

Татьянчиков А.О.

кандидат психологічних наук, ст. викладач

Рецензент – ст. викладач С.В. Сарнацький

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ДО НАВЧАННЯ В ОСНОВНІЙ ШКОЛІ

Анотація: у статті розглянуто психологічні особливості адаптації підлітків на одному із кризових етапів навчання – при переході до основної школи. Визначено причини і показники шкільної дезадаптації учнів на цьому етапі. Вказано на особливу роль мислення в адаптаційному процесі при переході від початкової до основної школи.

Ключові слова: адаптація, підлітки, розумові операції, етап переходу від початкової до основної школи.

Аннотация: в статье рассматриваются психологические особенности адаптации подростков на одном из кризисных этапов обучения – при переходе к основной школе. Определяются причины и показатели школьной дезадаптации учащихся на этом этапе. Указывается на особенную роль мышления в адаптационном процессе при переходе от начальной к основной школе.

Ключевые слова: адаптация, подростки, умственные операции, этап перехода от начальной к основной школе.

Проблема адаптації до нових умов навчання періодично постає перед кожною дитиною. Вона виникає зазвичай на початку навчання у школі, при переході до основної та старшої школи, при вступі у професійні навчальні заклади. На кожному з цих етапів дитина потребує особливої уваги та підтримки з боку педагогів, шкільних психологів та батьків. Від їх професіоналізму та обізнаності в цій сфері багато в чому залежить подальший всебічний розвиток дитини, розкриття її нахилів, здібностей, успішність навчання, становлення її як особистості.

Найбільш складним з цієї точки зору є період переходу від початкової до основної школи, який до того ж збігається за часом зі зміною вікового етапу розвитку дитини – переходом від молодшого шкільного віку до підліткового. Цей період вважається дуже серйозним і має своєрідні особливості. Тому робота з підвищення рівня адаптованості школярів до навчання в основній школі повинна починатись передусім з розгляду психологічних особливостей дітей на даному віковому етапі їх розвитку.

Доведено, що найбільш низькі показники психічного здоров'я учнів реєструються в 1-х, 5-х і 9-х класах. Ці періоди навчання співпадають з кризами розвитку 6-7 років, 10-11 років і 15-16 років і обумовлюють підвищений рівень невротичних проявів учнів, що пов'язано відповідно з початком навчання, переходом до предметного навчання в основній школі й пубертатним періодом, а також з вибором подальшого життєвого шляху [3].

Більшість вчителів і шкільних психологів відмічають, що одним з найбільш складних періодів шкільного навчання вважається перехід від початкової до основної ланки школи. На початку п'ятого класу школярі переживають період адаптації до нових умов навчання за своїми характеристиками схожий з періодом вступу дітей до школи, їхньої подальшої адаптації в першому класі.

Зміни умов навчання пов'язані з появою нових предметів, кабінетною системою, заміною одного вчителя декількома вчителями-предметниками, які до того ж мають власні вимоги до учнів та стиль викладання навчального матеріалу. При цьому підліткам доводиться вирішувати низку психологічних і організаційних проблем, самотужки розв'язати більшість з них дитина виявляється не в змозі.

Умови навчання в основній школі характеризуються постійно зростаючим навантаженням, висувають високі вимоги до інтелектуального та особистісного розвитку дитини, її навчальних знань. Навчальна програма основної школи розрахована здебільшого на використання учнями прийомів понятійного мислення, яке в них починає формуватись тільки наприкінці молодшого шкільного віку. Крім того, рівень розвитку дітей у цьому віці не однаковий: в одних відповідає умовам успішного навчання та розвитку, а в інших ледь досягає припустимої межі. В результаті чого виникає невідповідність розумового розвитку школярів вимогам, які висуває перед ними навчальна діяльність, що, в свою чергу, значно ускладнює адаптаційний процес, призводить до розладів емоційної та особистісної сфер молодшого підлітка.

