

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
ГЛАВА 1. Теоретические основы проблемы исследования	6
1.1. Генезис понятия «адаптация» в современной науке	6
1.2. Особенности адаптации младших школьников к обучению в средней школе	13
1.3. Условия эффективности психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации	20
Выводы по 1 главе	29
ГЛАВА 2. Практические аспекты проблемы исследования	31
2.1 Задачи и содержание эмпирического исследования	31
2.2 Анализ полученных результатов	34
2.3 Методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников в условиях перехода в среднее звено школы	45
Выводы по 2 главе	50
Заключение	52
Список использованной литературы	55
Приложение	61

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлена тем, что при переходе в среднее звено школьники сталкиваются с множеством новых проблем и изменений, которые могут воздействовать на их физическое и эмоциональное состояние, а также на школьную успеваемость. Процесс социальной адаптации играет особую роль не только при поступлении в первый класс, но и при переходе в среднее звено. Актуальность данной проблемы подтверждается наблюдениями за учащимися 10-11 лет.

Переход в среднее звено может коррелировать с физическими и эмоциональными изменениями у обучающихся. Дети могут встретиться с подростковыми проблемами, такими как изменения внешности, рост социальной независимости и преобразование своей личности. Исследование специфики адаптации поможет понять, как данные изменения воздействуют на школьников и что можно предпринять, чтобы минимизировать проблемы детей.

Переход в среднее звено зачастую влечет за собой изменения в учебном процессе, к примеру, более сложными учебными дисциплинами, большим объемом учебного материала и новыми образовательными методами. Исследование особенностей адаптации при переходе в среднее звено поможет определить специфику этих изменений и сформировать стратегии поддержки школьников в усвоении нового учебного материала. Переход в среднее звено также коррелирует с изменением социального окружения. Школьники могут встретиться с новыми одноклассниками, педагогами и правилами. Исследование специфики протекания адаптации поможет понять, как учащиеся формируют новые социальные связи, как они адаптируются к новой школьной атмосфере и какие аспекты могут воздействовать на их социальную интеграцию.

Исследование адаптации школьников в средней школе поможет определить потребности учащихся и выявить необходимые ресурсы и помощь.

Это может охватывать психологическую поддержку, консультации для родителей и педагогов, программы социальной адаптации и прочие меры, которые помогут школьникам успешно адаптироваться к новой школьной обстановке. Исследование адаптации школьников при переходе в средние классы дает возможность лучше осознать потребности учащихся в этом периоде и сформировать продуктивные стратегии поддержки. Это помогает организовать благоприятную школьную обстановку, способствующую эффективной адаптации и развитию школьников. Невзирая на значительное число научных трудов по философии, медицине, психологии, педагогике по данной тематике, исследование вопроса адаптации детей при переходе из начального в основное звено в рамках общеобразовательной школы остается недостаточно исследованным. В связи с этим тема исследования выступает весьма актуальной.

Вопросы изучения особенностей адаптации учащихся при переходе в среднее звено общеобразовательных учреждений рассматривались такими учеными как: С. В. Феоктистова, Л. Е. Тарасова, Н. Л. Сомова, А. К. Маркова, М. В. Максимова, Н. В. Лебедева, Т. А. Крылова, Л. В. Ковинько, Л. С. Выготский и др.

Цель исследования: изучение особенностей адаптации пятиклассников и разработка рекомендаций по организации данного процесса.

Объект исследования: учебно-воспитательный процесс в пятых классах общеобразовательной школы.

Предмет исследования: процесс адаптации учащихся при переходе из начальной в основную школу.

Задачи исследования:

- рассмотреть генезис понятия «адаптация» в современной науке;
- изучить особенности адаптации младших школьников к обучению в средней школе;
- описать условия эффективности психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации;

- описать задачи и содержание эмпирического исследования;
- осуществить анализ полученных результатов;
- описать методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников в условиях перехода в среднее звено школы.

Методы исследования:

Теоретические: анализ и обобщение теоретического материала научных источников по проблеме исследования;

Эмпирические: описание, эксперимент, включенное наблюдение.

Исследование включает в себя введение, две главы, заключение и список литературных источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

1.1 Генезис понятия «адаптация» в современной науке

Понятие «адаптация» имеет древние корни и широко применяется в различных научных дисциплинах. Понятие «адаптация» обладает богатой историей, эволюционируя от биологических основ к более обширным концепциям, охватывающим разнообразные сферы знания. Чарльз Дарвин впервые применял термин «адаптация» в рамках разработанной им концепции эволюции. Ученый рассматривал адаптацию как процесс, влекущий за собой приспособление организмов к внешней среде. Дарвин предположил, что организмы, которые лучше приспособлены к окружающей среде, имеют больше шансов выжить и передать свои гены потомству.

Эволюционная адаптация реализуется по причине естественного отбора, который выступает одним из ведущих эволюционных механизмов. Процесс естественного отбора благоприятствует сохранению и распространению наиболее приспособленных к окружающей среде организмов. Мутации, которые выступают случайными изменениями в генетическом коде организма, имеют важнейшее значение в данном процессе. Отдельные мутации способны привести к формированию новых признаков или качеств, которые делают организмы более эффективными в среде их обитания. Если эти видоизменения повышают шансы выживания и размножения организма, то они могут быть переданы потомству [23].

Со временем позитивные мутации аккумулируются в популяции благодаря естественному отбору, что влечет за собой адаптацию организмов к окружающей среде. Данный процесс дает видам возможность развиваться и результативно приспосабливаться к преобразующимся условиям окружающей среды. Теория Дарвина оказала существенное воздействие на развитие биологии и науки в совокупности.

Жан-Батист Ламарк разработал концепцию «наследования приобретенных признаков», в соответствии с которой изменения, возникающие в процессе приспособления, передаются потомству. Эта теория была отвергнута, но в то время она способствовала пониманию адаптации как механизма выживания. Грегор Мендель в своих исследованиях совершил открытие законов наследственности, которое заложило фундамент для понимания генетических основ адаптации [25].

Адаптации могут выражаться на разных уровнях: морфологическом, физиологическом и поведенческом.

1. Морфологические адаптации:

- Клыки хищников, которые помогают хищникам охотиться на добычу.
- Хвостовые плавники у рыб, которые помогают им перемещаться в воде.
- Длинные шеи жирафов, которые дают им возможность доставать до листьев на верхушках деревьев.

2. Физиологические адаптации:

- Терморегуляция у животных, которая отображена механизмами, позволяющими им регулировать свою температуру тела.
- Способность к накоплению жира, которая дает животным возможность выживать в условиях нехватки пищи.
- Адаптация к условиям недостатка кислорода – например, у высокогорных животных.

3. Поведенческие адаптации:

- Миграция птиц, которая дает птицам возможность избежать неблагоприятных средовых условий в одном регионе и находить более подходящие места для размножения и кормления в других.
- Социальная организация у животных, которая проявляется, например, следующим образом – стая у волков или колония у пчел, что способствует выживанию.

- Поведение обучения у животных, которое проявляется, например, в передаче знаний о поиске пищи от одного поколения к другому [5].

Эти разного рода адаптации дают организмам возможность эффективно приспосабливаться к окружающим условиям и повышать свои шансы на выживание и размножение. Адаптация выступает основополагающим фактором для выживания и эволюции всех живых организмов. Постоянные преобразования в окружающей среде вынуждают организмы приспосабливаться, чтобы эффективно существовать в новых условиях.

Адаптация включает в себя не только видоизменения в строении и функционировании организма, но и приспособление к окружающим условиям. Это активный процесс, который дает организмам возможность выживать и размножаться в разнообразных условиях. Необходимо отметить, что окружающая среда играет важнейшее значение в адаптации, так как живые существа изменяются под воздействием средовых условий. Благодаря процессу адаптации живые существа могут эффективно применять доступные ресурсы, избегать опасностей и конкуренции, что способствует их выживанию и успешному приспособлению к постоянно преобразующимся условиям внешней среды [21].

Существенное расширение концепции адаптации произошло в XX столетии. Адаптация важнейшее значение в экологической науке. Она описывает взаимодействие организмов с окружающей средой, включая факторы, воздействующие на выживание, размножение и распространение живых существ. В современной науке понятие адаптации также повсеместно используется в разнообразных научных областях, таких как психология, социология, экология, экономика и прочие. В психологии адаптация подразумевает способность человека приспосабливаться к преобразующимся условиям жизни, включая социальные, психологические и физические аспекты. В социологии адаптация предполагает процесс вхождения индивида в социальную среду, установление социальных норм и правил.

Современная биологическая концепция адаптации принимает во внимание воздействие естественного отбора, генетической изменчивости и эволюционных процессов. Психология акцентирует значение когнитивных процессов, эмоционального интеллекта и личности в адаптации к стрессовым условиям. В психологии адаптация рассматривается как основополагающий процесс, который дает организму возможность поддерживать гомеостаз – внутреннее равновесие в условиях постоянно преобразующейся окружающей среды. Гомеостаз играет особое значение в поддержании жизнедеятельности и функций живого организма [49].

Теории, такие как теория Гештальтпсихологии и теория интеллектуального развития Жана Пиаже, отображают значимость взаимодействия между индивидом и внешней средой в ходе адаптации. Гештальтпсихология, к примеру, акцентирует совокупное восприятие и осмысление мира посредством организации элементов в единое целое, что также коррелирует с процессом адаптации к внешней среде. Теория Пиаже отображает развитие детского интеллекта как процесс активного взаимодействия между индивидом и внешней средой, в результате чего образуются новые структуры понимания и адаптации к переменам. Концепции психологии, базирующиеся на адаптации и гомеостазе, дают возможность понять, как люди приспосабливаются к постоянно преобразующейся среде и поддерживают внутреннее равновесие для успешного функционирования.

В социологической науке адаптация коррелирует с процессами глобализации, миграции, технологического прогресса и непрерывных социальных преобразований. Адаптация в социологии имеет существенное значение в механизме социализации. Способность людей приспосабливаться к социальным условиям дает возможность им эффективно взаимодействовать с окружающими, а также перенимать их нормы, ценности и воззрения. Подражание поведению окружающих, их жестам и манерам выступает основополагающим механизмом социальной адаптации [42].

Сохранение индивидуальности и осмысление собственной неповторимости также имеет существенное значение в данном процессе. Это дает человеку возможность не просто копировать окружающих, но и формировать личное мнение, развивать собственную личность и находить свое место в социуме. Адаптация в социологии выступает многоаспектным балансом между принятием социальных норм и ценностей и сохранением индивидуальности, что дает индивиду возможность эффективно функционировать в социуме.

Социальная и психологическая адаптация непосредственно коррелируют и воздействуют друг на друга. Социальное поведение индивида образуется под влиянием его психологических специфических черт, а психологическое состояние может иметь влияние на способность к продуктивной социальной адаптации. Адаптация выступает многоаспектным процессом, который охватывает разнообразные аспекты. Адаптация может быть, как пассивной, когда человек непосредственно приспосабливается к преобразованиям во внешней среде, так и активной, когда индивид активно усваивает новые навыки или ситуации для продуктивной адаптации. Способность к адаптации у людей может быть разной и быть обусловленной множеством аспектов, таких как генетические факторы, воспитание, опыт жизни и индивидуальные качества человека [1].

В условиях современности понятие «адаптация» выступает междисциплинарным. Множественные научные исследования сфокусированы на взаимосвязи биологических, психологических и социальных аспектов, воздействующих на адаптацию индивида к разнообразным условиям. Адаптация охватывает различные аспекты жизни людей. К примеру, адаптация к преобразованиям климата все больше выступает ключевой задачей для всего человечества. Стремительное развитие технологий также требует от людей быстрой адаптации к новым условиям. Процессы глобализации и миграции при этом формируют все новые вызовы для адаптации.

В современной науке понятие адаптации используется для описания процесса приспособления организмов к своей среде с помощью различных механизмов. Это может включать физиологические изменения, поведенческие стратегии или эволюционные преобразования. Адаптация позволяет организмам выживать и размножаться в разнообразных условиях, что позволяет им эффективно конкурировать за ресурсы и приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды [6].

Процесс адаптации включает в себя как непосредственное, так и косвенное приспособление, которые происходят под воздействием окружающей среды. Непосредственное приспособление наблюдается при прямом воздействии факторов окружающей среды на организм, в то время как косвенное приспособление происходит через естественный отбор, где приспособленные организмы имеют больше шансов выжить и передать свои гены потомству.

Классификация приспособлений по характеру изменений также представляет большой интерес. Функциональное, обоюдное, пассивное, активное и активистское приспособления демонстрируют разнообразие стратегий, которые используются живыми организмами для адаптации к окружающей среде. Особенно важно отметить активистское приспособление, где организм влияет на свою среду, что показывает, что адаптация может быть не только пассивным процессом, но и активным, основанным на целенаправленной деятельности организма. В целом, адаптация играет ключевую роль в эволюционном процессе, поскольку способствует появлению новых видов и их успешному приспособлению к изменяющимся условиям окружающей среды [39].

Адаптация является комплексным процессом, охватывающим различные уровни организма и включающим в себя множество механизмов и систем. На молекулярном уровне адаптация может проявляться через изменения в генной экспрессии, метаболические процессы и реакции на стресс. На физиологическом уровне она может включать в себя адаптацию

органов и систем организма к различным условиям окружающей среды, таким как изменения температуры, высоты или доступности пищи.

Психологическая адаптация также играет важную роль и включает в себя аспекты эмоционального благополучия, стрессоустойчивости, способности к управлению эмоциями и адаптации к новым социальным ситуациям. Успешная адаптация зависит от слаженной работы всех этих систем и механизмов, а также от уровня тренировки, функционального состояния и психического здоровья [37].

