**Особенности адаптации младших школьников к образовательной среде.**

**Демидова Любовь Николаевна**, учитель начальных классов АНОО МШ Концепт, магистр психологии

**Аннотация.** Данная статья представляет собой обзор результатов эмпирического исследования особенностей адаптации младших школьников в возрасте 7-8 лет к образовательной среде. Было установлено, что адаптированным к образовательной среде детям свойственны спокойный ровный эмоциональный фон, без внешних признаков поведенческих нарушений и склонности к проявлению признаков тревожности. Однако у них отмечается снижение эмоционально-положительного отношения к школе. Маркерами нарушения адаптации являются признаки повышенного уровня тревожности, низкий уровень учебной мотивации, поведенческие нарушения, непринятие школьных норм и правил, сниженный эмоциональный фон настроения, непродуктивные способы взаимодействия с окружающими. Ресурс для коррекционно-психологической работы создает эмоционально- положительное отношение к школе.

**Ключевые слова:** младший школьник, адаптация к школе,психологические особенности, нарушение адаптации.

**Введение.**

Современное общество характеризуется ускорением темпов социального развития, что требует от человека способности быстро и адекватно адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям среды. Школа является новым пространством для ребенка, которое предъявляет к нему требования, выходящие за рамки уже имеющегося у него опыта. Адаптация к школе, с одной стороны обеспечивает интеграцию ребенка в школьную жизнь, принятие ее норм, а с другой – самореализацию учащегося с данном сообществе за счет изменения психологических структур [1, 7].

В трудах отечественных психологов описаны конструктивные варианты нормального психического развития ребенка на разных возрастных этапах, обеспечивающие процесс его адаптации в социуме. При этом, адаптация рассматривается как динамический процесс перестройки функциональных систем организма, в котором на передний план выходит активность личности, имеющая преобразующе-деятельностный характер [5, 6, 7, 10]. В психолого-педагогических исследованиях, посвященных младшему школьному возрасту, акцент делается на вопросах адаптации ребенка к школе, ее показателях и результатах [2, 4]. Кроме того, исследуются сложности педагогического процесса для младших школьников и выявляются структуры дезадаптации, ее типичных проявлений в различные периоды школьного онтогенеза [1, 3, 9, 12].

 Выделяются следующие компоненты школьной адаптации: психофизиологическая, организационная, учебно-мотивационная, психологическая, социальная [2, 9] .

Обзор научных исследований показывает, что младший школьный возраст сензитивен к воздействию окружающей среды. В норме у ребенка формируются познавательные мотивы учения, рефлексия и волевые качества, происходит принятие новой позиции «школьника», раскрываются индивидуальные особенности и способности, развиваются продуктивные приемы и навыки учебной работы, происходит становление адекватной самооценки, он способен к усвоению культурных и социальных норм, устанавливает прочные взаимоотношения со сверстниками, принимает социального взрослого – учителя, эмоционально-положительно относится к школе и учебной деятельности [4, 5, 10, 6] . Таким образом, физиологически и психологически младший школьный возраст предполагает полную готовность к смене ведущей деятельности и социальной ситуации развития. Однако сбой любой из систем онтогенетического развития ребенка при несвоевременной или непродуктивной психолого-педагогической помощи может повлечь за собой нарушение адаптации. Маркерами этого процесса являются эмоциональное неблагополучие, тревожность, поведенческие нарушения, неуспешность в учебной деятельности, сниженный уровень мотивации, нервные или соматические заболевания. Исследование адаптации является важным моментом в выявлении и предотвращении эмоциональных нарушений и поведенческих проблем [7, 9, 11].

**Организация исследования.**

**Цель исследования:** определить особенности адаптации младших школьников к образовательной среде.

**Методы исследования***:*

1. Теоретические: анализ литературы и обобщение полученных результатов.

 2. Эмпирические:

- Методика изучения социально-психологической адаптации к школе Э. М. Александровской (метод экспертной оценки).

- Тест школьной тревожности Филлипса .

- Анкета для определения школьной мотивации Н.Г. Лускановой.

-Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций “Домики” О. А. Ореховой .

Обработка результатов эмпирического исследования осуществлялась с помощью программ IBM SPSS Statistics 21 и Microsoft Excel. Для проверки статистических различий был использован непараметрический U-критерий Манна-Уитни.

**Выборка исследования**: учащиеся 1-х классов в количестве 45 человек, 21 девочка и 24 мальчика, в возрасте 7-8 лет (средний возраст 7,7). Исследование проходило в конце учебного года.

