок 5. Динамика тревожности обучающихся пятых классов на контрольном этапе исследования, %

Исследование тревожности обучающихся показало, что на контрольном этапе исследования произошло снижение школьной тревожности обучающихся.

Показатель высокого уровня тревожности снизился на 18,3% и на контрольном этапе исследования высоко тревожными остались 6,7% обучающихся, которые большинство ситуаций воспринимают как угрожающие их престижу, самооценке, физическому здоровью. Их высокая эмоциональная чувствительность сочетается с повышенной ранимостью, обидчивостью, что значительно затрудняет общение, создает множество коммуникативных барьеров в процессе обучения

Также произошло снижение повышенного уровня на 20% и на контрольном этапе исследования имеют повышенный уровень тревожности 17,5% обучающихся, которые характеризуются переживанием социального стресса, наличием страха самовыражения, страха проверки знаний, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, страхи в отношении учителей, то есть страхами, связанными с образовательным процессом в пятом классе.

Следует отметить повышение количества обучающихся, имеющих средний уровень тревожности, показатель которого повысился на 31,7% и на контрольном этапе исследования 56,7% обучающихся, которые чувствуют себя комфортно, сохраняют эмоциональное равновесие, работоспособность преимущественно в ситуациях, к которым они уже успели адаптироваться, в которых они знают, как себя вести, знает меру своей ответственности. При осложнении ситуации или появления дополнительных трудностей возможно появление тревоги, беспокойства, ощущение напряжения, эмоционального дискомфорта.

Низкий уровень тревожности не изменился и 12,5% обучающихся пятого класса имеют так называемую скрытую тревожность – защитное поведение. Обучающиеся характеризуются отсутствием тревоги, что носит компенсаторный, защитный характер, однако происходит обесценивание ситуаций успеха и неудач, снижен анализ опыта учебной и иной деятельности, характеризуются низким уровнем притязаний для избегания волнующих ситуаций (связано с неуверенностью в успехе).

Рассмотрим динамику тревожности обучающихся пятого класса, после реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения, полученные по методике по методике О.Н. Хмельницкой «Выявление тревожности у пятиклассников в период адаптации». Графическое изображение динамики уровня тревожности обучающихся пятого класса представлено на рисунке 5.

Рассмотрим динамику уровня мотивации учения обучающихся пятого класса после реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения, полученные по методике Ч.Д. Спилбергера в адаптации А.Д. Андреевой. Графическое изображение динамики уровня тревожности обучающихся пятого класса представлено на рисунке 6.

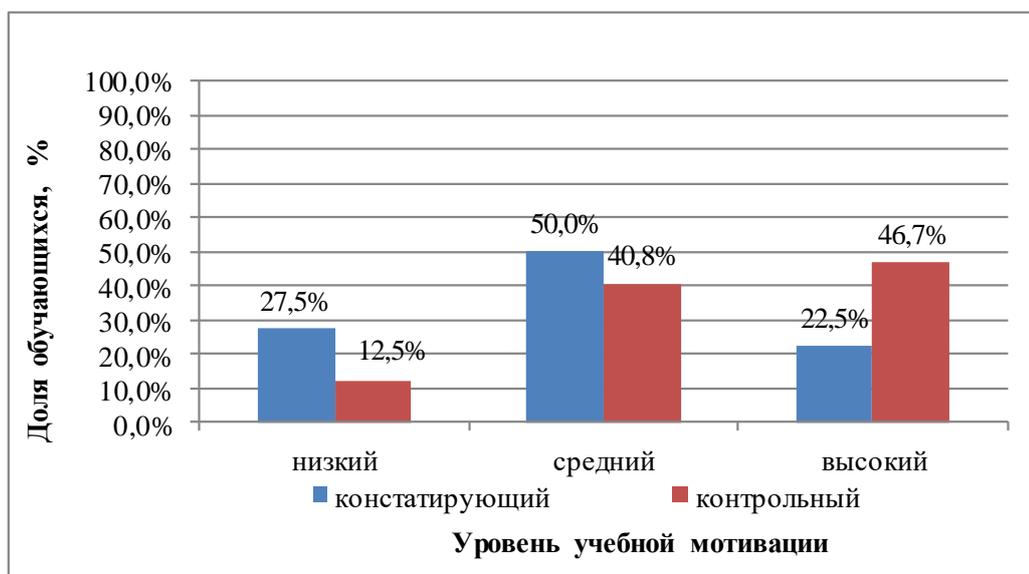


Рисунок 6. Динамика уровня мотивации учения обучающихся на контрольном этапе исследования, %

Исследование мотивации учения обучающихся пятого класса показало, то после реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения на 15% произошло снижение низкого уровня мотивации, характеризующиеся сниженной внутренней мотивации учения, переживанием неизбежности школьной жизни, отрицательным эмоциональным отношением к учению, и только 12,5% обучающихся пятого класса имеют данный уровень учебной мотивации после реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения на контрольном этапе исследования.