Социальная адаптация представляет собой процесс, включающий несколько важных аспектов:

1. Активное приспособление человека к изменившейся среде с помощью социальных средств: этот аспект означает способность индивида адаптироваться к изменениям в окружающей среде, используя социальные навыки и ресурсы для эффективного функционирования в новых условиях. Это может включать в себя умение находить социальную поддержку, строить отношения и взаимодействовать с другими людьми, чтобы успешно адаптироваться к новым обстоятельствам.

2. Оптимизация взаимоотношений личности и группы: важным аспектом социальной адаптации является способность человека оптимизировать свои взаимоотношения с различными социальными группами, такими как семья, друзья, коллеги или общественные организации. Это включает в себя умение находить баланс между индивидуальными потребностями и ожиданиями социума, что способствует успешной адаптации в различных социальных контекстах.

3. Освоение ребёнком новых социальных ролей и позиций: для детей социальная адаптация включает освоение новых социальных ролей и позиций в обществе. Это процесс, в рамках которого дети учатся взаимодействовать с другими людьми, развивать навыки социального взаимодействия и принимать участие в социальных структурах, таких как школа, игровые группы или спортивные команды [29].

Способность к социальной адаптации зависит от множества факторов, таких как генетические предпосылки, воспитание, опыт, характер и мотивация. Адаптация играет ключевую роль в выживании и развитии как отдельных индивидов, так и обществ в целом, позволяя успешно приспосабливаться к изменяющимся условиям среды и достигать новых целей.

Адаптированность включает в себя как внешние аспекты, такие как приспособление к окружающей среде и социальный статус, так и внутренние факторы, такие как удовлетворенность собой, самоощущение и ощущение смысла жизни. Важно отметить, что процесс адаптации может происходить различными способами и иметь разные последствия для человека. Некоторые люди могут успешно адаптироваться к изменениям, сохраняя при этом свое внутреннее равновесие и уверенность в себе, в то время как для других это может быть более сложным процессом, который вызывает стресс и неудовлетворенность [20].

Таким образом, понятие «адаптация» продолжает эволюционировать в современной науке, отражая сложность и многогранность жизни и человеческого существования. Понятие адаптации играет важную роль в понимании взаимодействия организмов с их окружающей средой и в изучении эволюции живых систем. Понимание процессов адаптации имеет важное значение для понимания и прогнозирования изменений в природных и социальных системах и может быть использовано для разработки новых методов и технологий, способствующих более эффективному приспособлению к изменяющейся среде.

1.2 Особенности адаптации младших школьников к обучению в средней школе

Адаптация младших школьников к обучению в средней школе может быть сложным переходом, так как они сталкиваются с рядом новых вызовов

и изменений. Адаптация младших школьников к обучению в средней школе может быть сложным и стрессовым процессом, так как они переходят из более защищенной и контролируемой среды начальной школы в более самостоятельное и требующее большей ответственности обучение в средней школе. Следует перечислить несколько особенностей адаптации, которые могут быть характерными для младших школьников, переходящих в среднюю школу:

1. Социальная адаптация: для многих детей переход в среднюю школу означает встречу с новыми сверстниками, учителями и другими взрослыми. Это может вызвать стресс из-за необходимости адаптироваться к новой социальной среде, устанавливать новые отношения и находить свое место в коллективе.

2. Академическая адаптация: в средней школе уровень образования часто становится более интенсивным, что требует от учеников большей самостоятельности, организации и усиленной учебной работы. Младшие школьники могут столкнуться с новыми предметами, более сложными заданиями и увеличенной нагрузкой.

3. Физическая и эмоциональная адаптация: переход в среднюю школу также может включать физические и эмоциональные изменения, связанные с подростковым возрастом. Это может повлиять на способность учеников концентрироваться, управлять своими эмоциями и поддерживать физическое благополучие [2].

Для успешной адаптации младших школьников к средней школе важна поддержка со стороны родителей, учителей и школьных консультантов, которые могут помочь им преодолеть эти вызовы и развить навыки, необходимые для успешной учебы и социальной жизни в новой среде. Переход из начальной школы в среднюю – это важный этап в жизни ребенка, который сопровождается рядом изменений и требует от него определенной адаптации. Следует указать основные особенности адаптации.

1. Изменение образовательной среды:

- увеличение учебной нагрузки: в средней школе увеличивается количество предметов, увеличивается объем учебного материала, усложняются требования к знаниям и умениям. В средней школе ученикам приходится привыкать к более интенсивному и объемному учебному процессу, который требует больше самостоятельности, самоконтроля и организации времени. В средней школе детям приходится выполнять больше домашних заданий, что требует от них большей самостоятельности, трудолюбия и организации.

- смена учителей: ребенок встречается с новыми учителями, у которых свой стиль преподавания и требования, что может усложнить для него усвоение информации и организации своей учебной деятельности.

- новые правила: в средней школе действуют новые правила и режим, к которым ребенку нужно приспособиться. В средней школе дети сталкиваются с новыми социальными нормами, группами сверстников и учителями, что может вызвать у них чувство неуверенности и изоляции. В средней школе детей ждут новые требования к уровню знаний, навыков и самодисциплине, что может быть вызывающим и стимулирующим фактором для адаптации [Венгер].

2. Психологические особенности адаптации:

- тревожность и неуверенность: ребенок может испытывать тревожность из-за неизвестного, неуверенность в своих силах и страх не справиться с новыми требованиями.

- стресс и усталость: повышенная учебная нагрузка, новые учителя и коллектив могут вызывать стресс и усталость у ребенка.

- изменение роли в семье: ребенок станет старше и самостоятельнее, что может повлиять на его отношения с родителями.

3. Факторы, влияющие на адаптацию:

- индивидуальные особенности ребенка: его темперамент, уровень самостоятельности, способность к адаптации к новым условиям.

- подготовка к переходу: уровень подготовки ребенка к обучению в средней школе.

- поддержка родителей и учителей [62].

4. Проявления адаптации:

- поведенческие изменения: ребенок может стать более замкнутым или раздражительным, у него могут появиться проблемы с учебой или поведением.

- физические симптомы: у ребенка могут появиться головные боли, боли в животе, нарушения сна.

- эмоциональные изменения: ребенок может стать более тревожным, нервным, неуверенным в себе [60].

Для успешной адаптации младших школьников к обучению в средней школе важно поддерживать их эмоциональное благополучие, помогать им развивать навыки самоорганизации, адаптироваться к новым условиям обучения и находить поддержку учителей, родителей и сверстников. Период от 10 до 11 лет является критическим для развития детей, так как происходят значительные изменения в их психике, мышлении и восприятии окружающего мира. В этом возрасте дети начинают активно формировать свое теоретическое мышление, что означает, что они способны абстрагироваться от конкретных ситуаций и начинают рассматривать более сложные и абстрактные концепции.

Этот период также связан с развитием рефлексии у детей, что позволяет им лучше понимать свои психические процессы, свои мысли и эмоции. Это важный этап в формировании личности, так как дети начинают развивать собственные взгляды, мнения и становятся более самостоятельными в понимании своей значимости и роли в образовании. Для учителей и родителей важно учитывать эти изменения при работе с детьми этого возраста. Поддержка и поощрение развития мышления, рефлексии и формирования собственных взглядов помогут детям успешно преодолевать этот переходный период и развивать свои способности [59].

В этом периоде дети активно развивают свои умственные способности, логическое мышление и речевые навыки. Кроме того, формирование произвольности психических процессов и способности к саморегуляции играют ключевую роль в их развитии. Учебная деятельность становится основой для формирования мотивации и личностного развития. Средняя школа предъявляет более глубокие требования к мотивации учебной деятельности, включая развитие интереса к самообразованию, понимание смысла учения для себя и ориентацию на получение знаний.

Современная школьная среда представляет собой сложную социальную систему, в которой учебные успехи и социальные отношения играют важную роль. Важно осознавать, что в этом возрасте дети начинают формировать свою самооценку и определять свое место в социальной и учебной иерархии. Понимание этих аспектов поможет педагогам и родителям создавать подходящие условия для развития учеников, включая поддержку их учебных успехов, стимулирование познавательной активности, а также формирование навыков социальной адаптации и эмоционального самочувствия. Важно помогать детям развивать здоровые отношения со сверстниками, учить их конструктивному общению и решению конфликтов. Также необходимо обеспечить поддержку в переходном периоде из начальной в среднюю школу, помогая им адаптироваться к новым условиям обучения и социальным взаимодействиям [40].

Переход из начальной школы в среднее звено школы действительно несет с собой ряд плюсов и возможностей для развития учеников. Следует привести несколько из них:

1. Самопознание: переход в среднюю школу помогает детям лучше понять свои сильные и слабые стороны, что способствует формированию здоровой самооценки и самопонимания.

2. Социализация: в новой среде ученики учатся взаимодействовать с разными людьми, что помогает им развивать социальные навыки, учиться адаптироваться к различным ситуациям и строить отношения.

3. Развитие умственных способностей: увеличение объема информации и сложности учебных программ в средней школе способствует развитию когнитивных навыков учеников, таких как аналитическое мышление, умение решать проблемы и т.д.

4. Подготовка к будущему: средняя школа помогает учащимся освоить более сложные предметы и подготовиться к дальнейшему образованию или профессиональной деятельности.

5. Преемственность в обучении и развитии: учет психологических особенностей учеников на разных этапах обучения помогает создать более гармоничную систему образования, обеспечивая преемственность и поддержку на всех этапах развития ребенка [42].

Важно, чтобы учителя, родители и другие взрослые оказывали поддержку детям в этот период, помогая им справляться с новыми вызовами, развиваться и успешно преодолевать кризисные моменты, которые могут возникнуть при переходе в новую школьную среду.

Социальные и психолого-педагогические факторы имеют огромное значение для формирования успешной учебной среды и личностного развития учеников, что в существенной мере усложняет процесс адаптации детей при переходе в среднее звено. Следует перечислить наиболее существенные из этих факторов:

1. Падение жизненного уровня части населения: это может привести к недостатку доступных ресурсов для обучения, низкому мотиву и ограниченным возможностям для саморазвития.

2. Отсутствие нормальных условий для развития и обучения детей: недостаток доступных ресурсов, плохие условия в школах, а также отсутствие доступной инфраструктуры могут серьезно затруднять обучение и развитие детей.

3. Неблагоприятный микроклимат в семьях из-за увеличения числа родителей-алкоголиков: это может привести к негативному воздействию на

психологическое состояние детей, создавая проблемы в обучении и поведении.

4. Равнодушие части учителей к успехам и трудностям учеников: это может создавать негативную образовательную среду, лишая учеников поддержки и мотивации.

5. Неподходящий стиль работы учителей: негативное воздействие учителей на учеников может препятствовать развитию мотивации к обучению, самостоятельности и уверенности в себе [58].

Для решения этих проблем необходимо внимательное изучение каждой конкретной ситуации и принятие целенаправленных мер, таких как обучение педагогов методам работы с подростками, создание программ работы с семьями, а также обеспечение доступности качественного образования для всех слоев общества.

Понимание готовности к обучению в средней школе играет важную роль в формировании образовательной среды. Следует перечислить несколько ключевых аспектов, которые влияют на успешное обучение в этом возрасте.

1. Развитие учебной мотивации: важно, чтобы ученики развивали интерес к учению и видели его ценность. Поддержка ученической мотивации способствует формированию познавательной активности и самостоятельности, что важно для успешного обучения.

2. Формирование новообразований: развитие произвольности, рефлексии и понятийного мышления является ключевым аспектом в развитии школьников. Эти навыки помогают детям осознавать свои действия, развивать собственное мнение и регулировать свою учебную деятельность.

3. Установление взрослых взаимоотношений: важно помочь учащимся перейти от более детских отношений к более «взрослым» взаимодействиям с учителями и сверстниками. Это включает в себя формирование статуса ученика, развитие навыков социального взаимодействия и формирование эмоционального благополучия через отношения с окружающими [7].

Исходя из этого, важно создать образовательную среду, которая поддерживает развитие учебной мотивации, формирование новообразований и развитие социальных навыков, что способствует успешному обучению и личностному развитию учеников в средней школе.

Социальная адаптация играет критическую роль в жизни учащихся, особенно в периоды кардинальных изменений, таких как переход от одной ступени образования к другой. Важно учитывать эмоциональное состояние детей в этот период и предоставлять им поддержку.

1. Эмоциональная поддержка: для успешной адаптации учащихся важно создать эмоционально поддерживающую среду, где они могут выражать свои тревожные мысли и чувства. Разговоры, направленные на помощь в понимании новых ожиданий и норм поведения, могут помочь смягчить эмоциональный дискомфорт.

2. Индивидуализация обучения: учителям следует стремиться к пониманию индивидуальных потребностей каждого ученика, особенно в периоды изменений. Это позволит им адаптировать учебные программы и методики обучения для поддержки всех учеников, включая тех, кто может испытывать большой стресс или тревожность.

3. Поддержка физического здоровья: учителям и администрации школы следует также обращать внимание на физическое здоровье учеников. Предоставление возможностей для физической активности и забота о здоровом образе жизни может помочь справиться с психическим напряжением.

4. Профессиональная подготовка учителей: обучение учителей в области психологии адаптации и понимание различных методов поддержки учеников в периоды изменений являются ключевыми компонентами успешной адаптации [Денисова].

Таким образом, для организации успешной адаптации учащихся при переходе из начальной школы в среднее звено важно создать образовательную среду, которая способствует не только академическому успеху, но и

эмоциональному благополучию учащихся, что в свою очередь поможет им успешно адаптироваться к новым условиям обучения.

