**А. С. Хаит**

**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ В СРЕДНЕЕ ЗВЕНО – КАК ФАКТОР ЭФФЕКТИВНОЙ АДАПТАЦИИ**

***Аннотация.*** *В статье рассматривается проблема школьной адаптации младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено. Дается анализ результатов работы по внедрению программы психолого-педагогического сопровождения адаптации, способствующей повышению уровня школьной мотивации, снижению тревожности и эмоционального напряжения.*

***Ключевые слова:*** *младшие подростки, адаптация, школьная тревожность, мотивация, программа психолого-педагогического сопровождения адаптации.*

Переход из начальной школы в среднее звено сопровождается увеличением учебных нагрузок, возросшими требованиями и ожиданиями учителей и родителей и осложняется нейрофизиологической перестройкой организма младшего подростка [2; 5].

Высокий уровень напряжения и тревоги, связанный с изменением социальной ситуации развития, препятствуют полноценному включению подростка в образовательный процесс и освоению роли ученика среднего звена [3].

Эмоциональное благополучие и увлеченность обучением, являются показателем успешности адаптации, однако преобладание низкого уровня мотивации и высокого уровня тревожности может привести к эмоциональной неустойчивости и посредственным результатам в учебной деятельности, таким образом препятствуя достижению успехов и самореализации. [5].

Преодоление возникших трудностей в процессе обучения, требует от школьника мобилизации всех внутренних ресурсов (эмоционально-волевых, интеллектуально-познавательных) и повышения их до уровня необходимого оптимального соответствия целям и требованиям образования [1; 4].

Таким образом одним из показателей успешной школьной адаптации выступает высокий уровень мотивации и вовлеченности в процесс обучения, а также оптимальный уровень тревоги, способствующий адекватным реакциям в новых ситуациях, повышающий концентрацию внимания и умственную активность ученика, предрасполагающий к эффективной деятельности в образовательном процессе.

На основе результатов первичной диагностики нами была разработана и проведена программа психолого-педагогического сопровождения адаптации, стратегической целью которой является развитие адаптационных умений, повышение уровня школьной мотивации, снижение уровня тревожности и эмоционального напряжения, освоение моделей поведения эффективного взаимодействия и функционирования в проблемных ситуациях.

Нами было проведено исследование, целью которого было изучить эффективность применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено. Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ №8 имени Героя Советского Союза летчика-космонавта СССР В.М. Афанасьева» г. Брянска. В исследовании принял участие 61 ученик, средний возраст, которых составлял 11 лет. Для реализации поставленной цели нами были применены опросники «Методика определения личностной адаптированности школьников А.В. Фурмана», который позволяет выявить уровни школьной адаптированности и «Методика Филлипса» диагностирует общий уровень школьной тревожности и ее компонентов, относящихся к различным сферам школьной жизни и «Методика изучения мотивации обучения школьников при переходе из начальных классов в средние М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина» на констатирующем и контрольном этапе диагностики. Результаты первичной диагностики послужили основанием для разработки программы психолого-педагогического сопровождения адаптациии.

Исследовательская работа осуществлялась в три этапа: планирование, ход эксперимента, анализ результатов.

Этапы эксперимента:

1. Диагностический (констатирующий) этап- первичная психологическая диагностика уровней школьной тревожности и мотивации, особенностей адаптации младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено.

2. Организационный этап - создание программы психолого-педагогического сопровождения адаптации, направленной на коррекцию имеющихся нарушений в данном процессе, активацию адаптационного потенциала и совершенствования механизмов приспособления.

3. Формирующий этап - реализация программы психолого-педагогического сопровождения адаптации.

4. Контрольный этап – вторичная психологическая диагностика уровней школьной тревожности, мотивации и адаптации у младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено.

5. Обобщающий этап – анализ и сравнение полученных данных, подведение итогов, формулировка выводов.

Результаты («Методика А.В. Фурмана») первичной контрольной диагностики адаптации и показатели, полученные после проведения формирующего эксперимента представлены в таблице 1.

Таблица 1

Сравнение процентного соотношение уровней адаптации у учеников 5-х классов до и после формирующего эксперимента («Методика А.В.Фурмана»)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровни адаптации | высокая | средняя | низкая | неадаптированность | дезадаптированность |
| до | 20% | 23% | 25% | 21% | 11% |
| после | 33% | 42% | 23% | 2% | 0% |

Сравнительный анализ данных диагностики до и после формирующего эксперимента выявил, что процент учеников с высоким уровнем адаптации увеличился до 33%, что позволяет предположить улучшение качества взаимоотношений с учителями и одноклассниками, успешное освоение учебной программы, повышение уровня самооценки. Количество неадаптированных учеников снизилось до 2%, что демонстрирует успешное преодоление дефектных форм поведения и эмоционального дискомфорта. Дезадаптация не выявлена, что указывает на отсутствие негативного отношения к школе и дезорганизующих эмоциональных переживаний в данной выборке после прохождения программы.