Произошло повышение высокого уровня мотивации на 24,2% и после реализации сопровождения 46,7% обучающихся имеют продуктивную мотивацию, характеризующейся высокой познавательной направленностью и положительным эмоциональным отношением к учебному процессу.

У 40,8% обучающихся имеют средний уровень учебной мотивации, которые демонстрируют позитивное отношение к учению, сниженную познавательную активность и познавательную мотивацию, побуждающую к приобретению знаний об окружающем мире

Таким образом, после реализации психолого-педагогического сопровождения повысился уровень учебной мотивации обучающихся.

Таким образом, результаты контрольного этапа исследования показателей психологической адаптации обучающихся пятого класса к обучению в средней школе свидетельствуют об результативности разработанной комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации обучающихся пятого класса.

Выводы по главе 2

Проведенное экспериментальное исследование было направлено на выявление адаптации к условиям средней школы обучающихся пятых классов, согласно показателям адаптации обучающихся к средней школе, выделенных С.В. Дмитриевой:

- эмоциональный (школьная тревожность, эмоциональное благополучие);
- мотивационно-личностного (рефлексия, внутренняя мотивация учения).

Исследование школьной тревожности обучающихся в период адаптации показало, что большинство обучающихся имеют средний уровень - представлен у 37,5% обучающихся, что характеризуется чувством эмоционального комфорта, сохранением эмоционального равновесия и работоспособности в учебных ситуациях, в которых был опыт осуществления деятельности и взаимодействия с другими. Однако в ситуации неопределенности или незнакомой учебной ситуации повышается тревога, ощущение неопределенности, беспокойной озадаченности, переживание негативных эмоциональных состояний.

Эмоциональная комфортность представлена у большинства обучающихся на среднем уровне – 52,5% обучающихся, которых тяготят условия обучения в средней школе, в некоторых учебных ситуациях испытывают тревогу, неопределённость, ожидают трудности и проблемы.

Внутренняя мотивация учения представлена у половины исследуемых обучающихся - 50% обучающихся пятых классов демонстрируют позитивное отношение к учению, сниженную познавательную активность и познавательную мотивацию, побуждающую к приобретению знаний об окружающем мире

В рамках психолого-педагогического сопровождения пятиклассников осуществляются следующие направления: психологическая диагностика, психологическое групповое и индивидуальное консультирование, коррекционно-развивающая работа

В содержании комплекса мероприятий выделяются три блока, которые обеспечивают решение поставленных задач: это – работа с обучающимися, работа с педагогами (классный руководитель, учителя-предметники) и работа с родителями.

Работа с обучающимися представлена поэтапной реализацией:

На первом этапе работы основное внимание уделяется формированию групповой сплоченности, навыков поведения в новых школьных ситуациях, умению ориентироваться в пространстве школы

На втором этапе проводится работа с основными проблемами, возникающими у пятиклассников.

На третьем этапе продолжается работа по осознанию детьми требований учителей.

На четвертом этапе особое внимание уделяется формированию некоторых учебных навыков, связанных с самоорганизацией и самоконтролем в учебной деятельности,

На пятом этапе происходит осмысление личных целей детей на период обучения в 5 классе.

Работа с родителями включает в себя групповое и индивидуальное консультирование.

Работа с педагогами включает в себя индивидуальное консультирование и работу на семинаре.

Разработаны памятки-рекомендации педагогам по организации работы с пятиклассниками в начале учебного года.

Для классного руководителя разработана брошюра с играми и упражнениями для успешной адаптации обучающихся которые можно реализовать на классных часах.

После реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения наблюдается следующая динамика:

- произошло снижение низкого уровня эмоциональной комфортности, половина (50%) обучающихся имеют высокий уровень эмоциональной комфортности, характеризуются уверенностью, эмоциональным благополучием в образовательной среде, высокой удовлетворенностью взаимоотношениями с другими субъектами образовательного процесса (родители, одноклассники, учителя).