Серед інших причин шкільної дезадаптації можна виділити також поганий стан здоров'я, низький рівень мотивації до навчальної діяльності, низький рівень розвитку загальних здібностей, несформованість емоційно-вольової сфери, високий рівень домагань на тлі низьких можливостей, характерологічні особливості, високий рівень шкільної тривожності, гіперактивність, незрілість психіки, неприйняття колективом однолітків, неприйняття вчителями, проблеми в сім'ї тощо.

Спостереження шкільних психологів свідчать, що під час переходу учнів з початкової школи до основної стрімко погіршується також їх психоемоційне самопочуття, а саме: знижується рівень їх навчальної та ігрової активності, відбуваються негативні зміни в настрої. Все це свідчить про невідповідність психоемоційного статусу п'ятикласників новим вимогам шкільного навчання, оволодіння якими викликає в них помітні труднощі. Це, в свою чергу, проявляється в зникненні інтересу до навчання, швидкій втомлюваності, підвищеній шкільній тривожності, агресивності, фрустрації, дитячих страхах, зниженні самооцінки, загостренні стосунків з батьками і педагогами.

З педагогічної точки зору стан дітей у цей період характеризується низькою організованістю, навчальною неухважністю та недисциплінованістю, зниженням зацікавленості до навчання та його результатів [5].

У середніх класах, як правило, знижується успішність навчання, а спонукання до нього в значній мірі йде ззовні: школярі проявляють старанність на заняттях, частіш за все, заради оцінок, які від них постійно вимагають у школі та вдома. В більшості випадків це пов'язано зі зміною умов навчання, про які було зазначено вище, але найбільш суттєву роль при цьому відіграють вікові особливості школярів [2].

Отже, на початку навчання в основній школі в учнів виникає своєрідне проміжне положення: значення умов, що сприяли успішному навчання в початковій школі зменшується, а нові стимули до навчання, які визначаються більш віддаленими цілями навчання, установкою на майбутнє, ще недостатньо розвинені.

Ситуація значно ускладнюється тим, що на цьому етапі діти переживають відразу дві кризи – освітню, яка провокується недосконалістю існуючої освітньої системи, та вікову,

пов'язану зі вступом дитини до підліткового віку. Синхронізація двох криз у житті людини може призвести до більш серйозних наслідків, ніж послідовне переживання кожної з них [7].

Ось чому на цьому етапі школярам потрібна постійна допомога з боку вчителів. Утім, часто самі вчителі психологічно не готові до ускладнень, характерних для цього періоду. Це проявляється в недостатності знань специфіки вікових та індивідуально-психологічних особливостей дітей, нерозумінні труднощів, що виникають у школярів у процесі адаптації, неузгодженості вимог педагогів.

У певному розумінні адаптаційний період доводиться проходити й вчителям, які раніше працювали в старших класах. Це обумовлюється тим, що різка зміна віку учнів потребує від вчителя зміни манери поведінки, стилю спілкування та активного словникового запасу, яким він користується під час занять. Вчителям буває досить важко швидко переключитися з психологічних особливостей випускників школи 16-17-річного віку на можливості дітей 10-11 років, а також відразу запам'ятати та швидко взнати всіх учнів, що є бажаним для успішної організації навчання й спілкування.

Отже, під *адаптацією* до основної школи розуміється пристосування школярів до нових умов навчання й якісно нового рівня спілкування, вироблення нових стереотипів, що дає можливість їм долати труднощі й успішно оволодівати навчальною діяльністю [4].

Навчальна адаптація учнів при переході з початкової до основної школи розглядається також як процес взаємодії особистості п'ятикласника та освітнього середовища школи. У результаті такої взаємодії, встановлюється оптимальна відповідність можливостей, нахилів, інтересів, знань, умінь і навичок дитини, що були набуті на попередніх етапах навчання, виховання й розвитку, з одного боку, та умов освітньої системи, з іншого. Крім того, адаптація учня до основної школи включає в себе діалектичну єдність фізіологічної, психологічної та соціальної адаптації, що проявляється в навчально-виховному процесі.

Адаптаційний процес складається з трьох послідовних етапів, тривалість кожного з яких становить 1-2 місяці: первинна адаптація, часткова адаптація, повна адаптація.