**Результаты исследования.**

На основании метода экспертной оценки, были выделены 3 группы учащихся в зависимости от уровня адаптации: учащиеся с высоким уровнем адаптации - 53% (24 человека), учащиеся со средним уровнем адаптации - 20% (9 человек), учащиеся с низким уровнем адаптации- 27% (12 человек).

 Для дальнейшего изучения, были взяты две группы первоклассников – дети с высоким и низким уровнем адаптации. Сопоставление значений параметров адаптации данных групп позволило определить значимость показателей, способствующих и препятствующих адаптации.

Таблица 1.

 Результаты сравнительного анализа показателей адаптации первоклассников к школе с высоким и низким уровнем адаптации по U-критерию Манна – Уитни (выражено в средних значениях тенденции) (Методика изучения социально-психологической адаптации к школе Э. М. Александровской ).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  Показатель | Высокий уровень адаптации (М-среднее значение) | Низкий уровеньадаптации(М-среднее значение) | Уровень статистической значимости р ≤ 0,05 |
| учебная активность | 4,4 |  1,7 | 0,0001 |
| усвоение знаний | 3,6 | 2,5 | 0,0021 |
| поведение на уроке | 4,5 | 1,2 | 0,0001 |
| поведение на перемене | 4,5 | 2,2 | 0,0001 |
| взаимоотношения с одноклассниками | 4,6 | 2,0 | 0,0004 |
| отношение к учителю | 4,1 | 2,5 | 0,0004 |
| эмоциональное благополучие | 3,6 | 1,5 | 0,0001 |

На основании анализа внешних поведенческих проявлений у первоклассников с низким уровнем адаптации отмечается снижение учебной деятельности, усвоения школьных норм, успешности социальных контактов, эмоционального благополучия. Статистическая значимость различий подтверждается по всем изученным параметрам.

Таблица 2.

 Результаты сравнительного анализа показателей признаков тревожности первоклассников к школе с высоким и низким уровнем адаптации по U-критерию Манна –Уитни (выражено в средних значениях тенденции) (Тест школьной тревожности Филлипса) .

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатель  | Высокийуровеньадаптации(М-среднее значение) | Низкийуровеньадаптации(М-среднеезначение) | Уровень статистической значимости р ≤ 0,05 |
| переживание социального стресса | 25,9 | 45,3 | 0,0002 |
| фрустрация | 28,9 | 44,2 | 0,0009 |
| страх самовыражения | 35,2 | 50,7 | 0,06 |
| страх проверки знаний | 41,6 | 53,7 | 0,1 |
| страх несоответствовать ожиданиям | 34,5 | 50,0 | 0,06 |
| низкая сопротивляемость стрессу | 25,0 | 50,0 | 0,002 |
| отношения с учителем | 38,7 | 46,5 | 0,07 |
| общий уровень тревожности в школе | 30,9 | 50,2 | 0,0002 |

Признаки тревожности больше проявляются у первоклассников с низким уровнем адаптации. Повышенный уровень у этих детей отмечается по параметрам: общая тревожность в школе, страх самовыражения и проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу. Статистическая значимость достоверности различий отмечается по критериям «переживание социального стресса», «фрустрация», «низкая сопротивляемость стрессу», «общая тревожность в школе». Значимость статистических различий по критериям «страх самовыражения», «страх проверки знаний», «страх несоответствовать ожиданиям», «отношения с учителем» находятся на уровне тенденции.

Рисунок 1. Сравнение показателей эмоционального отношения к школе первоклассников с высоким и низким уровнем адаптации (выражено в средних значениях тенденции) (Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций “Домики” О. А. Ореховой ) .

Результаты сравнительного анализа показателей эмоционального отношения первоклассников к школе с высоким и низким уровнем адаптации по U-критерию Манна –Уитни (выражено в средних значениях тенденции) (Проективный тест «Домики О.А. Орховой.) .

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатель | Высокийуровеньадаптации(М-среднее значение) | Низкий уровеньадаптации(М-среднее значение) | Уровень статистической значимости р ≤ 0,05 |
| самоотношение | 3,5 | 5,2 | 0,003 |
| игра | 3,9 | 5.2 | 0,02 |

Все дети имеют эмоционально-положительное отношение к школе. Причем в зоне негативных предпочтений у детей обеих групп (больше даже у адаптированных первоклассников) находятся предметные области – русский язык и математика. Дети с низким уровнем адаптации больше предпочитают игровую деятельность, адаптированные учащиеся больше нацелены на выполнение домашнего здания. При этом, дети с нарушением адаптации имеют более высокий уровень самопринятия и эмоционального предпочтения образовательной среды, чем адаптированные первоклассники. Возможно, со стороны последних, это объясняется большими энергозатратами, напряжением, повышенным уровнем притязаний. Статистической значимость различий отмечается по критериям «самоотношение» и « игра».