1.3 Условия эффективности психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации

Переход из начальной школы в основную школу действительно является значительным этапом в развитии учащихся. В этот период многие дети сталкиваются с различными эмоциональными и учебными вызовами, связанными как с изменением образовательной среды, так и с физиологическими и психологическими изменениями, характерными для переходного возраста. Учитывая все эти аспекты, важно обеспечить адекватную поддержку и сопровождение для учащихся в период перехода из начальной школы в основную. Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации играет важную роль в успешной адаптации учащихся. Следует перечислить несколько условий, которые могут способствовать эффективности такого сопровождения:

1. Индивидуальный подход: эффективное сопровождение требует учета индивидуальных потребностей каждого ученика. Каждый человек уникален, поэтому важно учитывать особенности личности и потребности каждого индивида при проведении психолого-педагогического сопровождения. Необходимо разрабатывать индивидуальные программы и стратегии поддержки для каждого адаптирующегося. Психологи и педагоги должны уметь адаптировать свои методики под конкретные потребности каждого ученика, учитывая их эмоциональное состояние, уровень адаптации и индивидуальные особенности [22].

2. Сотрудничество с семьей: важно включать семью в процесс адаптации. Родители и близкие играют важную роль в успешной адаптации человека к новым условиям. Поэтому важно вовлекать их в процесс сопровождения, обеспечивать им информацию и поддержку, помогать им

развивать навыки общения и взаимодействия с адаптирующимся. Родители могут предоставить ценную информацию о ребенке, его потребностях и особенностях, что поможет психологам и педагогам более точно настроить поддержку.

3. Профессиональная компетентность специалистов: психологи и педагоги, работающие с учащимися в период адаптации, должны обладать соответствующей профессиональной компетентностью. Это включает в себя знание теорий развития, понимание психологических особенностей разных возрастных групп, а также навыки работы с детьми, испытывающими стресс или тревожность. Эффективность психолого-педагогического сопровождения адаптации к обучению на среднем этапе обучения в школе во многом зависит от квалификации и опыта специалиста, который работает с адаптирующимся. Важно, чтобы специалист был профессионально подготовлен, имел опыт работы с подобными группами и обладал необходимыми знаниями и навыками [10].

4. Создание безопасной и поддерживающей образовательной среды: школьная среда должна способствовать чувству безопасности и принятия для учеников. Это включает в себя не только физическую безопасность, но и поддержку со стороны педагогов и одноклассников.

5. Системный подход: эффективность адаптации зависит от того, насколько хорошо специалист сможет организовать взаимодействие с окружающей обстановкой и создать благоприятные условия для успешной адаптации. Важно учитывать влияние социальных, психологических и педагогических факторов на процесс адаптации [14].

6. Мониторинг и оценка: психологи и педагоги должны проводить мониторинг состояния адаптации учащихся и оценивать эффективность предоставляемой поддержки. Это позволяет своевременно корректировать подходы и методики работы. Специалист должен быть на связи с адаптирующимся, быть готовым помочь и поддержать в любой ситуации.

7. Постоянное обучение и развитие: специалисты, занимающиеся психолого-педагогическим сопровождением, должны постоянно совершенствовать свои навыки и знания, следить за новыми методиками и подходами в области психологии и педагогики [27].

Соблюдение этих условий способствует более эффективному психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации учащихся и помогает создать благоприятные условия для успешной социальной и учебной адаптации.

Переход из начальной школы в основную школу часто сопровождается изменениями в отношении учебной деятельности учащихся. В этот период многие дети начинают проявлять большую независимость и стремление к самостоятельной работе. Они могут начать проявлять интерес к различным видам деятельности, включая самостоятельное обучение вне школьной программы. Снижение интереса к учебе в школе в период перехода из начальной школы в основную школу может быть связано с различными факторами, включая физиологические и психологические изменения, а также изменения во взглядах на окружающий мир и формирование собственных взглядов и мнений [30].

Важно учитывать эти изменения при организации образовательного процесса. Педагоги и родители могут помочь поддержать учащихся, предлагая им возможности для самостоятельного и целенаправленного обучения, а также поощряя развитие их собственных взглядов и мнений. Это также может включать создание стимулирующей образовательной среды как внутри, так и за пределами школы, чтобы учащиеся могли развивать свои интересы и умения вне учебных программ.

При этом следует принимать во внимание, что семья ребенка также имеет существенное значение в эффективной адаптации детей при переходе в среднее звено школы. Выявляются общие рекомендации для родителей по адаптации детей при переходе из начальной школы в среднее звено:

- Подготовка к переходу: следует заранее рассказать ребенку о правилах средней школы, о новых учителях.

- Поддержка и понимание: необходимо создать атмосферу доверия и поддержки.

- Помощь в учебе: следует помочь ребенку организовать свой учебный процесс, контролировать его занятия, помогать ему с домашними заданиями.

- Общение с учителями: целесообразно регулярно общаться с учителями ребенка, интересоваться его успеваемостью и поведением, задавать вопросы о его адаптации.

- Развитие самостоятельности: постепенно следует увеличивать самостоятельность ребенка, доверять ему ответственность за свои действия и успехи.

- Поощрение успехов: не следует забывать поощрять ребенка за его успехи, хвалить его за старания и усилия [61].

Переход в подростковый возраст может привести к изменению отношения к учению у некоторых детей. Это связано с рядом факторов, таких как физические и эмоциональные изменения, социальные влияния и поиск своей самостоятельности. В этом возрасте дети начинают проявлять больше интереса к своим личным предпочтениям и хобби, что может отвлекать их от школьных занятий. Они также могут начать сомневаться в значимости школьного образования и задаваться вопросами о его релевантности для своей жизни.

Кроме того, подростки могут столкнуться с различными проблемами адаптации, как внутри школы, так и вне ее. Конфликты с учителями и одноклассниками, а также низкая самооценка и неуверенность могут привести к отрицательному отношению к учебе. Однако, не все дети испытывают эти трудности. Некоторые подростки сохраняют интерес к учению или находят новые способы познания и саморазвития. Важно помнить, что каждый ребенок уникален и может иметь свои индивидуальные особенности и потребности. Для помощи детям в переходном периоде важно создать поддерживающую и

стимулирующую обстановку. Это может включать в себя поощрение интересов и талантов ребенка, создание возможностей для самостоятельного обучения и развития, а также поддержку со стороны родителей, учителей и школьных психологов [Лебедева].

Переходный период для подростков действительно связан с множеством изменений и вызывает сильные эмоциональные переживания. Взаимоотношения с одноклассниками играют важную роль в этом процессе, поскольку подростки начинают осознавать себя как членов общества и активно сравнивать себя с другими. Появление негативных самооценок и потребность в положительной оценке себя в целом – это типичные черты переходного периода. Подростки могут столкнуться с различными эмоциональными вызовами, связанными с самопониманием, самооценкой и взаимоотношениями с окружающими.

Важно помочь подросткам развивать здоровую самооценку, уверенность в себе и умение конструктивно относиться к своим недостаткам. Поддержка со стороны родителей, учителей и психологов может помочь подросткам преодолеть эти вызовы и успешно адаптироваться к новым социальным ролям. Самовоспитание и работа над личностным развитием могут стать ключевыми инструментами для формирования здоровой и уверенной личности в переходный период. Поддержка и понимание окружающих играют важную роль в этом процессе [24].

В переходный период подростки стремятся к самостоятельности и уважению со стороны взрослых, в том числе и учителей. Они хотят чувствовать себя взрослыми и принимать ответственность за свои поступки, но часто не знают, как это сделать. Учителя могут помочь подросткам развивать чувство взрослости, предоставляя им возможности для самостоятельности и инициативы. Это может быть достигнуто через различные проекты, задания и дискуссии, которые позволяют учащимся выражать свои мнения и идеи, принимать решения и работать в команде. Кроме того, учителя могут помочь подросткам развивать свои навыки

социальной адаптации и управления эмоциями, что также является важным аспектом формирования чувства взрослости. Важно помнить, что учителя играют важную роль в формировании личности подростков и их отношений к обучению. Предоставление возможностей для саморазвития и самовыражения помогает подросткам развивать свои способности и чувство взрослости [41].

Переход к предметному обучению в средней школе представляет новые вызовы для учеников. В этом возрасте дети начинают осознавать свои способности и интересы в различных предметах. Каждый предмет требует определенных навыков и подходов к изучению, поэтому ученикам может потребоваться время, чтобы адаптироваться к новой системе обучения. Важно, чтобы учитель учитывал специфику каждого предмета и помогал ученикам развивать не только знания, но и специфические навыки, необходимые для успешного овладения каждым предметом. Это может включать логическое мышление, аналитические способности, творческое мышление и другие навыки, зависящие от конкретного предмета.

Кроме того, важно помнить, что ученики имеют разные способности и интересы. Они могут быть сильными в одном предмете и слабыми в другом. Это нормально и не должно снижать их самооценку. Учитель должен помогать каждому ученику раскрыть свой потенциал и развить интерес к учению, даже если это означает более индивидуальный подход к каждому ученику. Самооценка играет важную роль в успехе ученика. Уверенность в своих способностях и вера в себя могут стать мощным стимулом для развития [38].

Поэтому учителя должны создавать поддерживающую и мотивирующую обстановку в классе, где каждый ученик чувствует себя ценным и может раскрыть свой потенциал. В целом, период средней школы является временем, когда ученики начинают формировать свое отношение к учебе и развивать навыки самостоятельного обучения. Учителя играют важную роль в этом процессе, помогая ученикам обрести веру в свои возможности и развить интерес к учению.

Переходный этап может быть сложным для детей и их родителей, особенно когда речь идет о переходе из начальной школы в основную. Новые учителя, новые требования и новые социальные динамики могут вызывать стресс и неудобства у детей. Ключевым фактором в успешной адаптации является коммуникация между учителями, родителями и учениками. Учителя должны понимать, что дети находятся в переходном возрасте и могут испытывать стресс, и должны стараться создать поддерживающую обстановку в классе. Родители, в свою очередь, должны понимать, что новые требования могут быть трудными для детей и должны поощрять их в учебе и социальном развитии [64].

Важно также помнить, что каждый ребенок уникален и имеет свои индивидуальные потребности. Учителя и родители должны работать вместе, чтобы создать индивидуальные планы обучения и поддержки для каждого ребенка. Наконец, важно помнить, что переходный возраст – это естественный этап развития, который может иметь как позитивные, так и негативные стороны. Важно помнить, что дети проходят через этот этап и будут продолжать развиваться и расти. С подходящей поддержкой и коммуникацией, они смогут преодолеть любые трудности и достичь успеха в учебе и жизни.

Важно создать поддерживающую и доброжелательную среду, где ученики могут чувствовать себя комфортно и принимаемыми. Работа с родителями является неотъемлемой частью успешной адаптации. Родительские собрания и информационные встречи помогут родителям понять особенности обучения и подготовиться к возможным трудностям. Важно также обсудить первые успехи и трудности детей, а также предложить поддержку как им, так и их родителям. Работа с учителями также играет ключевую роль. Разработка программ адаптационного периода, учет индивидуальных особенностей детей и создание доброжелательной атмосферы помогут учителям эффективно поддерживать учеников в переходный период [43].

Важно также провести анализ результатов адаптационного периода с целью дальнейшего совершенствования методов работы. Работа с детьми должна быть направлена на их взаимное знакомство, создание правил и сплочение коллектива. Это поможет детям ощутить себя частью нового сообщества и развить чувство принадлежности к школе. В целом, эти меры помогут создать благоприятные условия для успешной адаптации детей в школе и способствовать их психическому развитию, готовности к изменениям и формированию положительного образа школьника.

Личностно-ориентированный подход в образовании играет ключевую роль в успешной адаптации детей и формировании их личности. Следует перечислить основные принципы и преимущества такого подхода:

1. Признание ребенка субъектом развития: уважение личности ребенка как активного участника процесса обучения и воспитания способствует его саморазвитию и самопознанию.

2. Индивидуальная траектория обучения: у каждого ребенка уникальные способности, интересы и темп обучения. Поддержка индивидуальной траектории помогает развивать потенциал каждого ученика.

3. Сопровождающая позиция педагога: педагог выступает в роли наставника, поддерживая и направляя ученика в его учебном пути, а не диктующего авторитарного наставника.

4. Внутриличностное содержание образования: основное внимание уделяется формированию личностных качеств, ценностей и навыков, способствующих развитию ученика как личности.

5. Продуктивный компонент образования: подчеркивается активное творческое участие ученика в образовательном процессе, что способствует развитию его творческого мышления, критического мышления и самостоятельности [12].

Личностно-ориентированный подход способствует не только успешной адаптации детей в учебном учреждении, но и их полноценному развитию как

личностей, готовых к самостоятельной жизни и продуктивной профессиональной деятельности.

Психолого-педагогическое сопровождение класса играет важную роль в успешной адаптации школьников, особенно при переходе из начальной школы в основную. Этот период может быть весьма стрессовым для детей, и поэтому важно создать поддерживающую и стимулирующую обстановку в школе. Учитель, как лидер класса, должен обладать определенными качествами, такими как общительность, доброжелательность, склонность к сотрудничеству и тактичность. Эти качества помогут учителю установить доверительные отношения с учениками и создать атмосферу взаимопонимания и поддержки.

Сотрудничество между учителями, администрацией школы, родителями и психологами также играет важную роль в успешной организации процесса адаптации учащихся. Совместные усилия всех заинтересованных сторон помогут создать благоприятные условия для адаптации, обеспечат гармоничное развитие личности ребенка и поддержат активное взаимодействие семьи, учителей и психологов. Этот комплексный подход способствует не только успешной адаптации детей, но и формированию здорового коллектива, сплоченной команды и благоприятной образовательной среды [10].

Таким образом, адаптация к средней школе – это индивидуальный процесс, который может занимать разное время у разных детей. Главное – проявить терпение, поддержку и понимание к ребенку в этот важный период его жизни. Понимание особенностей переходного возраста и предоставление соответствующей поддержки педагогом и родителями поможет учащимся успешно преодолеть эти вызовы и развить необходимые навыки для успешного продолжения учебы.

