

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ДИНАМИКА АДАПТАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ  
В СРЕДНЕМ ЗВЕНЕ ШКОЛЫ**

АВТОРЕФЕРАТ

4 курса 441 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля «Психология образования»  
факультета психолого-педагогического и специального образования  
ТЕРЕХИНОЙ НАДЕЖДЫ ВЛАДИМИРОВНЫ

Научный руководитель  
д. психол. наук, доцент

\_\_\_\_\_

М.В. Григорьева

Зав. кафедрой  
д. психол. наук, профессор

\_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов  
2017

## ВВЕДЕНИЕ

Адаптация учащихся к процессу обучения все чаще привлекает внимание современных исследователей. Проявленный интерес к проблеме адаптации к школе обусловлен наличием как объективных, так и субъективных трудностей в процессе обучения, о которых все чаще и чаще говорят не только сами школьники, но и их педагоги и родители. Субъекты образовательного процесса постоянно выдвигают все новые и новые идеи, касающиеся эффективных способов приспособления школьников к образовательному процессу, и сами же подвергают их последующей критике.

Очевидно, что однозначного и достоверного ответа на вопрос о том, как помочь школьникам адаптироваться в их сложной деятельности нет, тем не менее необходимо продолжать поиски оптимального и эффективного взаимодействия школьника с образовательной средой. Возникает необходимость изучения динамики адаптационной готовности школьников, так как современные и новые эмпирические данные будут способствовать сохранению мобильности и способности адекватно оценивать жизненные обстоятельства и адаптироваться в них.

**Актуальность исследования** продиктована тем, что с одной стороны, наблюдение за состоянием здоровья школьников, выявляет стойкую тенденцию ухудшения показателей здоровья, с другой стороны, современное общество заинтересовано не только в том, чтобы сохранить, но и улучшить здоровье подрастающего поколения. На здоровье школьников оказывает влияние эмоциональные переживания, вызванные процессом школьного обучения. Чем легче и продуктивнее будет проходить адаптация к школьному обучению, тем меньше будет негативных последствий для здоровья и развития. Огромное значение в этом контексте имеет изучение динамики адаптационной готовности, так как на данных, полученных в ходе ее исследования, могут базироваться программы профилактики и коррекции социально-психологической адаптации школьников.

**Цель исследования:** изучить динамику адаптационной готовности учеников среднего школьного звена.

**Объект исследования:** адаптационная готовность личности.

**Предмет исследования:** динамика адаптационной готовности обучающихся в среднем звене школы.

**Гипотеза исследования:** на этапе обучения подростков в среднем звене школьного образования наблюдается динамика адаптационной готовности школьников, так, начало и окончание среднего звена сопровождается повышенной готовностью по сравнению с остальными классами. Можно выделить и специфику адаптационной готовности в каждом классе. Адаптационная готовность обусловлена: в 5 классе - способностью проявить себя во всей полноте, материализовать свои идеи с учетом индивидуального мировосприятия; в 6 классе - субъективным ощущением физиологической и психологической комфортности внутреннего состояния; в 7 классе - значимостью и важностью социальных навыков; в 8 классе - учебными успехами и психоэмоциональным состоянием школьников; в 9 классе - субъективным соответствием школьника ожиданиям со стороны окружающих.

В соответствии с поставленной целью и выдвинутой гипотезой мы определили следующие **задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.
2. Выявить особенности социально-психологической адаптации и адаптационной готовности учащихся среднего звена школьного обучения.
3. Определить динамику адаптационной готовности учеников среднего звена при переходе из класса в класс.

**Методы исследования:**

1. теоретический анализ психологической литературы по теме исследования;
2. эмпирические методы исследования: тест жизнестойкости в адаптации Леонтьева Д.А., методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда (методика СПА); тест школьной тревожности Филлипса, анкета школьной мотивации в адаптации А.Г. Лускановой, методика САН (диагностика самочувствия, активности, настроения);
3. методы первичной и вторичной математической обработки данных (подсчет среднего арифметического, дисперсии, корреляционный анализ, t-критерий Стьюдента);
4. качественный анализ и содержательная интерпретация результатов.

**Структура работы:** работа состоит из введения, двух глав, заключения и приложений. В тексте работы встречается 5 таблиц и 5 рисунков. Список литературы включает 31 источник.