- произошло снижение школьной тревожности обучающихся. Показатель высокого уровня тревожности снизился на 18,3%. Большинство обучающихся - 56,7% детей имеют средний уровень тревожности, которые чувствуют себя комфортно, сохраняют эмоциональное равновесие, работоспособность преимущественно в ситуациях, к которым они уже успели адаптироваться, в которых они знают, как себя вести, знает меру своей ответственности. При осложнении ситуации или появления дополнительных трудностей возможно появление тревоги, беспокойства, ощущение напряжения, эмоционального дискомфорта.

- произошло снижение низкого уровня мотивации и повышение высокого уровня мотивации на 24,2% и после реализации сопровождения 46,7% обучающихся имеют продуктивную мотивацию, характеризующейся высокой познавательной направленностью и положительным эмоциональным отношением к учебному процессу.

У 40,8% обучающихся имеют средний уровень учебной мотивации, которые демонстрируют позитивное отношение к учению, сниженную познавательную активность и познавательную мотивацию, побуждающую к приобретению знаний об окружающем мире

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В нашей работе адаптация к образовательному учреждению понимается как процесс привыкания ребенка к школьным требованиям и порядкам, к новым условиям жизни.

Школьная адаптация - это, по сути, тоже своего рода процесс, который подразумевает приспособление ребенка к условиям и требованиям обучения. Изменения внешних условий в связи с переходом на новый уровень обучения по времени совпадают с внутренними изменениями, когда продолжается вступление в подростковый возраст, что, естественно, осложняет процесс адаптации. Пятиклассник еще «ненастоящий» подросток – он младший подросток.

Данный подростковый период характеризуется актуализацией потребности в признании взрослыми. Одно из ключевых психических новообразований пятиклассников – возникновение у подростка «чувства взрослости», содержащего несколько психолого-педагогических противоречий (взрослый и положение пятиклассника; противоречивость в отношениях со взрослыми и др.)

В результате эмпирического исследования были получены данные о сниженных показателях адаптации обучающихся к условиям средней школы. Исследование проводилось на основе структурных составляющих и показателей адаптации, выделенных С.В. Дмитриевой: эмоциональный (школьная тревожность, эмоциональное благополучие); мотивационно-личностного (рефлексия, внутренняя мотивация учения).

Адаптация большинства обучающихся к условиям средней школы характеризуется следующими показателями:

Школьная тревожность характеризуется чувством эмоционального комфорта, сохранением эмоционального равновесия и работоспособности в учебных ситуациях, в которых был опыт осуществления деятельности и взаимодействия с другими. Однако в ситуации неопределенности или

незнакомой учебной ситуации повышается тревога, ощущение неопределенности, беспокойной озадаченности, переживание негативных эмоциональных состояний.

Эмоциональная комфортность обучающихся характеризуется тяготами условиями обучения в средней школе, в некоторых учебных ситуациях обучающиеся испытывают тревогу, неопределённость, ожидают трудности и проблемы.

Внутренняя мотивация учения характеризуется позитивным отношением к учению, сниженной познавательной активностью и познавательной мотивацией, побуждающей к приобретению знаний об окружающем мире.

Проведенное собственное экспериментальное исследование на констатирующем этапе исследования позволило выявить следующие параметра адаптации пятиклассников к обучению в школе.

Эмоциональная комфортность представлена у большинства обучающихся на среднем уровне.

Исследование школьной тревожности обучающихся на констатирующем этапе показало, что большинство обучающихся имеют средний уровень .

Внутренняя мотивация учения представлена у половины исследуемых обучающихся.

Разработанный комплекс мероприятий включает в себя три блока, которые обеспечивают решение поставленных задач: это – работа с обучающимися работа с педагогами (классный руководитель, учителя-предметники) и работа с родителями.

После реализации комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения наблюдается следующая динамика показателей адаптации обучающихся пятого класса:

произошло снижение низкого уровня эмоциональной комфортности, половина обучающихся имеют высокий уровень эмоциональной комфортности;

произошло снижение школьной тревожности обучающихся;

произошло снижение низкого уровня мотивации и повышение высокого

уровня мотивации.