Выводы по 1 главе

В современной науке понятие адаптации используется для описания процесса приспособления организмов к своей среде с помощью различных механизмов. Процесс адаптации включает в себя как непосредственное, так и косвенное приспособление, которые происходят под воздействием окружающей среды. Адаптация играет ключевую роль в выживании и развитии как отдельных индивидов, так и обществ в целом, позволяя успешно приспосабливаться к изменяющимся условиям среды и достигать новых целей.

Для организации успешной адаптации учащихся при переходе из начальной школы в среднее звено важно создать образовательную среду, которая способствует не только академическому успеху, но и эмоциональному благополучию учащихся. Разработка программ адаптационного периода, учет индивидуальных особенностей детей и создание доброжелательной атмосферы помогут учителям эффективно поддерживать учеников в этот непростой переходный период. Ключевым фактором в успешной адаптации к обучению на среднем этапе в школе является продуктивная, гармоничная коммуникация между учителями, родителями и учениками.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Задачи и содержание эмпирического исследования

Исследование проводилось в МАОУ СОШ № 53. В данном исследовании приняло участие 48 человек, возраст испытуемых 10-11 лет. Испытуемые были ознакомлены с целью исследования и правилом конфиденциальности. В данном исследовании применялись следующие методики:

1. Тест (опросник) школьной тревожности Филлипса – для оценки психоэмоционального состояния испытуемых, определения уровня и характера школьной тревожности у детей младшего и среднего школьного возраста;

2. Методика исследования самооценки личности «Лесенка» – для определения самооценки;

3. Методика диагностики межличностных отношений (социометрия) Дж. Л. Морено – для определения социометрического статуса и уровня удовлетворенности межличностными отношениями в группе;

Материалы по методикам представлены в Приложении А.

1. Тест (опросник) школьной тревожности Филлипса

Тест Филлипса переведен и адаптирован Е.В. Новиковой. Данный опросник позволяет оценить не только общий уровень школьной тревожности, но и определить сферу ее проявления. Опросник предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов и включает 8 факторов:

1. Общая тревожность в школе – общее эмоциональное состояние, связанное с различными формами включения ребенка в жизнь школы.

2. Переживание социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего, со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата.

4. Страх самовыражения – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

2. Методика исследования самооценки «Лесенка»

Данная методика предназначена для изучения самооценки детей различных возрастных групп – старшего дошкольного, младшего и среднего школьного возраста – представляет собой важный инструмент для измерения уровня самооценки личности в различных аспектах. Шкалы самооценки, такие как здоровье, интерес к учебе, уверенность в себе, успешность в учебе, авторитет у одноклассников, красота и поведение в школе, позволяют оценить разнообразные аспекты самооценки учащихся.

3. Социометрическая методика Дж. Л. Морено

Социометрический статус играет важную роль в социальной динамике класса. Он отражает, как ученики воспринимают друг друга и какие отношения между ними сложились. «Лидер» группы обычно обладает высоким социометрическим статусом, так как он пользуется широкой популярностью и уважением в классе. С другой стороны, «отвергнутый» имеет низкий социометрический статус из-за негативных отношений со сверстниками. Измерение социометрического статуса позволяет понять динамику взаимодействия между учащимися, выявить особенности их взаимоотношений, а также помочь в идентификации потенциальных проблемных ситуаций. Работа с социометрическим статусом может помочь педагогам и психологам создать более поддерживающую и включающую атмосферу в классе, а также разработать программы социальной адаптации для учеников с разными социометрическими статусами.

Индекс удовлетворенности межличностными отношениями в классе может быть определен как процент взаимных выборов, сделанных конкретным учеником в группе. Другими словами, это отношение количества взаимных выборов (когда ученик выбран другими учениками и выбирает их в ответ) к общему числу выборов, сделанных этим учеником. Этот индекс может служить важным инструментом для измерения уровня взаимодействия и удовлетворенности взаимными отношениями в классе. Более высокий процент взаимных выборов может указывать на более положительные и поддерживающие межличностные отношения в классе, в то время как более низкий процент может свидетельствовать о проблемах во взаимодействии и социальной динамике.

В социометрии измерение происходит путем опроса каждого члена группы с целью установления их предпочтений в отношении других участников группы. Члены группы могут быть попрошены выбрать других участников, с которыми они предпочли бы работать, общаться или взаимодействовать в различных ситуациях.

Социометрия может быть полезным инструментом для оценки благополучия взаимоотношений в группе. Оценка уровня благополучия взаимоотношений, основанная на социометрических данных, позволяет определить, насколько хорошо индивиды в группе воспринимают друг друга и какие динамики присутствуют в их взаимодействии.

Если сумма количества «Звезд» и «Предпочитаемых» больше, чем количество «Пренебрегаемых» и «Изолированных», это указывает на высокий уровень благополучия взаимоотношений в группе. Это означает, что большинство участников группы пользуются поддержкой и признанием со стороны своих сверстников. Если эти показатели равны, то уровень благополучия считается средним. Это может указывать на то, что в группе есть как положительные, так и негативные взаимоотношения, но нет явного доминирования одного типа отношений. Если количество «Звезд» и «Предпочитаемых» меньше, чем количество «Пренебрегаемых» и «Изолированных», то уровень благополучия считается низким. Это может свидетельствовать о проблемах взаимодействия и социальной интеграции в группе.

2.2 Анализ полученных результатов

1. Тест школьной тревожности Филлипса позволяет диагностировать учащихся по восьми факторам школьной тревожности: общая тревожность в школе, переживание социального стресса, фрустрация потребности в достижении успеха, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Данные о количестве испытуемых с разными уровнями «Общего показателя школьной тревожности» представлены на рисунке 1.

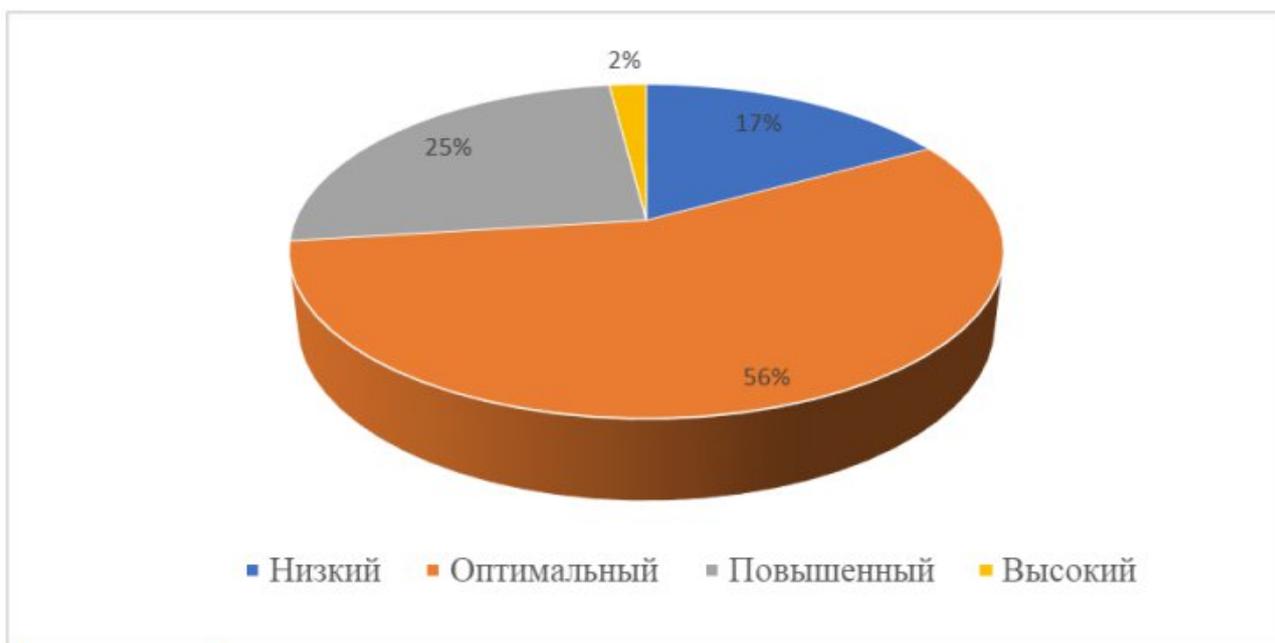


Рисунок 1 – Процентное распределение пятиклассников с разными уровнями «Общего показателя школьной тревожности»

Количественный анализ результатов в целом по выборке показал, что:

— 17 % имеют пониженный уровень общей школьной тревожности.

Научно обосновано, что некоторый уровень тревожности может быть полезным и мотивирующим для выполнения задач. Это известно, как концепция «оптимальной тревожности» или «оптимального уровня активации». Умеренный уровень тревожности может стимулировать человека к более эффективному выполнению задачи и помочь сосредоточить внимание на важных аспектах.

Однако, когда уровень тревожности слишком низок или, наоборот, чрезмерно высок, это может негативно повлиять на способность человека эффективно решать задачи. Низкий уровень тревожности может привести к равнодушию, отсутствию интереса к задаче или недостаточной мотивации для ее выполнения. В таких случаях человек может испытывать трудности с концентрацией и проявлением интереса к процессу обучения. Поэтому важно обеспечить эмоциональную включенность школьников в учебный процесс, учитывая индивидуальные особенности каждого ученика. Поддержка со стороны педагогов, создание поддерживающей и стимулирующей

образовательной среды, а также разнообразные методики работы с учащимися могут помочь поддержать оптимальный уровень тревожности и эмоциональную вовлеченность школьников в обучающий процесс.

— 56 % имеют оптимальный уровень школьной тревожности. Умеренный уровень тревожности может оказать позитивное организующее и мобилизующее влияние на поведение школьников. Это связано с тем, что некоторая степень тревожности может помочь учащимся сфокусироваться, быть более бдительными и мотивированными к выполнению поставленных задач. Когда уровень тревожности находится в оптимальной зоне, он может стимулировать учеников к активной работе, повышая их концентрацию, внимание и желание достичь успеха. Этот адекватный уровень нервного напряжения может способствовать более эффективному решению учебных задач.

— 25 % имеют повышенный уровень школьной тревожности.

— 2 % имеют высокий уровень школьной тревожности.

В совокупности 27 % испытуемых из выборки имеют повышенный или высокий уровень общего показателя школьной тревожности. Повышенный или высокий уровень школьной тревожности у детей может иметь негативные последствия как для их эмоционального, так и физического здоровья. Постоянное избыточное напряжение, беспокойство и неуверенность могут отрицательно сказываться на общем благополучии ребенка. Дети с высоким уровнем школьной тревожности могут столкнуться с различными проблемами, такими как затруднения в общении со сверстниками, трудности в учебе, а также более высокий риск развития эмоциональных и психосоматических расстройств в долгосрочной перспективе. Данные о процентном распределении пятиклассников с разными уровнями тревожности по восьми факторам школьной тревожности представлены на рисунке 2.

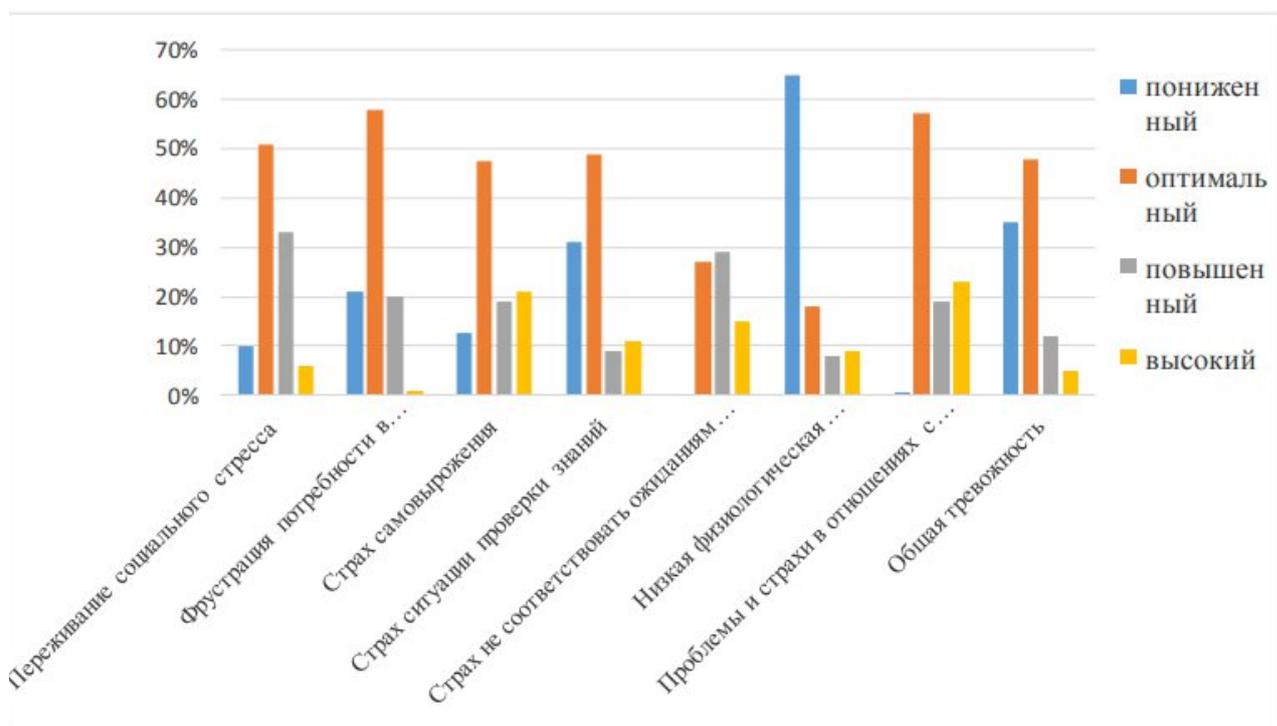


Рисунок 2 – Процентное распределение пятиклассников с разными уровнями тревожности по восьми факторам школьной тревожности

Основываясь на сравнительном анализе данных процентного распределения испытуемых по уровням тревожности по всем факторам школьной тревожности можно сделать вывод, что наибольший процент учащихся с высоким уровнем тревожности наблюдается по факторам «Страх самовыражения» (21 %) и «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» (23 %).