**В первой главе «ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СРЕДНЕМ ЗВЕНЕ ШКОЛЫ»** учеными рассматривается феномен «адапционной готовности»; компоненты адапционной готовности; структура адапционной готовности; рассматриваются условия формирования адапционной готовности; рассматривается развитие адапционных способностей учащихся среднего звена школы; рассматривается понятие дезадаптации .

**Вторая глава «ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ»** посвящена методическому обоснованию эмпирического исследования и представлению его результатов.

**Методическое обоснование исследования.** Исследование проводилось на базе МОУ СОШ с. Кировское в Саратовской области Марковского района. В нём приняли участие 74 человека: 18 учащихся 5 класса, 13 учащихся 6 класса, 15 учащихся 7 класса, 14 учащихся 8 класса, 14 учащихся 9 класса.

### **Результаты исследования.**

Изучение жизнестойкости личности «Тест жизнестойкости (в адаптации Леонтьева Д.А.)» позволил нам говорить о том, что уровень жизнестойкости школьников среднего звена и его основных параметров находится на среднем уровне. Следует так же отметить, что у опрошенных нами подростков отсутствует и чувство отвергнутости, что позволяет нам говорить о том, что опрошенные школьники не ощущают себя «вне» школьной жизни. Интересен результат исследования по школе «контроль», который позволяет нам говорить о том, что у школьников уже сформирована убежденность в том, что борьба позволит им повлиять на результат обучения, пусть даже это влияние не абсолютно и успех полностью не гарантирован. Полученный результат позволяет нам говорить о том, что подростки знают, что являются активными субъектами образовательного процесса, и их успех в большей степени зависит от собственных действий. Результаты исследования позволяют нам говорить о некоторой готовности школьников к действиям на свой страх и риск. Далее проведен анализ динамики жизнестойкости школьников с пятого по девятый класс. Сравнительный анализ данных разных подгрупп не позволил нам обнаружить значимые различия.

Перейдем к рассмотрению результатов исследования самочувствия, активности и настроения «Методика САН». По результатам исследования можно говорить о том, что школьники достаточно хорошо оценивают свое самочувствие, у них повышенный фон настроения, но при этом достаточно низкая активность. Это может быть связано с нарастанием усталости. Учитывая то, что состояние усталости характерно для школьников начиная с

пятого класса, мы можем с уверенностью говорить о том, что учащимся среднего звена характерна хроническая усталость. Следует отдельно подчеркнуть, что испытывая постоянную, хроническую усталость, школьник теряет интерес к активной образовательной деятельности и к жизни в целом. В ходе проведенного исследования мы не обнаружили существенных различий в проявлении активности и самочувствия, что позволяет нам говорить о неизменчивости данных показателей с пятого по девятый класс. В отношении настроения школьников мы выявили, что динамика изменения при переходе из пятого в шестой, из шестого в седьмой и т.д. классы не проявляется, но сравнивая показатели пятого и девятого класса по параметру настроения, мы обнаружили статистически верное его снижение. Данный результат позволяет нам сделать вывод о том, что к девятому классу школьник характеризуется хронической усталостью и пониженным фоном настроения.

Далее рассмотрим результаты анкеты «Анкета» (модификация А.Г.Лускановой). Говоря о динамике данных параметров, следует отметить, что нами обнаружены различия лишь по параметру «готовность к новой ситуации»: так результаты учащихся пятого и девятого класса демонстрируют более высокую готовность к изменениям. Данные, полученные по разным компонентам школьной тревожности, позволяют констатировать, отсутствие тех или иных тревожных синдромов (факторов). В процессе удовлетворения потребности в успехе и положительных учебных результатов опрошенные нами школьники не испытывают эмоциональных затруднений. Негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопровождающиеся необходимостью демонстрации своих возможностей, самораскрытия, презентации себя другим так же не вызывают существенного беспокойства для школьников. Страх и тревога по поводу несоответствия ожиданиям окружающих, иными словами ориентация на значимость других в оценке своих учебных результатов, поступков и мыслей в целом так же находится на среднем уровне выраженности. Таким образом, школьникам не свойственно испытывать

тревогу по поводу оценок, даваемых окружающими, и в целом они достаточно адаптированы к принятию критики. Существенных проблем и страхов в отношениях с учителями, а так же наличие общего негативного эмоционального фона в процессе взаимоотношений со взрослыми в процессе обучения нами не выявлено. Следует обратить внимание на то, что средний показатель, обнаруженный нами в каждой подгруппе, отражает общую картину, расхождение индивидуальных показателей от среднестатистических в данном исследовании нами не анализировались.