Результаты («Методика Филлипса») первичной контрольной диагностики адаптации и показатели, полученные после проведения формирующего эксперимента представлены в таблице 2.

Таблица 2

Сравнение процентного соотношение уровней качеств тревожности по восьми шкалам у учеников 5-х классов до и после формирующего эксперимента («Методика Филлипса»)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Качества тревожности | Уровни | До % | После% |
| Общая тревожность в школе | высокий | 16% | 3% |
| повышенный | 46% | 23% |
| низкий | 38% | 74% |
| Переживание социального стресса | высокий | 20% | 0% |
| повышенный | 65% | 11% |
| низкий | 15% | 89% |
| Фрустрация потребности в достижение успеха | высокий | 15% | 2% |
| повышенный | 69% | 11% |
| низкий | 16% | 87% |
| Страх самовыражения | высокий | 28% | 5% |
| повышенный | 39% | 23% |
| низкий | 33% | 72% |
| Страх ситуации проверки знаний | высокий | 29% | 8% |
| повышенный | 48% | 33% |
| низкий | 23% | 59% |
| Страх не соответствовать ожиданиям окружающих  | высокий | 28% | 3% |
| повышенный | 43% | 23% |
| низкий | 29% | 74% |
| Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | высокий | 28% | 2% |
| повышенный | 49% | 13% |
| низкий | 23% | 85% |
| Проблемы и страхи в отношениях с учителями | высокий | 26% | 5% |
| повышенный | 46% | 31% |
| низкий | 28% | 64% |

 Сравнивая результаты диагностики до и после формирующего эксперимента, мы видим, что увеличилось количество школьников, активно включенных в образовательную деятельность и получающих эмоциональное удовлетворения от процесса обучения, демонстрирующих положительную динамику в развитии и совершенствовании коммуникативных умений и расширение круга общения, способных противостоять негативным факторам в процессе обучения при достижении намеченной цели, не испытывая при этом разрушительных эмоций, успешно преодолевших психоэмоциональные проблемы с самовыражением и самоподачей, которые уверенны в собственных возможностях и преодолели страх публичных выступлений, руководствуясь при принятии решений значимыми для них мотивами, не испытывая при этом негативных переживаний по поводу возможной критики со стороны окружения, а отсутствие переутомления и эмоционального дискомфорта у большинства пятиклассников свидетельствует об успешном приспособлении к новым условиям обучения, настроенность на продуктивное сотрудничество с учителями на основе доверительных, доброжелательных и партнерских отношений, воспринимая требования и претензии учителей как справедливые.

Сравнительный анализ результатов диагностики по опроснику «Методика изучения мотивации обучения школьников при переходе из начальных классов в средние М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина» до и после формирующего эксперимента представлен в таблице 3.

Сравнение процентного соотношение уровней мотивации у учеников 5-х классов до и после формирующего эксперимента («М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина»)

Таблица 3

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровни мотивации | I | II | III | IV | V |
| до | 5% | 21% | 31% | 26% | 17% |
| после | 18% | 33% | 31% | 13% | 5% |

Примечание: I - очень высокий уровень мотивации учения, II - высокий уровень мотивации учения, III - нормальный (средний) уровень мотивации учения, IV - сниженный уровень мотивации учения, V — низкий уровень мотивации учения.

Сравнивая полученные результаты, следует отметить увеличение числа младших подростков с очень высоким уровнем и высоким уровнем мотивации. Эти подростки очень серьезно относятся к образованию, рассчитывая с его помощью добиться высокого социального статуса и возможности помогать людям. Количество учеников со средним уровнем осталось прежним, а количество детей с уровнями ниже среднего с уменьшилось, что свидетельствует об сокращении количества школьников, чья учебная деятельность стимулируется только получением хорошей отметки и страхом наказания и порицания.

Для подтверждения достоверности полученных результатов было проведено статистическое исследование различий показателей адаптации у младших подростков, до и после прохождения программы психолого-педагогического сопровождения с помощью t-критерия Стьюдента и статистического пакета программы SPSS Statistics. Мы предположили: нулевая гипотеза (Н0) - что действительное различие сравниваемых величин равно нулю, то выявленное по данным отличие от нуля несет случайный характер, а альтернативная гипотеза Н1, предполагает, что различие носит не случайный характер. Если tэмп <tкрит, то гипотеза H0 принимается, в противном случае нулевая гипотеза отвергается и принимается альтернативная гипотеза.

Для применения t-критерия Стьюдента необходимо соблюдаться требование нормальности распределения. Проверка распределения переменных на нормальность была осуществлена с помощью критерия Колмогорова- Смирнова, которая показала, что распределение всех переменных соответствует норме, т.к. асимптотическая значимость (2-сторонняя) = 0,200. Расчеты коэффициентов t-критерия Стьюдента представлены в таблице 4.