Интерес представляет также совокупное процентное распределение школьников по повышенному и высокому уровням тревожности по всем факторам, так как это дает представление о тех факторах школьной тревожности, которые наиболее значимы для большого числа испытуемых, оказывают наибольшее влияние на эмоциональное благополучие школьников в данной выборке. Указанное распределение представлено на рисунке 3.

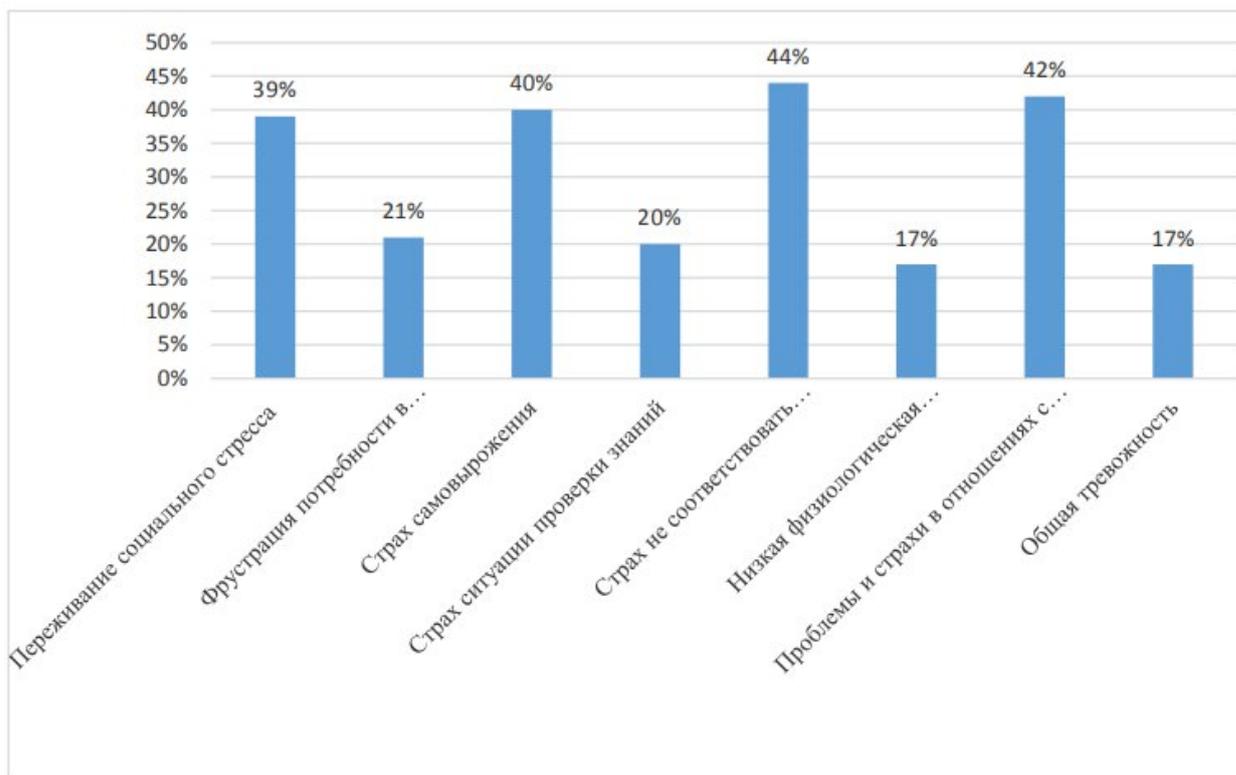


Рисунок 3 – Процентное распределение школьников с высоким и повышенным уровнями тревожности по всем факторам тревожности

Наибольшее количество респондентов с высоким и повышенным уровнями тревожности по выборке в целом распределилось по следующим факторам:

1. «Переживание социального стресса» – 39 %, из них для 33 % характерен повышенный уровень, для 6 % – высокий).
2. «Страх самовыражения» – 40 %, из них 19 % имеют повышенный уровень тревожности по данному фактору, 21 % – высокий уровень.
3. «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» у 44 %. У 29 % школьников повышенный уровень тревожности по данному фактору, у 15 % – высокий.
4. «Проблемы и страхи в отношениях с учителем» выявлены у 42 %. Из них у 45 % выявлен повышенный уровень тревожности по этому фактору, а у 55 % – высокий уровень.

Большое количество испытуемых с повышенным и высоким уровнем тревожности по данным факторам указывает на переживание негативного

эмоционального фона школьниками, что, вероятно, связано с различными факторами: учебной деятельностью, социальными аспектами школьной жизни. Сложности в межличностном общении, адаптация к новой школьной среде, высокие требования со стороны педагогов, которые могут не соответствовать возможностям и способностям детей, – все это может оказывать давление на школьников и способствовать развитию тревожности. Это подчеркивает важность создания поддерживающей и благоприятной образовательной среды, где учителя могут адаптировать свои методики к потребностям учеников, учитывая их индивидуальные особенности. Также важно обеспечить поддержку и помощь школьникам в адаптации к новой школьной жизни и обучению.

Меньше всего выявлено испытуемых с повышенным и высокими показателями тревожности по факторам «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» и «Общая тревожность в школе». Они составляют 17 % для каждого фактора по всей выборке.

Таким образом, можно сделать вывод, что наиболее фрустрирующими эмоциональную сферу младших подростков факторами в период адаптации к средней школе в пятом классе являются факторы, связанные с внешней оценкой окружающими результатов, поступков, личностных качеств подростка, даваемой как по-прежнему значимыми авторитетными фигурами учителей, так и сверстниками-одноклассниками.

2. Результаты исследования уровня самооценки у учащихся пятых классов по методике «Лесенка».

Общая самооценка была рассчитана как среднее арифметическое данных по самооценке школьников по всем шкалам. Данные о количестве пятиклассников с разными уровнями самооценки в процентном соотношении представлены на рисунке 4.

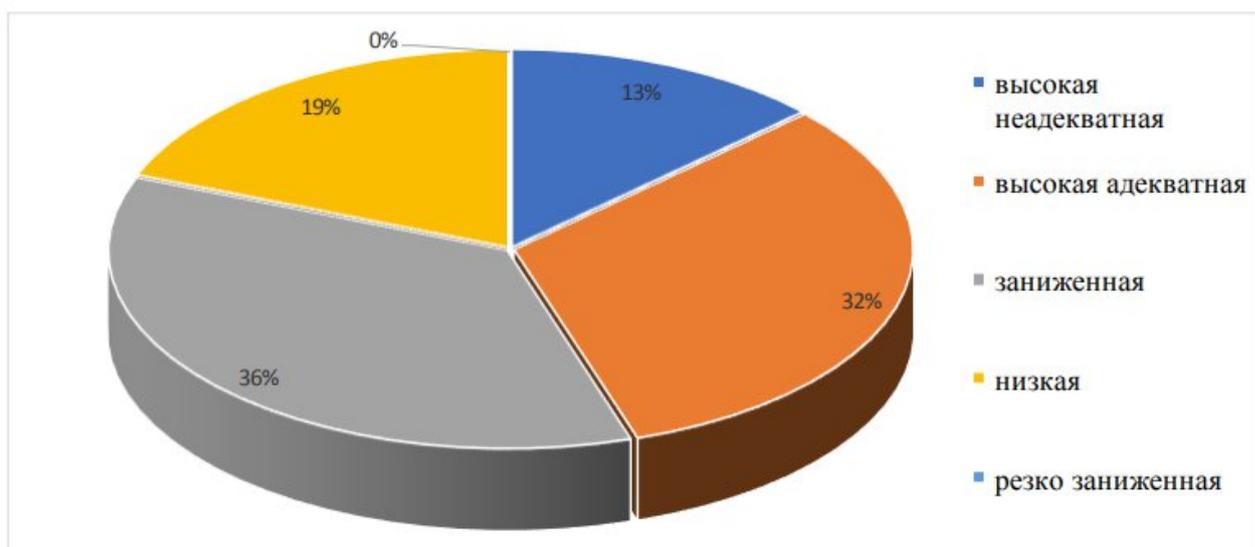


Рисунок 4 –Процентное распределение пятиклассников с разными уровнями общей самооценки в целом по выборке

Количественный анализ результатов исследования общей самооценки показал, что:

— ни у кого из испытуемых не выявлено резко заниженной общей самооценки.

— 19 % испытуемых имеют низкую общую самооценку. Люди с низкой самооценкой склонны сомневаться в собственных силах, ставят перед собой более низкие цели, чем те, которых они могли бы достигнуть, преувеличивают смысл неудач. Человек характеризуется чрезмерной неуверенностью в себе.

— 36 % имеют заниженную, но более близкую к адекватной общую самооценку. Это означает, что такие люди в целом реалистично оценивают себя, однако в некоторых аспектах излишне критичны и склонны к собственной недооценке.

— 32 % испытуемых имеют адекватную общую самооценку. Адекватная самооценка означает, что человек одинаково осознает, как свои сильные стороны, так и недостатки, реалистично оценивает уровень своих возможностей и способности, на основе этого может регулировать уровень собственных притязаний.

— 13 % испытуемых имеют высокую неадекватную общую самооценку. Люди зачастую переоценивают свои достоинства, возможности и способности, поэтому ставят перед собой более высокие цели, которые при данных обстоятельствах и ресурсах индивида оказываются чаще всего недостижимыми.

Таким образом, анализ самооценки пятиклассников показывает, что для большей части испытуемых (55 %) характерна заниженная и низкая самооценка. Наибольшее количество пятиклассников в процентном отношении неадекватно высоко оценивают себя по шкалам «Поведение в школе» (33 %) и «Красота» (30 %). Наибольшее количество пятиклассников с низкой и резко заниженной самооценкой выявлено по шкалам «Интерес к учебе» (28 %) и «Авторитет у одноклассников» (28 %).

Данные показатели распределения уровней самооценки пятиклассников, по-видимому, обусловлены, во-первых, задачами ведущей деятельности младших подростков, которая направлена уже не на овладение учебной деятельностью, как в младшей школе, а на установление межличностного общения со сверстниками, а во-вторых, показателями, полученными в ходе социометрического исследования, свидетельствующими о том, что 39 % школьников занимают низкий социометрический статус в группе одноклассников. Похоже, что характер межличностных отношений и самооценка пятиклассников самих себя в этих отношениях находятся на уровне, не удовлетворяющем потребности значительной части испытуемых пятиклассников, что, в свою очередь, может являться сигналом неудовлетворительной социально-психологической адаптации этих школьников.

3. Социометрические статусы пятиклассников по социометрической методике Дж. Л. Морено. Данные о количестве испытуемых с разными социометрическими статусами по методике Морено по выборке в целом представлены на рисунке 5.

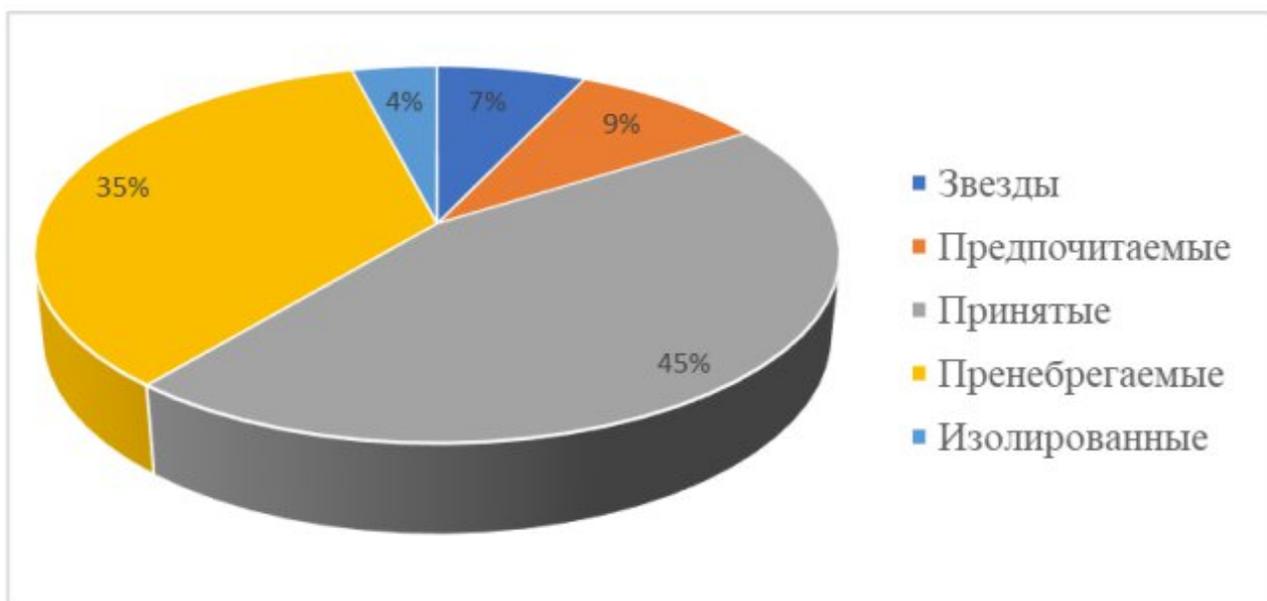


Рисунок 5 – Процентное распределение пятиклассников по социометрическим статусам в целом по выборке

Количественный анализ результатов исследования социометрического статуса показал, что:

— 7 % пятиклассников из данной выборки являются социометрическими «Звездами», занимают высокий социометрический статус. Они набрали наибольшее количество положительных выборов (имеют более чем в два раза больше среднего количества выборов). Для данной выборки это 9 и более положительных выборов;

— 9 % пятиклассников имеют статус «Предпочитаемых» – имеют не менее среднего количества выборов, что соответствует среднему социометрическому статусу. Для данной выборки – это более или равно 4 выборам, но менее 9;

— 45 % пятиклассников занимают позицию «Принятых»;

— 35 % пятиклассников имеют статус «Пренебрегаемых»;

— 4 % пятиклассников являются «Изолированными», т.е. не имеют ни одного положительного выбора.