Далее рассмотрим динамику школьной тревожности «Тест школьной тревожности Филлипса». Статистически верных различий в уровне школьной тревожности и выраженности ее основных компонентов при переходе из класса в класс нами не обнаружено. Тем не менее, более глубокий анализ позволил нам констатировать постепенное увеличение уровня тревожности от пятого к девятому классу. Таким образом, уровень тревожности девятиклассников так же входит в зону средней выраженности, но он достоверно выше, чем уровень тревожности в пятом классе.

Далее рассмотрим результаты методики «Методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда» (методика СПА) Результаты исследования социально-психологической адаптации школьников позволяют нам говорить о низкой ее выраженности. Так нами обнаружены достаточно низкие показатели адаптивности, принятия себя, слабо выраженные проявления эмпатии, низкая степень выраженности эмоционального комфорта, а так же внутреннего и внешнего контроля. Невысокие показатели по шкале принятия себя свидетельствуют о том, что подростки не способны принять себя такими, как они есть. Принятие других осложнено несформированным умением понять эмоциональное состояние другого человека. Подросткам не свойственно сопереживание, они не могут проникнуть в субъективный мир другого человека, у опрошенных наблюдается недостаточно выраженные проявления эмпатии. В отношении эмоционального комфорта, а именно ощущения признания личностной,

человеческой ценности и значимости независимо от того, какими качествами обладает школьник, так же были получены невысокие показатели. Полученный результат позволяет нам предположить, что эмоциональный дискомфорт вызван наличием объективно непреодолимых трудностей, которые возникают на пути к решению жизненных задач. Показатель внутреннего контроля имеет невысокую оценку у большинства опрошенных. Нами обнаружена низкая степень самопринятия. Рассмотрим динамику социально-психологической адаптации подростков. К девятому классу у школьников значительно по сравнению с предыдущими годами обучения снижается уровень адаптации, принятия себя, интернальности и стремления доминировать. Эскапизм, эмоциональный комфорт и принятие других в течение всего обучения в средних классах, динамику не проявляет.

Далее рассмотрим корреляционные взаимосвязи.

В группе учащихся 5 класса были обнаружены следующие взаимосвязи:

- *Жизнестойкость и интернальность* ( $r=-0,47$ , при  $p<0,05$ );
- *Жизнестойкость и низкая сопротивляемость стрессу* ( $r=0,40$ , при  $p<0,05$ );
- *Адаптация и активность* ( $r=-0,41$ , при  $p<0,05$ );
- *Адаптация и страх самовыражения* ( $r=0,40$ , при  $p<0,05$ ).

Обнаруженные взаимосвязи позволяют нам говорить о том, что адаптационная готовность учащихся пятого класса обусловлена их высокой способностью обеспечивать психическую активность и тем самым обуславливать ее эффективность. Наиболее готовыми в этом контексте являются пятиклассники, которые могут приписывать причины и ответственность за результат деятельности себе. Мы считаем, что это в большей мере касается положительных результатов, тем не менее и

ответственность за негативный результат может послужить сигналом для корректировки деятельности и развитие ее на более высоком уровне. Психическая активность и интернальность является, с нашей точки зрения, залогом самовыражения. Так, адаптационная готовность пятиклассников взаимосвязана со способностью проявить себя во всей полноте, материализовать свои идеи с учетом индивидуального мировосприятия. Таким образом, работая с пятиклассниками нужно опираться на заложенный в них потенциал, который стремится к раскрытию. Иными словами, педагогам нужно опираться на их стремление к самовыражению, которое заложено в детях на генетическом уровне и является такой же потребностью, как стремление утолить голод, жажду, создать комфортные условия жизни. Игнорирование данной потребности лишает школьника возможности быть по-настоящему счастливым и снижает их дальнейшую адаптацию.