 **Заключение.**

В результате эмпирического исследования было выявлено, что адаптированным к образовательной среде детям свойственен спокойный ровный эмоциональный фон, без внешних поведенческих нарушений и склонности к проявлению признаков тревожности. Эти дети активны, владеют продуктивными способами взаимоотношений с одноклассниками и учителями, успешно справляются с учебной деятельностью, имеют познавательные мотивы. Однако у адаптированных первоклассников наблюдается снижение эмоционально-положительного отношения к школе. Можно предположить, что учащиеся с высоким уровнем адаптации не склонны к внешнему проявлению негативных эмоций, они более сдержаны, стараются не нарушать принятые правила и нормы, реализуют адаптивные паттерны поведения. Их самопринятие зависит от внешних оценок и эффективности учебной деятельности. Вместе с тем, все это может создавать внутреннее напряжение, стресс при неудачах.

Кроме того, было выявлено, что у детей с нарушениями адаптации наблюдаются признаки повышенного уровня тревожности, отсутствие или эпизодичность познавательных интересов, низкий уровень учебной мотивации, поведенческие нарушения, непринятие школьных норм и правил, сниженный эмоциональный фон настроения, непродуктивные способы взаимодействия с окружающими. Вместе с тем, у них отмечается эмоционально-положительное отношение к школе, им нравится учебная деятельность, одноклассники, учителя. Данный показатель создает ресурс для коррекционно-психологической работы с данной группой учащихся, является потенциалом для их успешной адаптации к образовательной среде.

**Литература.**

1. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе/ Э.М. Александровская. – М.: Медицина, 2007. – 235 с.

2. Безруких М.М. Трудности обучения в начальной школе: Причины, диагностика, комплексная помощь/ М.М. Безруких.- М.: Эксмо, 2009.- 464с.

3. Беличева С.А. Диагностика школьной дезадаптации/С.А. Беличева.-М.: Сфера, 2015 .- 360 с.

4. Битянова М.Р. Адаптация ребёнка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка - М.: Образовательный центр «Педагогический поиск», 2007- 112 с.

5. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте.-СПб.: Питер, 2008.- 400с.- (Серия «Мастера психологии).

6. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 160 с. — (Антология мысли).

7. Дубровина И.В. Психологическое благополучие школьника в системе современного образования. Учебное пособие.- М.: Нестор-История, 2016.- 180 с.

8. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении.- М.: Фоллиум, 2013.- 64 с.

9. Литвиненко Н.В. Адаптация школьников в критические периоды развития к образовательной среде: дис...д-ра. псих. наук. – Самара: Оренбургский государственный педагогический университет.- 2009.- 425 с.

10. Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития, детство, отрочество. Учебник для студентов психолого-педагогических факультетов вузов.- М.: Академия, 2004.- 456 с.

11. Розенова М.И. Неосознаваемые установки отношения родителей к детям: монография. - Омск: Изд-во ФГБОУ ВПО ОмГАУ им. П.А. Столышина, 2011. - 160 С.

12. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе / Р.В. Овчарова .- М.: Сфера, 2004.- 240 с.

**Features of adaptation of younger schoolchildren to the educational environment.**

**Demidova Lyubov Nikolaevna**, master student of the Faculty of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, lubasha8109@mail.ru

**Annotation**. This article is a review of the results of an empirical study of the features of adaptation of younger schoolchildren aged 7-8 years to the educational environment. It was found that children adapted to the educational environment are characterized by a calm, even emotional background, without external signs of behavioral disorders and a tendency to show signs of anxiety. However, they have a decrease in the emotionally positive attitude towards school. Markers of adaptation disorders are signs of an increased level of anxiety, a low level of educational motivation, behavioral disorders, rejection of school norms and rules, a reduced emotional background of mood, and unproductive ways of interacting with others. A resource for correctional and psychological work creates an emotionally positive attitude towards the school.

**Key words**: junior schoolchild, adaptation to school, psychological characteristics, adaptation disorder.