Результаты проведенного экспериментального исследования и динамики показателей психологической адаптации обучающихся пятого класса к обучению в средней школе свидетельствуют об результативности разработанной комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации обучающихся пятого класса.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абатаева П.Н. Социальная адаптация личности // Вестник СПИ. 2020. №3 (35). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-adaptatsiya-lichnosti> (дата обращения: 26.11.2022).
2. Александровская, Э. М. Психологическое сопровождение школьников : Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Э. М. Александровская, Н. И. Кокуркина, Н. В. Куренкова. - М. : Академия, 2002 (ГУП Саратов. полигр. комб.). – 206с.
3. Андреева, Г.М. Социальная психология : учебник для высших учебных заведений / Г.М. Андреева. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва : Аспект Пресс, 2018. — 360 с.
4. Битянова Н.Р. Организация психологической работы в школе. Москва: Совершенство, 1997.
5. Глевицкая В.С. Сущность психолого педагогического сопровождения. [Электронный ресурс]: URL: <http://www.superinf.ru> (дата обращения 26.11.2022).
6. Даль В.И. Толковый словарь русского языка: словарь. Москва: Эксмо, 2007.
7. Жданова М.А., Казакова Е.И., Шипицына Л.М. Психолого-педагогическое консультирование и сопровождение развития ребёнка. Москва: ВЛАДОС, 2003.
8. Жмыриков, А. Н. Диагностика социально-психологической адаптированности личности в новых условиях деятельности и общения : автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.05 / ЛГУ. - Ленинград, 1989. - 15 с.
9. Иванова Г. П., Слухаева М. А. Взаимосвязь самооценки и учебной мотивации младших подростков в процессе школьной адаптации // Акмеология. 2018. №4 (68). URL: [https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-](https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz)

samootsenki-i-uchebnoy-otivatsii-mladshih-podrostkov-v-protssesse-shkolnoy-adaptatsii (дата обращения: 26.11.2022).

10. Ковалевская А.В. Влияние учебной мотивации на успеваемость подростков [Электронный ресурс] // Концепт. — 2015. — № S1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-uchebnoy-motivatsii-na-uspevaemost-podrostkov> (дата обращения: 22.05.2018).

11. Кряжева И. К. Социально-психологические факторы адаптированности личности: Автореферат дис... канд. психол. наук. — М., 1980. — 24 с.

12. Литвиненко Н.В. Адаптация школьников к образовательной среде в критические периоды развития : автореф. дисс. ... д-ра психол. наук. Самара, 2009. 47 с

13. Маслоу А. Мотивация и личность. Текст. / А. Маслоу. — СПб.: Евразия, 2001. — 352 с.

14. Милославова И.А. Понятие и структура социальной адаптации. Л., 1974.

15. Мельникова Н.Н. Диагностика социально-психологической адаптации личности.- Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2004.-57с.

16. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация. Механизмы и стратегии. – М.: ЭКСМО, 2009. – 368 с.

17. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. Москва: ТЦ «Сфера», 2013

18. Овчинникова Г.Г. Социально-психологическая адаптация как фактор становления Я-концепции подростков: дис. ... канд. психол. наук. М., 1997. 1

19. Реан А. А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. - СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2013. - 416 с. - URL: <http://bookza.ru/search.php> (дата обращения 12.01.2015).

20. Свиридов Н.А. Социальная адаптация личности в трудовом коллективе // Социологические исследования. - 1980. - №3. - с. 47 - 48.

21. Семаго М.М. Сопровождение ребенка в образовательной среде. Структурно-динамическая модель. /Сб. науч. тр. кафедры коррекционной педагогики и спец. Психологии. – М.: Изд-во АПКИПРО РФ, 2003.

22. Хапачева С.М. Психолого-педагогические особенности адаптации подростков ко второй ступени обучения [Электронный ресурс] // Концепт. — 2014. — № S11. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osobennosti-adaptatsii-podrostkov-ko-vtoroy-stupeni-obucheniya> (дата обращения: 26.11.2022).

23. Хаустова, А. И. Социально-психологическая адаптация / А. И. Хаустова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 26 (130). — С. 614-617. — URL: <https://moluch.ru/archive/130/36005/> (дата обращения: 26.11.2022).

24. Шустова, Н. Е. Социальная адаптация личности: автореферат дис. ... кандидата социологических наук: 22.00.04 / Саратовский гос. технич. ун-т. - Саратов, 1999. - 18 с.

25. Эриксон, Э. Г. Детство и общество / Эрик Эриксон. - Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2020. - 447 с

26. Яшина М.Н. Истоки теоретических воззрений Э. Эриксона на роль социальных факторов в развитии личности // Дискуссия. 2014. №5 (46). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoki-teoreticheskikh-vozzreniy-e-eriksona-na-rol-sotsialnyh-faktorov-v-razvitii-lichnosti> (дата обращения: 26.11.2022).