В группе учащихся 6 класса были обнаружены следующие взаимосвязи:

- *Адаптация и жизнестойкость* ( $r=0,72$ , при  $p<0,01$ );
- *Адаптация и самочувствие* ( $r=0,54$ , при  $p<0,05$ );
- *Адаптация и настроение* ( $r=0,52$ , при  $p<0,05$ );
- *Адаптация и учебная активность* ( $r=0,59$ , при  $p<0,05$ );
- *Жизнестойкость и учебная активность* ( $r=0,56$ , при  $p<0,05$ );
- *Жизнестойкость и интернальность* ( $r=0,56$ , при  $p<0,05$ )

Полученные в группе шестиклассников результаты позволяют констатировать динамику адаптационной готовности. Так, в плане адаптационной готовности шестиклассников наиболее значимыми оказываются такие параметры как самочувствие и настроение. Следовательно, работая с шестым классом необходимо уделять внимание их субъективным ощущениям физиологической и психологической комфортности внутреннего состояния. Интернальность, на данном этапе, так же имеет большое значение в плане готовности школьников к дальнейшему

приспособлению к процессу обучения, таким образом на данном этапе необходимо развивать у школьников локус-контроль. То, что касается общей психической активности шестиклассников, нами замечен ее сдвиг в сферу именно учебной деятельности. Если в пятом классе важен процесс самовыражения как таковой (хобби, внешкольные увлечения и т.п.), то в шестом классе самовыражение целесообразно организовывать именно через учебную активность.

В группе учащихся 7 класса были обнаружены следующие взаимосвязи:

- *Жизнестойкость и переживание социального стресса* ( $r=-0,61$ , при  $p<0,05$ ).
- *Адаптация и фрустрация потребности в достижении успеха* ( $r=-0,58$ , при  $p<0,05$ );
- *Адаптация и проблемы в отношениях с учителями* ( $r=-0,63$ , при  $p<0,05$ ).

Анализируя адаптационную готовность учащихся седьмого класса, мы видим значимость и важность социальных навыков. Так, дальнейшая адаптация семиклассников во многом обусловлена возможностью удовлетворить потребность в достижении успеха и развития коммуникативных навыков, в частности тех, которые необходимы в процессе взаимодействия с учителями.

В группе учащихся 8 класса были обнаружены следующие взаимосвязи:

- *Жизнестойкость и успеваемость* ( $r=0,59$ , при  $p<0,05$ );
- *Жизнестойкость и учебная активность* ( $r=0,50$ , при  $p<0,05$ );
- *Жизнестойкость и общая тревожность в школе* ( $r=-0,50$ , при  $p<0,05$ );
- *Адаптация и готовность к новой ситуации* ( $r=0,46$ , при  $p<0,05$ )

- *Адаптация и низкая физиологическая сопротивляемость стрессу ( $r=-0,49$ , при  $p<0,05$ )*

Адаптационная готовность, как предрасположенность к дальнейшему процессу адаптации восьмиклассников, обусловлена школьными успехами и психоэмоциональным состоянием школьников. Так, для восьмиклассников, с точки зрения адаптационной готовности, наиболее ценным являются уровень усвоения объема учебных знаний, сформированность учебных навыков и умений, предусмотренных учебной программой. Следует отметить, что значение имеет не только объем сформированных компетенций, но и уровень их осмысленности, полноты, глубины, прочности по субъективным оценкам самого школьника.

В группе учащихся 9 класса были обнаружены следующие взаимосвязи:

- *Жизнестойкость и эмоциональный комфорт ( $r=0,55$ , при  $p<0,05$ );*
- *Адаптация и активность ( $r=-0,54$ , при  $p<0,05$ );*
- *Адаптация и переживание социального стресса ( $r=-0,75$ , при  $p<0,05$ );*
- *Адаптация и страх ситуации проверки знаний ( $r=-0,51$ , при  $p<0,05$ );*
- *Адаптация и страх не соответствовать ожиданиям окружающих ( $r=-0,51$ , при  $p<0,05$ );*
- *Адаптация и низкая физиологическая сопротивляемость стрессу ( $r=-0,55$ , при  $p<0,05$ ).*

В девятом классе значение приобретает активность, о которой мы уже говорили, анализируя результаты, полученные в группе пятиклассников, навыки социального взаимодействия, которые распространяются не только на учителей (как это было в седьмом классе), но и на других представителей

социального окружения школьников, а так же принятие со стороны других. В этом контексте возникает повышенная тревожность в ситуации публичной проверки знаний у школьника и в целом вопросы субъективного соответствия школьника ожиданиям со стороны окружающих.

Таким образом, полученный результат позволяет нам говорить о том, что в среднем звене есть как общие компоненты адаптационной готовности школьников, так и специфичные, характерные для конкретного класса.