Таким образом, повышенным социометрическим статусом обладают 16% испытуемых, т.е. пятиклассники, занимающие социометрические статусы «Звезд» и «Предпочитаемых». Средний социометрический статус занимают

«Предпочитаемые» испытуемые, их количество составляет 45 % от всей выборки. 39 % испытуемых занимают пониженный социометрический статус (входят «Пренебрегаемые» и «Изолированные»). В целом, социометрическая структура определяется анализом важнейших социометрических характеристик членов группы: социометрического статуса ее членов, взаимности эмоциональных предпочтений.

Также выявлялся уровень удовлетворенности взаимоотношениями в группе. Данные о количестве испытуемых с разными уровнями удовлетворенности взаимоотношениями в группе по выборке в целом представлены на рисунке 6.

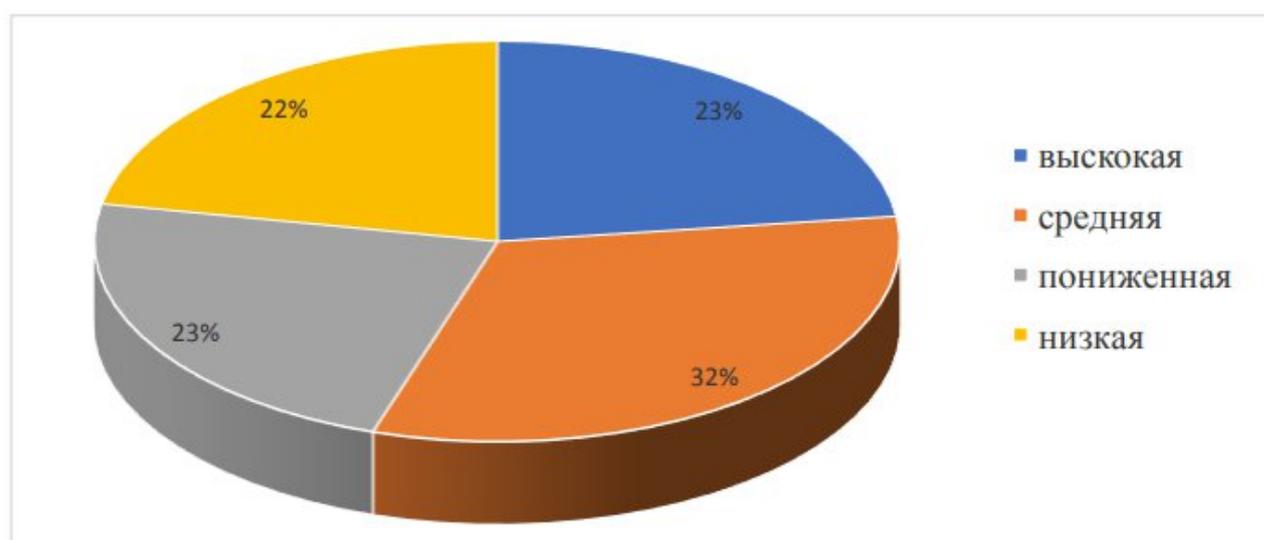


Рисунок 6 – Процентное распределение пятиклассников с разными уровнями удовлетворенности взаимоотношениями в группе

Количественный анализ результатов исследования индекса удовлетворенности школьников показал, что:

— 23 % испытуемых имеют высокую удовлетворенность взаимоотношениями в группе (индекс более 0,75), т. е. все или почти все сделанные ими выборы являются взаимными. Из них 5 % испытуемых имеют индекс удовлетворенности 1, т.е. все сделанные ими выборы являются взаимными.

— 32 % испытуемых имеют средний уровень удовлетворенности (не менее 0,5), т. е. как минимум половина сделанных ими выборов были взаимными.

— 23 % испытуемых имеют пониженный уровень удовлетворенности ($0,25 \geq$ индекс удовлетворенности $< 0,5$).

— 22 % испытуемых имеют низкий уровень удовлетворенности (менее 0,25), т. е. у них не было или почти не было взаимных выборов. Из них у 8 % индекс удовлетворенности равен 0, т. е. взаимных выборов нет.

Таким образом, совокупный анализ всех данных полученных в ходе социометрического исследования показывает, что 24 % пятиклассников занимают низкий социометрический статус, 45 % имеют пониженный или низкий уровень удовлетворенности взаимоотношениями с одноклассниками. 6 % испытуемых входят в обе категории, т. е. являются низкостатусными членами группы с низкой удовлетворенностью межличностными отношениями, что является показателем их неудовлетворительной социальной адаптации в школьном коллективе в период обучения в пятом классе.

Корреляционный анализ по Пирсону выявил значимую связь между показателем социометрического статуса и удовлетворенностью взаимоотношениями в группе ($r_{xy} = 0,64$, при $p < 0,01$), следовательно, чем выше социометрический статус пятиклассника, тем выше удовлетворенность взаимоотношениями в классном коллективе.

Таким образом, было выявлено, что диагностируемые учащиеся пятых классов имеют определенные сложности в школьной адаптации, в связи с чем необходима разработка методического обеспечения психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников в условиях перехода в среднее звено школы.

2.3 Методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников в условиях перехода в среднее звено школы

Переход из начальной школы в среднюю – это стрессовый период для детей, требующий грамотного психолого-педагогического сопровождения. Процесс адаптации учащихся - это длительный и непростой процесс, который требует внимания, терпения и поддержки со стороны учителей и родителей. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации младших школьников к условиям перехода в среднее звено школы является важным этапом их развития. Методическое обеспечение этого процесса может включать в себя несколько ключевых аспектов:

1. Диагностика:

- Начальная диагностика: проводится в начале учебного года, чтобы определить уровень тревожности, адаптационных возможностей, учебной мотивации и социально-психологической готовности к переходу в среднее звено. Для диагностики применяются разного рода опросники, проективные методики, беседы, наблюдение.

- Повторная диагностика: проводится через 1-2 месяца после начала обучения, чтобы оценить эффективность проводимых мероприятий и скорректировать программу сопровождения [9].

2. Психологическая поддержка: разработка программы психологической поддержки, которая включает в себя консультации, тренинги по развитию социальных навыков, работу над самооценкой и уверенностью в себе. Программы психолого-педагогического сопровождения могут быть индивидуальными: разрабатываются для детей, испытывающих особые трудности в адаптации (например, высокая тревожность, проблемы с учебой), а также групповыми – проводятся с группами детей, имеющих общие проблемы (например, тревожность, неуверенность). Методы работы при этом могут быть следующими:

- Психологические тренинги: развитие саморегуляции, управление тревожностью, коммуникативные тренинги.

- Ролевые игры: отработка социальных ролей, управление конфликтами, развитие коммуникативных навыков.

- Дискуссии и беседы: обсуждение проблем перехода, развитие критического мышления, формирование позитивного отношения к обучению.

- Игровая терапия: снятие стресса, развитие креативности, улучшение эмоционального состояния.

- Арт-терапия: выражение эмоций через творчество, улучшение самооценки, снятие напряжения [26].

3. Педагогическое сопровождение: создание специальных учебных материалов и методик, направленных на помощь детям в освоении новых учебных предметов и требований, характерных для среднего звена школы. В рамках данного направления работы целесообразно совместное планирование и проведение мероприятий, в процессе которого учитель и психолог совместно разрабатывают и проводят уроки, тренинги, игры, направленные на адаптацию детей. Учителю необходимо делиться с психологом информацией о поведении детей на уроках, об их успеваемости, о проблемах в обучении. Учителю и школьному психологу следует совместно проводить родительские собрания, консультации, клубы [31].

4. Работа с родителями: организация консультаций для родителей, нацеленных на помощь им в поддержке адаптации своих детей, а также предоставление рекомендаций по созданию поддерживающей домашней обстановки. Также целесообразно организовывать родительские собрания, где осуществляется информирование родителей о характеристиках адаптации, о проблемах перехода и о способах помощи детям. Создание родительских клубов для обмена опытом, получения практических рекомендаций по воспитанию детей также может быть успешным методом работы по организации процесса адаптации учащихся при переходе из начальной школы в среднее звено.

В работе с родителями успешным методическим средством выступают тематические буклеты и листовки, которые содержат информацию о переходе

в среднее звено, о характеристиках адаптации, о способах помощи детям. На веб-сайте школы также должна размещаться информация о психолого-педагогическом сопровождении детей, о проводимых мероприятиях, о консультациях [65].

5. Систематический мониторинг: проведение регулярного мониторинга адаптации каждого ребенка, выявление проблемных ситуаций и оперативное вмешательство для их решения [16].

6. Интеграция в учебный процесс: разработка программы интеграции младших школьников в жизнь школы, включая организацию внеклассной деятельности, кружков и спортивных секций [44].

7. Дополнительные мероприятия:

- Экскурсии в среднюю школу: дети знакомятся с новой средой, с учителями, с режимом дня.

- Встречи с учителями средней школы: дети задают вопросы, получают информацию о новых предметах, о требованиях.

- День открытых дверей: дети и родители приходят в среднюю школу, знакомятся с учителями, с учебным процессом.

Следует также перечислить основные принципы организации адаптационного периода при переходе детей в среднее звено:

- Индивидуальный подход к каждому ребенку.

- Постоянное наблюдение за состоянием детей.

- Создание атмосферы доверия и поддержки.

- Сотрудничество с родителями и учителями.

- Комплексный подход [48].

Следует привести несколько примеров игр и упражнений, которые могут быть полезны при организации процесса адаптации учащихся перед переходом в среднее звено образования. Данные игры и упражнения подразделены на блоки в соответствии с направлением методической работы: «общение», «самооценка», «тревожность».

1. Игры и упражнения, направленные на развитие навыков общения.

Игра «Человек-герой»: учащиеся могут создавать постеры или презентации о своих интересах, достижениях и целях. Это поможет им представить себя новым одноклассникам и учителям, наладить коммуникацию [57].

Упражнение «Моя история»: педагогу следует попросить учащихся написать эссе или рассказ о своем опыте в предыдущие годы обучения, своих увлечениях и талантах. Это поможет им лучше понять себя и поделиться информацией с другими, наладить между детьми общение. Также можно раздать детям картинки или предметы и предложить составить и рассказать историю по ним [65].

Игра «Карта дружбы»: педагогу следует предложить учащимся создать карту дружбы, где они могут указать свои интересы, хобби и другие аспекты своей личности. Это поможет им найти общие темы для общения с одноклассниками.

Игра «Кто я?»: учащиеся могут подготовить краткие презентации о себе, используя фотографии, предметы или рисунки, чтобы другие могли угадать, кто это. Это способствует общению между учащимися и более глубокому узнаванию друг друга.

Упражнение «Партнер по обмену информацией»: следует стимулировать учащихся находить партнеров для обмена информацией о своих интересах, хобби и предстоящих задачах. Это поможет им лучше понять друг друга и создать социальные связи [32].

Игра «Знакомство с классом». Эта игра направлена на создание дружественной атмосферы в классе, знакомство с новыми одноклассниками, формирование коммуникации между детьми. Дети садятся в круг. Ведущий бросает мяч кому-нибудь, называя его имя и предлагая рассказать что-то интересное о себе. Тот, кто поймал мяч, делает тоже самое, а затем бросает мяч другому. Можно использовать вместо мяча другой предмет (игрушку, шарик). Можно предлагать рассказать не о себе, а о любимом хобби, любимом животном, или о том, что дети мечтают сделать в будущем [28].

Упражнение «Мое любимое занятие» Упражнение ориентировано на развитие коммуникативных навыков, формирование положительной атмосферы в коллективе, создание социальных связей. Дети делятся на пары, каждый из них рассказывает о своем любимом занятии, используя не менее 5 предложений. После этого, пара обсуждает сходства и различия в их хобби. Можно использовать другие темы для обсуждения: любимый фильм, любимая книга, любимая еда, любимый город и т.д. [53].

Игра «Найди пару». Цель игры – развитие внимания, скорости реакции, координации движений, коммуникативных навыков. Учитель раздает детям карточки с изображениями предметов или животных, попарно одинаковыми. Дети ходят по классу, ищут свою пару (с той же карточкой).

Упражнение «Построй башню». Цель упражнения: развитие координации движений, командного духа, способности к сотрудничеству. Дети работают в командах и строят башни из кубиков или других строительных материалов [47].

2. Игры и упражнения, направленные на снятие тревожности у детей.

Упражнение «Рисуем настроение». Цель упражнения: развитие творческих способностей, эмоциональной сферы. Дети рисуют свое настроение в виде картинки или абстрактного изображения.

Игра «Эмоциональные маски». Учащимся раздают маски или картинки с изображением различных эмоций. Дети по очереди выбирают маску и рассказывают о ситуации, когда испытывали эмоцию, отображенную на этой маске. Данная игра помогает школьникам осознать и обсудить с ровесниками свои чувства.