Первинна адаптація являє собою перші взаємодії особистості й середовища, на які дитина відповідає бурною реакцією та значним напруженням. Протягом цього періоду школяр починає освоювати новий простір всередині школи, а також перебудовувати свої взаємостосунки з однокласниками та вчителями-предметниками. При цьому учень знайомиться з новими навчальними предметами й новими вимогами.

Часткова адаптація характеризується нестійким пристосуванням школяра, в процесі якого він знаходить оптимальні способи взаємодії в нових для нього умовах школи. Причому ці способи не завжди є адекватними.

Повна адаптація являє собою стійке пристосування, в результаті якого учень знаходить адекватні способи реагування на нову ситуацію, що вже є власною адаптацією. Однак, говорити про завершення адаптаційного періоду можна тільки наприкінці навчального року [6].

Найбільш ризиковим періодом з точки зору шкільної дезадаптації виступає перша половина першого семестру п'ятого класу. Саме в цей період діти потребують особливої уваги як з боку педагогів і шкільних психологів, так і з боку батьків.

До тих чи інших проявів дезадаптації схильні більшість учнів п'ятих класів. Втім існують деякі відмінності в особливостях протікання адаптаційного процесу в школярів різних груп, виділених за тими чи іншими ознаками.

Так, хлопчики частіше успішно адаптуються у позанавчальній сфері шкільного життя, а дівчата – в навчальній. При цьому у хлопчиків сильніше виражена диференціація сфер навчального та позанавчального спілкування, а їх соціальний статус частіше змінюється при переході до п'ятого класу. Для дівчат характерним є більш високий рівень рефлексії ситуації переходу до основної школи, внутрішня мотивація навчання, зниження шкільної тривожності.

Діти, які навчаються у гімназіях, порівняно з учнями загальноосвітніх шкіл, більш успішно адаптуються до нових умов навчання в основній школі, що проявляється у нижчому рівні шкільної і особистісної тривожності, більш позитивному ставленні до навчання, доброзичливих стосунках з вчителями. Цей факт пов'язаний з інтелектуалізацією всіх сфер діяльності учнів гімназій.

Необхідним етапом вивчення рівня адаптованості молодших підлітків до навчання в основній школі є чітке визначення *показників* цього процесу. У психолого-педагогічній літературі виділяють наступні *критерії* (показники) адаптованості п'ятикласників: валеологічний (рівень фізичного здоров'я дитини), психологічний (рівень мислення, довільності, навчальної мотивації, рівень тривожності, агресивності, дезадаптації), соціально-психологічний (міжособистісні відносини в класі, комфортність у школі, вихованість учня, задоволеність навчальним процесом), освітній (якість підготовки учнів за предметами, успішність навчання, удосконалювання загальнонавчальних умінь) [6].

Окремої уваги потребує вивчення рівня шкільної тривожності, як одного з основних показників емоційного неблагополуччя школярів, що неминуче супроводжує адаптаційний процес. Тривожність підвищується в ситуаціях, в яких дитина схильна переживати нейтральні шкільні ситуації як ті, що створюють загрозу її уявленням про себе, самооцінці, особистісним інтересам і цінностям. При цьому помірний рівень тривожності може сприяти успішному перебігу процесу адаптації, а підвищений – його гальмувати.

Значним фактором, що впливає на адаптаційний процес в цей період, визначається навчальна мотивація, яка починає формуватися в молодшому шкільному віці. Нерозвиненість внутрішніх мотивів навчання, поряд з широко представленими мотивами уникнення неприємностей, в учнів загальмовують й погіршують не тільки їх соціально-психологічну, але й інтелектуальну та емоційну адаптацію.

Важливим чинником адаптації школярів до нових умов навчання в основній школі є їхні міжособистісні стосунки. Негативні взаємостосунки в класі значно знижують можливість окремих дітей адаптуватися, а позитивні, навпаки, сприяють цьому процесу (Є.Коблик, Н.Лебеєва, Є.Підчасов, Г. Цукерман та ін.).