Таблица 4

Статистические различия выраженности показателей адаптации до и после формирующего эксперимента (t-критерий Стьюдента)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Качества | Значение критерия-Т | ɑ |
| 0,05 |
| Адаптация- опросник А.В. Фурмана | -7,85 | 2,0003 |
|  Мотивация | -14,49 | 2,0003 |
| Общая тревожность в школе | -8,00 | 2,0003 |
| Переживание социального стресса | -12,97 | 2,0003 |
| Фрустрация потребности в достижение успеха | -15,76 | 2,0003 |
| Страх самовыражения | -10,65 | 2,0003 |
| Страх ситуации проверки знаний | -9,76 | 2,0003 |
| Страх не соответствовать ожиданиям окружающих  | -9,14 | 2,0003 |
| Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | -14,75 | 2,0003 |
| Проблемы и страхи в отношениях с учителями | -9,99 | 2,0003 |
| Примечание: N 60; p<0,000001 |

На основании статической обработки данных с помощью параметрического критерия t-критерия Стьюдента были выявлены статистически значимые различия в показателях уровней адаптации у младших подростков до и после прохождения программы психолого-педагогического сопровождения (t= -7,85; опросник А.В. Фурмана) и (t= -14,26; опросник Э. М. Александровской), при tкрит=2,00, что свидетельствует о благоприятных изменениях в психоэмоциональной сфере учащихся, повышая их уровень адаптационных возможностей, положительно влияющих на процесс обучения и взаимоотношения с одноклассниками, учителями.

Сравнение между собой показателей тревожности до и после формирующего эксперимента по опроснику «Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса» также показали значимые различия по восьми шкалам: «общая тревожность в школе» t= -8,00; «переживание социального стресса» t= -12,97; «фрустрация потребности в достижение успеха» t= -15,76; «страх самовыражения» t= -10,65; страх ситуации проверки знаний» t= -9,76; «страх не соответствовать ожиданиям окружающих» t=-9,14; «низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» t=-14,75; «проблемы и страхи в отношениях с учителями» t=-9,99, при tкрит=2,00, что явно указывает на положительную динамику в преодолении дезорганизующих эмоциональных настроений, беспокойства и неуверенности в себе, приобретении уравновешенного спокойного состояния, что увеличивает вероятность использования учащимися адаптивных моделей поведения в стрессовых ситуациях.

Сравнение полученных результатов по «Методике изучения мотивации обучения школьников при переходе из начальных классов в средние М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина» до и после проведения формирующего эксперимента эмпирическое значение t= -14,49, при tкрит=2,00, демонстрирует, что после участия в формирующем эксперименте у школьников повысился уровень мотивации, подростки осознали ценность образования и социальных контактов.

Так как, в ходе статистического анализа, проведенного нами, tэмп < tкрит, то мы отвергаем нулевую гипотезу и принимаем альтернативную гипотезу, различие носит не случайный характер, так как значение p-уровня ≤0,05, можно сделать вывод о статистически значимых различиях в уровне выраженности адаптации до и после программы сопровождения адаптации, а учитывая, что значение t-критерия отрицательное « - » можно говорить о статистически значимом изменении адаптации после проведения программы, то есть проведенная программа оказалась эффективной.

Обобщая и проанализировав результаты научного психологического,мыс уверенностьюможем утверждать, что разработанная и проведенная нами программа психолого-педагогического сопровождения является необходимым фактором для эффективной адаптации младших подростков при переходе из начальной школы в среднее звено.

**Список литературы:**

1. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И. Работа психолога в начальной школе. М.: Совершенство, 2000- 448 с.

2. Борисова И.В. Взаимосвязь школьной тревожности и мотивации учебной деятельности на этапе адаптации к обучению в 5-х классах // Психологическая наука и образование. – 2018. - Т. 23 - № 5 - С. 22-28. - Текст: непосредственный (статья из журнала).

3. Долгова В.И., Барышникова Е.В., Сергиенко А.Ю. Изучение ситуативной тревожности у пятиклассников // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта – 2016. - №6 (136). – С. 226-231- Текст: непосредственный (статья из журнала).

4. Корабельникова Е.А. Тревожные расстройства у подростков // Медицинский совет. -2018. - №18. - С. 34-43. - Текст: непосредственный (статья из журнала).

5. Фонарева Е.Л. Отношение к школе младших подростков как показатель адаптации Социально-психологические вызовы современного общества. Проблемы. Перспективы. Пути развития: Материалы IV Международной научно-практической конференции. – Брянск: РИСО БГУ. 2019 – С. 93-98. – Текст: непосредственный (статья из журнала).

***A.C. Khait***

*Bryansk State University, Russia*

**THE PROGRAM OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNGER TEENAGERS DURING THE TRANSITION FROM PRIMARY SCHOOL TO SECONDARY SCHOOL-AS A FACTOR OF EFFECTIVE ADAPTATION**

***Annotation.*** *The article deals with the problem of school adaptation of younger teenagers during the transition from primary school to secondary school. The article analyzes the results of work on the implementation of the program of psychological and pedagogical support for adaptation, which helps to increase the level of school motivation, reduce anxiety and emotional stress.*

***Keywords:*** *younger teenagers, adaptation, school anxiety, motivation, program of psychological and pedagogical support of adaptation.*