Упражнение «Сказочный мир». Школьники сочиняют собственную сказку, где каждый может добавить какого-либо персонажа или ситуацию. Это упражнение помогает детям отвлечься от тревожных мыслей и совершенствует творческие способности.

Упражнение «Тишина». Школьники садятся в круг и по очереди произносят какое-либо слово, которое ассоциируется у них со спокойствием.

Далее дети могут обсудить, почему выбрали именно это слово, поделиться своими эмоциями и воззрениями.

Упражнение «Кубик чувств». Педагогу нужно сделать кубик с изображениями разнообразных эмоций. Школьники бросают кубик и рассказывают о ситуации, когда они испытывали данную эмоцию. Данное упражнение помогает детям открыто рассказывать о чувствах [51].

3. Игры и упражнения, направленные на гармонизацию самооценки у детей.

Упражнение «Комплиментный круг». Школьники рассаживаются в круг, каждый ребенок по очереди говорит комплимент сидящему рядом. Это упражнение помогает формировать позитивное восприятие себя и окружающих.

Упражнение «Дерево достижений». На большом листе бумаги педагог рисует дерево. Учащиеся приклеивают к нему «плоды» – записки с перечислением своих достижений и успехов.

Упражнение «Список сильных сторон». Педагог просит школьников составить список своих сильных качеств. Затем происходит совместное обсуждение, в процессе которого каждый ребенок сможет понять, что он обладает уникальными качествами.

Упражнение «Я – супергерой». Учащиеся выбирают супергероя и описывают его сильные стороны. Далее они могут представить, как они сами могут применять данные качества в своей повседневной жизни [45].

Организуя процесс адаптации при переходе учащихся в среднее звено целесообразно использовать разные виды игр и упражнений, чтобы заинтересовать детей и сделать процесс адаптации более приятным и эффективным. Следует создавать атмосферу доверия и поддержки в классе, чтобы дети не боялись делать ошибки и свободно выражать свои мысли. Также педагогу необходимо помнить, что каждый ребенок индивидуален, поэтому следует подбирать игры и упражнения, учитывая его интересы и способности.

Таким образом, методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников – это комплекс мероприятий, направленный на смягчение стресса, связанного с переходом в среднее звено, на формирование у детей положительного отношения к обучению и на подготовку их к успешной учебе в новой школе. Эффективное методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников поможет им успешно преодолеть переходный период и уверенно адаптироваться к новым условиям обучения. Подобранные игры и упражнения способствуют формированию командного духа, повышению самосознания и помогают учащимся успешно адаптироваться к новой среде перед переходом в среднее звено образования.

Выводы по 2 главе

В исследовании применялись следующие методики: Тест школьной тревожности Филлипса, Методика исследования самооценки личности «Лесенка», Методика диагностики межличностных отношений Дж. Л. Морено. В совокупности 27 % испытуемых из выборки имеют повышенный или высокий уровень общего показателя школьной тревожности. Было выявлено, что наиболее фрустрирующими эмоциональную сферу младших подростков факторами в период адаптации к средней школе в пятом классе являются факторы, связанные с внешней оценкой окружающими результатов, поступков, личностных качеств подростка, даваемой как по-прежнему значимыми авторитетными фигурами учителей, так и сверстниками-одноклассниками.

Результаты исследования уровня самооценки у учащихся пятых классов по методике «Лесенка», говорят о том, анализ самооценки пятиклассников показывает, что для большей части испытуемых (55 %) характерна заниженная и низкая самооценка. Было выявлено, что повышенным социометрическим

статусом обладают 16% испытуемых, 45 % имеют средний социометрический статус, 39 % испытуемых занимают пониженный социометрический статус.

В связи с полученными данными было разработано методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников в условиях перехода в среднее звено школы, которое включает в себя следующие аспекты: диагностику, психологическую поддержку, педагогическое сопровождение, работу с родителями и т.д. Также были подобраны игры и упражнения, которые могут с успешностью применяться в процессе адаптации учащихся при переходе в среднее звено.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Переход из младшей школы в среднюю является критическим этапом в школьной жизни ученика. Этот период может быть особенно сложным из-за изменений в учебной среде, требованиях к учебе, социальных взаимоотношениях и самоидентификации. Дети сталкиваются с новыми вызовами, которые могут повлиять на их эмоциональное состояние, успеваемость и общее благополучие. Важно, чтобы школы и педагоги обращали внимание на адаптацию учеников в период перехода в среднюю школу и предпринимали меры для поддержки их успешного приспособления. Это может включать в себя психологическую поддержку, создание дружественной образовательной среды, организацию мероприятий по интеграции новых учеников и другие подходы, способствующие плавному переходу.

Исследования и диагностика адаптированности учеников в данном возрасте могут помочь выявить проблемные области и разработать индивидуализированные стратегии поддержки для каждого ученика. Работа школы и педагогов по успешной адаптации учеников в период перехода в среднюю школу имеет ключевое значение для их дальнейшего развития, социализации и обучения.

Адаптация пятиклассников к средней школе является сложным и многогранным процессом, который включает в себя не только адаптацию к новым условиям обучения и требованиям, но и взаимодействие с новыми учителями, формирование самооценки, а также стремление к успешной социализации с одноклассниками. Три сферы адаптации школьников – академическая, социальная и психологическая – играют ключевую роль в успешной адаптации учеников. Каждая из этих сфер имеет свои конкретные показатели, которые могут быть использованы для оценки процесса адаптации и его успешности. Предварительная оценка ключевых показателей и их взаимосвязей поможет определить области, в которых ученикам может

потребуется дополнительная поддержка или ресурсы для успешной адаптации. Сопровождение пятиклассников в этот период играет важную роль, поскольку помогает создать условия для комфортного приспособления к новой среде и повышения шансов на успешное обучение и социализацию.

Главным показателем социальной адаптации является социометрический статус учеников в классном коллективе, который отражает их позицию и взаимодействие с одноклассниками. Психологическая адаптация определяется общим показателем школьной тревожности, который отражает эмоциональное благополучие учеников в школьной среде.

Из выявленных в ходе исследования данных видно, что социометрический статус и уровень удовлетворенности взаимоотношениями в классе играют важную роль в социальной адаптации пятиклассников. Высокий процент учащихся с пониженным или низким уровнем удовлетворенности указывает на проблемы во взаимодействии и коммуникации между учениками. Незрелые коммуникативные компетенции могут быть одной из причин такой ситуации, особенно у младших подростков. Также стоит учитывать, что учащиеся, перешедшие в пятый класс из других школ, могут столкнуться с трудностями при адаптации к новой среде и коллективу.

Исследование психологической адаптации на основании общей школьной тревожности по тесту Филлипса показало, что оптимальный уровень тревожности присущ большей части (56 %) пятиклассников. Пониженный (у 17 % испытуемых), повышенный (у 25 % испытуемых) и высокий (у 2 % испытуемых) уровни школьной тревожности могут являться фактором риска эмоционального благополучия учащихся, отрицательно влияя на учебную деятельность и осложняя адаптацию к школе.

Анализ самооценки пятиклассников показал, что для существенной части испытуемых характерна заниженная (36 %) и низкая (19 %) общая самооценка. Совокупный анализ данных полученных в ходе социометрического исследования показывает, что 24 % пятиклассников

занимают низкий социометрический статус, 45 % имеют пониженный или низкий уровень удовлетворенности взаимоотношениями с одноклассниками.

Полученные в ходе диагностики данные обусловили необходимость разработки методического обеспечения психолого-педагогического сопровождения адаптации младших школьников в условиях перехода в среднее звено школы, которое включает в себя следующие аспекты: диагностику, психологическую поддержку, педагогическое сопровождение, работу с родителями и т.д. Также были подобраны игры и упражнения, которые могут с успешностью применяться в рамках психолого-педагогической поддержки в процессе адаптации учащихся при переходе в среднее звено.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аргунова Е. Р. Активные методы обучения: учебно-метод. пособие / Е. Р. Аргунова, Р. Ф. Жуков, И. Г. Маричев. – Москва : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2021. – 104 с.
2. Бархаев Б. П. Педагогическая психология: учебное пособие для вузов / Б. П. Бархаев. – Санкт-Петербург: Питер, 2019. – 444 с.
3. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека // Березин Ф. Б. – Москва : Просвещение, 2018. – 270 с.
4. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте // Божович Л. И. – М.: Просвещение, 2019. – 464 с.
5. Болотова А. К. Психология развития и возрастная психология. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения // Болотова А. К. – Санкт-Петербург : Питер, 2021. – 478 с.
6. Бордовская Н. В. Педагогика. Учебник для вузов // Н. В. Бордовская, А. А. Реан. – Москва.: Питер, 2019. – 304 с.
7. Бордовская Н. В. Педагогика: учебное пособие для вузов / Н. В. Бордовская, А. А. Реан. – Санкт-Петербург: Питер, 2019. – 299 с.
8. Венгер А. Л. Соотношение возрастных и индивидуальных закономерностей психического развития ребенка. Дисс. докт. психол. наук: 19.00.13 / А. Л. Венгер; Московский государственный университет – Москва, 2002. – 294 с.
9. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г. В. Бурменская, Е. И. Захарова, О. А. Карабанова и др. – Москва : Издательский центр «Академия», 2002. – 416 с.
10. Воробьева М. В. Специфика учебной мотивации школьников при переходе из младшего в среднее звено общеобразовательной школы / Воробьева М. В. Вестник Курганского государственного университета. – 2010. – № 3. – С. 63-68.

11. Выготский Л. С. Педагогическая психология // Л. С. Выготский; под ред. В. В. Давыдова. – Москва : Педагогика, 1991. – 480 с.
12. Выготский Л. С. Психология развития ребенка: Учебное пособие / Выготский Л. С. – Москва : Академия, 2020. – 512 с.
13. Глуханюк Н. С. Практикум по психодиагностике. Учебное пособие / Глуханюк Н. С. – СПб.: Речь, 2021. – 208 с.
14. Голубков Г. В. Причины возникновения кризиса в подростковом возрасте. Скиф. Вопросы студенческой науки / Голубков Г. В. – 2019. – № 1. – с. 19-24.
15. Денисова А. А. Проблемы психологической готовности выпускников к обучению в основной школе. // Денисова А. А. Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2011. – № 2. – С. 26-39.
16. Диагностика школьной дезадаптации / под ред. С. А. Беличевой, И.А. Коробейниковой, Г. Ф. Кумариной. – Москва: Социальное здоровье России, 1995. – 126 с.
17. Дмитриева С. В. Особенности психологической адаптации учащихся к условиям обучения при переходе в среднюю школу: дис. ...канд. псих. наук: 19.00.07 / С. В. Дмитриева; Россия новый ун-т. – Москва 2005. – 205 с.
18. Долгова В. И. Изучение ситуативной тревожности у пятиклассников / В. И. Долгова, Е. В. Барышникова, А. Ю. Сергиенко // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2016. – № 6 (136). – С. 226-231
19. Дорожевец Т. В. Диагностика школьной дезадаптации // Дорожевец Т. В. – Москва: Просвещение, 2020. – 154 с.
20. Дрозд К. В. Проектирование образовательной среды: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / К. В. Дрозд, И. В. Плаксина. – Москва: Юрайт, 2022. – 437 с.
21. Ефремов О. Ю. Педагогика: учебное пособие для вузов / Ефремов О. Ю. – Санкт-Петербург: Питер, 2020. – 351 с.

22. Жданова Л. А. Современные школьники: особенности адаптации и динамика здоровья. / Л. А. Жданова, А. В. Шишова. // Вестник Ивановской медицинской академии. – 2022. – № 1. – С. 5-10.
23. Загвязинский В. И. Педагогика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования // В. И. Загвязинский, И. Н. Емельянова; под ред. В. И. Загвязинского. – Москва: Академия, 2011. – 364 с.
24. Зимняя И. А. Педагогическая психология: учебник для вузов // Зимняя И. А. – Москва: Логос, 2022. – 384 с.
25. Кисляков П. А. Психология развития человека как субъекта деятельности / П. А. Кисляков, Е. А. Шмелева, Е. А. Петрова. – Москва: Русайнс, 2019. – 184 с.
26. Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. – Москва: Генезис, 2019. – 122 с.
27. Ковинько Л. В. Воспитание младшего школьника / Ковинько Л. В. – Москва: Академия, 2020. – 288 с.
28. Кочубей Б. И. Эмоциональная устойчивость школьника / Кочубей Б. И., Новикова Е. В. – Москва: Логос, 2020. – 80 с.
29. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – Санкт- Петербург: Питер, 2020. – 352 с.
30. Крайнова Ю. Н. К вопросу об адаптации младших подростков к новым условиям обучения в средней школе // Крайнова Ю. Н. Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2008. – № 14. – С 54-67.
31. Крылова Т. А. Методические рекомендации для педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике дезадаптации детей и подростков. / Крылова Т. А. – Санкт- Петербург: Исма, 2019. – 59 с.
32. Ле Ван Кхуен Зависимость социальной адаптации от социометрического статуса младших школьников [Электронный ресурс] / Кхуен Ле Ван. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zavisimost-sotsialnoy-adaptatsii-ot->

sotsiometricheskogo-statusa-mladshih-shkolnikov-na-materiale-rossiyskih-i-vietnamskih-detey (дата обращения: 10.07.2024).