Поряд з питанням про адаптацію в п'ятому класі постає питання про *готовність* молодших школярів до переходу до основної школи, що є передумовою подальшої успішної адаптації. Така готовність повинна включати три взаємопов'язані *компоненти*: фізичну готовність (стан фізичного здоров'я дитини), інтелектуальну готовність (стан сенсорного розвитку, розумовий розвиток, розвиток мови), особистісну готовність. Інтелектуальна та особистісна готовність відображують поняття психологічної готовності до навчання в основній школі. Це поняття є складним і багатограним та включає в себе достатній рівень

розвитку пізнавальної сфери, стійку мотивацію навчання, вольову готовність до подолання труднощів і негативних емоцій.

Недостатній рівень *інтелектуального розвитку* випускників початкової школи значно утруднює їх навчання в основній школі, адже інтелект є важливою умовою засвоєння навчального матеріалу. Найбільших труднощів при цьому зазнають школярі, у яких недостатньо розвинені розумові операції (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, абстрагування). Діти, які включаються в організовану навчальну діяльність з недостатньо розвиненими розумовими операціями, зазнають значних труднощів не тільки на першому етапі навчальної діяльності, але й на всіх наступних. Крім того, формування поведінки дитини та вибір шляхів досягнення нею певних цілей відбуваються лише при багаторазовому співставленні різних варіантів її діяльності та аналізі всіх вихідних понять та ситуацій. Вочевидь, що головну роль у цих процесах відіграє мислення.

Утім, те, наскільки легко й швидко молодший підліток пристосується до умов основної школи, залежить не тільки від його інтелектуальної готовності, але й від сформованості вмінь і навичок, які визначають процес адаптації: вмінь усвідомлювати вимоги вчителя та відповідати їм, встановлювати міжособистісні стосунки з педагогами, приймати й дотримуватися правил життя класу та школи; навичок спілкування та гідної поведінки з однокласниками, спільної (колективної) діяльності, самостійного вирішення конфліктів мирним шляхом, самопідтримки, адекватної оцінки власних можливостей і здібностей [1].

Отже, від рівня готовності школяра до навчання в основній школі багато в чому залежить ефективність процесу адаптації на цьому етапі, що, в свою чергу, значною мірою визначає успішність всієї навчальної діяльності підлітка, збереження його фізичного та психічного здоров'я. Провідну роль в цьому процесі відіграє інтелектуальна готовність, що проявляється, передусім, в достатньому рівні розвитку мислення і сформованості основних розумових операцій.

Література

1. Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс! Программа адаптации детей к средней школе / Е.Г. Коблик. – М.: «Генезис», 2007. – 122с.
2. Лейтес Н.С. Умственные способности и возраст / Н.С. Лейтес.– М.: Педагогика, 1971.– 279с.
3. Литвиненко Н.В. Адаптация школьников в критические периоды развития к образовательной среде: автореф. дис. на соиск. учен. степени доктора психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогическая и возрастная психология» / Н.В. Литвиненко.– Самара, 2009.– 47с.
4. Новикова Е.В. Особенности общения и проявления школьной дезадаптации у младших школьников и подростков / Е.В. Новикова // Общение и формирование личности школьника.– М.: Педагогика, 1987.– С. 13-48.
5. Підчасов Є.В. Динаміка психологічної адаптації особистості молодшого підлітка до навчання в основній школі: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Підчасов Євген Вікторович.– Х., 2010.– 245с.
6. Сперанская Н.И. Учебная адаптация учащихся при переходе из начальной в основную школу: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Сперанская Нина Ивановна.– Тюмень, 2001. – 133с.

7. Цукерман Г.А. Переход из начальной школы в среднюю как психологическая проблема / Г.А. Цукерман // Вопросы психологии.— 2001.— № 5.— С. 19-34.

8. Татьянчиков А.О. Розумові операції в контексті адаптації учнів до навчання в основній школі: Методичні рекомендації педагогічним працівникам загальноосвітніх шкіл та практичним психологам.— Слов'янськ: Вид-во Б.І. Маторіна, 2015. — 114с.