Полученный результат позволяет нам дать следующие рекомендации. Исходя из основных составляющих полноценной возрастнопсихологической характеристики развития, при организации психологопедагогического процесса формирования адаптационной готовности личности к динамической образовательной среде должны учитываться:

- эмоциональное благополучие как показатель полноценности социальной ситуации развития;
- успешность социальных контактов со взрослыми и сверстниками (эмоциональная привлекательность родителей и учителей, значимость общения с ними, социометрический статус в коллективе сверстников, эмоциональная удовлетворенность своим положением в системе межличностных отношений в классе);
- продуктивность учебной деятельности, которая является ведущей на протяжении всего школьного детства (учебная активность, усвоение знаний);
- особенности поведения, которые выступают внешним выражением внутреннего мира человека, всей системы его жизненных установок, ценностей и идеалов;
- сформированность возрастных новообразований.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Динамичность современной общественной жизни требует от человека необходимости быстро реагировать на постоянно изменяющиеся условия и факторы, подстраиваться под социальное окружение или же напротив, влиять на него. Особенно актуально это по отношению к категории школьников, тем более тех, которые находятся на кризисных или переходных этапах развития. Развитие адаптационных способностей учащихся среднего звена школы – важная задача современного образования, так как именно от умения молодых людей гибко приспосабливаться к динамичным условиям современной жизни и деятельности зависит развитие общества в целом. На современном этапе развития разработка системы психолого-педагогического сопровождения процесса формирования адаптационной готовности школьников к динамической образовательной среде осознается как одно из актуальных направлений прикладных исследований психолого-педагогической службы образования. Разработка данной проблемы требует поиска условий, методов и средств, обеспечивающих интеграцию активности субъектов образовательного процесса, более эффективное использование потенциала их взаимодействия в решении адаптационных проблем школьников в критические и переходные периоды развития. Одним из важнейших образований личности выступает адаптационная готовность личности, представляющая собой образование, включающее в себя установки на возможность приспособления к ситуации и преодолимость трудностей, возникающих в ходе реализации активности, соотнесенные с представлениями личности о своих возможностях и представлениями о значимости сфер активности для самореализации. Задача изучения адаптационной готовности и ее факторов, включая широкий круг внешних и внутренних условий социализации личности, выступает сегодня одной из главных в области социальной психологии и психологии образования.

Исходными принципами и нормативами организации взаимодействия субъектов психолого-педагогического сопровождения по профилактике и коррекции факторов риска адаптационной готовности школьников в критические и переходные периоды развития выступают:

- принцип профессиональной компетентности субъектов сопровождения адаптации школьников в критические периоды развития;

- принцип объективности и полноты информации об особенностях протекания социально-психологической адаптации школьников в критические периоды развития;

- принцип учета индивидуально-типологических особенностей школьников с различным уровнем адаптации;

- принцип позитивно ориентированной активности субъектов психолого-педагогического сопровождения адаптации школьников в критические периоды развития;

- принцип согласованности индивидуальных действий субъектов сопровождения по профилактике и коррекции факторов риска социально-психологической адаптации школьников в период возрастных кризисов.

Проведенное эмпирическое исследование позволило сделать следующие выводы:

1. На этапе обучения подростков в среднем звене школьного образования наблюдается динамика адаптационной готовности школьников, так, начало и окончание среднего звена сопровождается повышенной готовностью по сравнению с остальными классами.
2. Адаптационная готовность обучающихся в 5 классе обусловлена способностью проявить себя во всей полноте, материализовать свои идеи с учетом индивидуального мировосприятия;
3. Адаптационная готовность обучающихся в 6 классе обусловлена субъективным ощущением физиологической и психологической комфортности внутреннего состояния;

4. Адаптационная готовность обучающихся в 7 классе обусловлена значимостью и важностью социальных навыков;
5. Адаптационная готовность обучающихся в 8 классе обусловлена учебными успехами и психоэмоциональным состоянием школьников;
6. Адаптационная готовность обучающихся в 9 классе обусловлена субъективным соответствием школьника ожиданиям со стороны окружающих.

Результаты проведенного эмпирического анализа позволили нам обозначить практические рекомендации. В целом в ходе проведенного анализа нами достигнута поставленная цель, решены выдвинутые задачи, гипотезы нашли свое подтверждение. Перспективным направлением наших дальнейших исследований видим разработку тренинговых программ, направленных на развитие адаптационного потенциала школьников и дальнейшей эффективной их социально-психологической адаптации.