33. Лебедева Н. В. Психологические основы подготовки младших школьников к обучению в основной школе / Лебедева Н. В.: Учебное пособие по спецкурсу. – Псков: ПГПИ, 2021. – 136 с.
34. Литвененко Н. В. Адаптация школьников в критические периоды развития как предмет психолого-педагогического исследования // Литвененко Н. В. Вестник ОГУ. – 2006. – № 10. – С. 122-127.
35. Литвененко Н. В. Динамические особенности социально-психологической адаптации школьников в критические периоды развития // Литвененко Н. В. Интеграция образования. – 2007. – № 3/4 – С. 178-181.
36. Луцко Е. А. К вопросу об определении критериев и факторов эффективности адаптации // Луцко Е. А. Вест. Санкт-Петербург: ун-та. – 2008. – Сер. 12. – Вып. 1. – С. 45-56.
37. Лында А. С. Педагогика. / Лында А. С – Москва: Высшая школа, 2019. – 259 с.
38. Макаревич Р. А. Экспериментальная психология: теоретические основы, лабораторный практикум / Макаревич Р. А. Учеб. пособие. – Минск: Университетское, 2019. – 210 с.
39. Максимова М. В. Психологические условия преодоления школьной дезадаптации (Методические разработки для учителей). / Максимова М. В. – Просвещение, 2019. – 115 с.
40. Манахова Н. М. Адаптация пятиклассника к условиям обучения в среднем звене общеобразовательной школы // Манахова Н. М. Приволжский педагогический вестник. – 2015. – № 1. – С. 35-53.
41. Мардахаев Л. В. Социальная педагогика. / Мардахаев Л. В. – Волгоград: Издание Волгоградского государственного социально-педагогического университета, 2003. – 218 с.
42. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: пособие для учителя / Маркова А. К. – Москва: Просвещение, 2019. – 95 с.

43. Медведев С. Э. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми // Медведев С. Э. Актуальные вопросы детской психиатрии: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – 2016. – № 3. – С. 42-48.
44. Микляева А. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева, П. В. Румянцева. – Санкт- Петербург б.: Речь, 2019. – 248 с.
45. Молодцова Т. Д. Диагностика, предупреждение и преодоление дезадаптации подростков / Молодцова Т. Д. – Москва: Просвещение, 2020. – 236 с.
46. Мухина В. С. Возрастная психология / Мухина В. С. – Москва: Просвещение, 2019. – 456 с.
47. Новикова Е. В. Диагностика и коррекция школьной дезадаптации у младших школьников и младших подростков / Новикова Е. В. – Москва: Академия, 2020. – 205 с.
48. Овчинникова С. В. Адаптация пятиклассников [Электронный ресурс]. URL: <https://nsportal.ru/shkola/materialy-dlya-roditelei/library/2012/06/03/adaptatsiya-pyatiklassnikov> (дата обращения: 07.07.2024).
49. Панькина М. В. К вопросу изучения школьной адаптации в психологии. / С. И. Баляев, М. В. Панькина. // Наука в жизни человека. – 2023. – № 3. – С. 102-108.
50. Педагогика: учебник и практикум для академического бакалавриата / Л. С. Подымова, Е. А. Дубицкая, Н. Ю. Борисова и др.; Под общ. ред. Л.С. Подымовой, В. А. Слостенина; МПГУ. – Москва: Юрайт, 2018. – 246 с.
51. Петрова Е. Ю. Школьная дезадаптация и психологические условия ее преодоления // Петрова Е. Ю. Вестник ТГПУ. – 2012. – № 11. – С. 166-169.
52. Полунина Л. В. Повышенная школьная тревожность как фактор снижения успеваемости учащихся пятых классов // Полунина Л. В. Вестник МГОУ. Серия «Психологические науки». – 2012. – № 2. – С. 92-98.

53. Прихожан А. М. Пятиклассники // Прихожан А. М. Школьный психолог. – 2002. – № 12. – С. 14-21.
54. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / Прихожан А. М. – Воронеж: Изд. НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
55. Прихожан А. М. Учебные трудности пятиклассников // Прихожан А. М. Школьный психолог. – 2002. – № 13. – С. 32-38.
56. Сидоров К. Р. Исследование причин тревожности учащихся / К.Р. Сидоров, И. Г. Крохин // Новое образование. – 2013. – № 1. – С. 3-5.
57. Сизова О.А. Профилактика психической напряженности и тревожности учащихся при переходе их в среднее звено школы: автореф. дис. ...канд. псих. наук / О. А. Сизова; Тверской гос. ун-т. – Тверь, 2001. – 19 с.
58. Сомова Н. Л. В пятый класс в первый раз: пособие для родителей, специалистов службы сопровождения, психологов, педагогов школ и гимназий / Сомова Н. Л. – СПб.: КАРО, 2021. – 368 с.
59. Тарасова Л. Е. Формирование адаптационной готовности личности к образовательной среде: учебно-методическое пособие / Сомова Н. Л. – Саратов, 2017. – 146 с.
60. Феоктистова С. В. Школьная адаптация и дезадаптация: психологические проблемы / Феоктистова С. В. – Москва: Образование, 2021. – 118 с.
61. Халикова Ш. Т. Психологическая адаптация ребенка к образовательному процессу. // Халикова Ш. Т. Проблемы педагогики. – 2020. – № 3. – С. 24-25.
62. Цукерман Г. А. Переход из начальной школы в среднюю как психологическая проблема // Цукерман Г. А. Вопросы психологии. – 2001. – № 5. – С. 77 – 92.
63. Шаяхметова В. К. Уровень самооценки младших подростков в период адаптации при переходе из младшего школьного звена в среднее / В. К. Шаяхметова, В. Р. Минх // Концепт. 2015. – Спецвыпуск № 1. – С. 1-6.

64. Эльконин Д. Б. Детская психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 4-е изд., стер / Эльконин Д. Б. – Москва: Издательский центр «Академия», 2022. – 384 с.

65. Юферева Т. И. Учащиеся переходят из начальной школы в среднюю. Рабочая книга школьного психолога / под ред. Дубровиной И. В. – Москва: Просвещение, 2020. – 145 с.

Методика 1

Тест школьной тревожности Филлипса

Инструкция: «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, не может быть верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ: «+», если Вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

Респондентам дается инструкция. Инструкция: «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «—», если не согласны».

Целью обработки результатов является определение индивидуального показателя уровней тревожности по всем восьми факторам в процентном отношении.

Уровни выраженности тревожности:

0–25 % – пониженный уровень

26–50 % – оптимальный уровень

51–75 % – повышенный уровень

76–100 % – высокий уровень.

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «—», т. е. ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом, – это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50 % от общего числа вопросов, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % – о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из восьми видов тревожности. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы

№ вопросов

1. Общая тревожность в школе 2, 4, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58 $\Sigma = 22$

2. Переживание социального стресса 5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 $\Sigma = 11$

3. Фрустрация потребности в достижении успеха 1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 $\Sigma = 13$

4. Страх самовыражения 27, 31, 34, 37, 40, 45 $\Sigma = 6$

5. Страх ситуации проверки знаний 2, 7, 12, 16, 21, 26 $\Sigma = 6$

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих 3, 8, 13, 17, 22 $\Sigma = 5$

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу 9, 14, 18, 23, 28 $\Sigma = 5$

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями 2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 $\Sigma = 8$

Представление результатов

1. Подсчитывается число несовпадений знаков («+» – да, «-» – нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: < 50; > 50; > 75) для каждого респондента. Эти данные представляются в виде индивидуальных диаграмм.

2. Подсчитывается число несовпадений по каждому измерению для всего класса (абсолютное значение в процентах: < 50 ; > 50 ; > 75). Данные представляются в виде диаграммы.

3. Подсчитывается количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору $> 50\%$ и $> 75\%$ (для всех факторов).

4. При повторных замерах представляются сравнительные результаты.

5. Собирается полная информация о каждом учащемся (по результатам теста). Полученные результаты можно представить в сводной таблице, включив в нее результаты, превышающие норму. Такой способ представления облегчит общий анализ результатов по классу в целом, а также сравнительный анализ данных по разным классам.

Текст опросника Филлипса

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне знаний со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты опасаясь высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?

13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?

30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение остальных те ученики, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли, отвечая на уроке, ты задумываешься о том, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?

47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?

48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?

50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?

51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?

52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?

53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?

54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?

55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?

56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?

57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?

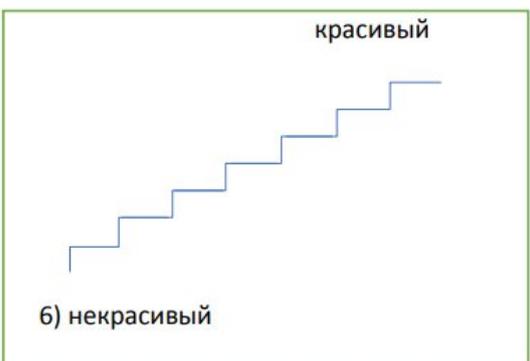
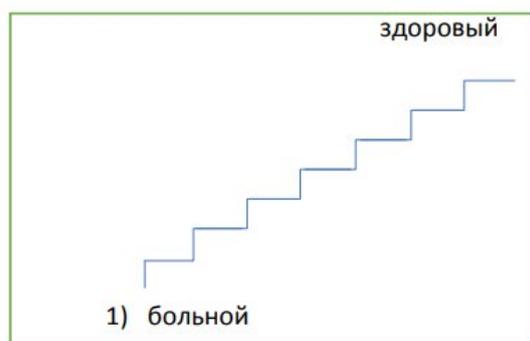
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Методика 2 «Лесенка»

Инструкция: нужно представить себе, что поднимаешься по лестнице, на верхней ступеньке лестницы находится самый здоровый человек, а на нижней – самый больной. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй на ней кружок. Отметь свое место на всех остальных лестницах.

Бланк для диагностики самооценки по методике «Лесенка»

Фамилия _____ Имя _____ класс _____



Процедура проведения: испытуемые получают специальные бланки с нарисованными лесенками с семью ступеньками. На каждый критерий самооценки – отдельная лесенка. Методика проведения: ребенку показывают нарисованную лесенку и объясняют задание: нужно представить себе, что поднимаешься по лестнице, на верхней ступеньке лестницы находится самый

здоровый человек, а на нижней – самый больной. Далее ребенку предлагается карандашом или ручкой отметить свое место на данной лестнице.

Обработка и анализ результатов

Прежде всего, фиксируется, на какую ступеньку поставил себя ребенок по каждой шкале самооценки. Седьмая ступень лесенки, самая высокая, чаще всего говорит о завышенной самооценке. Для детей дошкольного возраста завышенная самооценка считается нормальной, однако для учащихся средней школы – младших подростков – нормативной данная ступенька уже не является. Если ребенок ставит себя на шестую или пятую ступеньку лесенки, значит, у него адекватная самооценка. Он хорошо к себе относится и, вероятно, может даже привести примеры своих заслуг и хороших поступков. Четвертую ступеньку выбирают дети со слегка заниженной самооценкой. На третью и вторую ступеньки свою фигурку ставят дети с низкой самооценкой. И, наконец, выбор самой нижней, первой ступеньки говорит о резко заниженной самооценке. Заниженная и низкая самооценка могут свидетельствовать о неблагополучии ребенка, о его негативном отношении к себе, неуверенности, дезадаптации. Средний суммарный показатель по всем шкалам самооценки, за исключением шкалы «Здоровье» дает общий показатель уровня самооценки ребенка по данной методике.

Методика 3. Социометрическая методика Дж. Л. Морено

Метод социометрии относится к инструментарию социально-психологического исследования структуры малых групп, а также исследования личности как члена группы. Область измерения социометрической техникой – диагностика межличностных и внутригрупповых отношений. «Социометрия» часто используется для измерения групповых свойств, фиксирует определенные свойства группы как целостного образования. Различают групповые и персональные социометрические показатели. Первые характеризуют индивидуальные социально-психологические свойства личности в роли члена группы. Вторые

дают числовые характеристики целостной социометрической конфигурации выборов в группе. Они описывают свойства групповых структур общения.

Бланк социометрической методики

Фамилия _____ Имя _____

класс _____

1. Если бы тебе пришлось перейти учиться в другой класс, кого из нынешних одноклассников ты бы взял в новый класс? Запиши 5 фамилий.

Процедура данного социометрического измерения включала следующие элементы:

1. Выбор вопросов опроса. Согласно социометрической методике, предлагается критерий, который позволяет выявить предпочтения учащихся в межличностных отношениях в классе. Вопрос по критерию сформулирован в положительном ключе для выявления симпатий в классе: «Если бы тебе пришлось перейти учиться в другой класс, кого из нынешних одноклассников ты бы взял в новый класс?»

2. Определение варианта (числа) выборов. Социометрическая процедура проводилась в параметрической форме, т. е. с указанием количества необходимых выборов. Количество предлагаемых выборов по вышеописанному критерию – 5 человек, т. е. при ответе на вопросы предлагалось указать 5 фамилий. Считается, что параметрическая форма социометрического исследования повышает надежность измерения, позволяет стандартизировать условия выборов в группах различной численности.

3. Организация и проведение опроса проходили во время классного часа. Испытуемые отвечали на вопросы, указывая фамилии одноклассников.

4. Обработка и интерпретация результатов включала построение социометрических матриц по каждому классу и подсчет положительных и

отрицательных выборов по каждому респонденту, на основании которых определяются уровни популярности и отверженности испытуемых.

5. Основной целью обработки результатов в рамках данного исследования является определение положительного социометрического статуса ученика. Традиционно большинство исследователей выделяют следующие социометрические статусы: «Звезды», «Предпочитаемые», «Принятые», «Пренебрегаемые», «Изолированные». Отнесение в ту или иную группу происходит на основании социоматрицы. Социометрическому статусу в данном случае соответствует количество полученных выборов: «Социометрические звезды» – те, кто набрал наибольшее количество положительных выборов (имеют более чем в два раза больше среднего количества выборов), «Предпочитаемые» – имеют больше среднего количества выборов, «Принятые» – имеют не менее среднего количество выборов, «Пренебрегаемые» – число выборов меньше среднего, «Изолированные» – не получили ни одного выбора.