

Забродина Любовь Александровна

канд. психол. наук, доцент

Куришева Мария Юрьевна

студентка

ФГБОУ ВО «Самарский государственный
социально-педагогический университет»

г. Самара, Самарская область

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПЯТИКЛАССНИКОВ-КАДЕТОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ

***Аннотация:** в данной статье описаны результаты опытно-экспериментального исследования, направленного на устранение признаков дезадаптации к новым условиям обучения пятиклассников, поступивших в кадетский класс, средствами экспериментальной программы психологического сопровождения подростков в период адаптации.*

***Ключевые слова:** адаптация, дезадаптация, стрессоустойчивость, школьная тревожность, учебная мотивация, социальный статус.*

В настоящее время в нашей стране интенсивно развивается школьная психологическая служба. Одной из основных целей психологической помощи детям и подросткам в условиях образовательных учреждений является содействие развитию личности обучающихся, и сохранение их психологического здоровья. Важным условием в достижении этой цели является обеспечение успешной адаптации обучающихся к образовательной среде и к новым условиям обучения. Более того в последнее время становится все более популярно обучение в разнопрофильных школах, где обучающиеся с переходом в пятый класс не просто меняют образовательное учреждение, учителей, но и коллектив сверстников, учебную программу, то есть условия обучения в целом [2].

Таким примером служит кадетский корпус – военизированное общеобразовательное учебное заведение интернатного типа. Поступление подростков на первый курс кадетского корпуса и их переход из начального звена школьного

обучения в среднее, является сложным периодом и связан с трудностями не только учебного характера, но и с организацией жизни подростков в условиях интерната: жизнедеятельность вне семьи, трудности в межличностных взаимоотношениях со сверстниками, усложнение требований со стороны педагогов, предъявляемых к дисциплине и к личностным качествам кадетов и другое.

В процессе взаимодействия подростков с новой средой жизнедеятельности в условиях кадетского корпуса, с новыми условиями обучения возникают различные риски, обусловленные как совокупностью режимных, когнитивных и эмоциональных нагрузок, так и связанные со спецификой данного учебного заведения, а именно: с военизированным укладом и интернатными условиями жизнедеятельности [2].

Кардинальные изменения образа жизни подростков ведут к определенным трудностям в адаптации к новым условиям обучения в кадетском корпусе, избежать или в некоторой степени, смягчить которые возможно, благодаря психолого-педагогическому сопровождению каждого кадета в первый год его обучения.

Психолого-педагогическая практика свидетельствует о том, что для большинства обучающихся в данный момент типичны эмоциональная нестабильность, нарушение поведения, повышенная утомляемость, снижение успеваемости. Выявление данных трудностей, а так же поиск путей организации эффективного психолого-педагогического сопровождения обучающихся при переходе в среднее звено и к новым условиям обучения являются наиболее актуальными задачами педагогической психологии. Учитывая важность данных задач, до недавнего времени количество научных исследований, которые посвящены психологическим особенностям обучающихся к новым условиям обучения в среднем звене в условиях кадетского корпуса, психолого-педагогическим условиям, которые способствуют эффективности решения данной проблемы немного. Именно поэтому целью нашего исследования стало изучение особенностей организации психолого-педагогического сопровождения пятиклассников в период адаптации к новым условиям обучения в кадетском корпусе.

Исследование проводилось на базе *ФГКОУ «Самарский кадетский корпус МВД России г. о. Самара*. В исследовании приняли участие обучающиеся пятого класса в количестве 22 человек. В возрасте от 10 до 11 лет.

Критериями изучения психологической адаптации в нашем исследовании стали: уровень школьной тревожности обучающихся, уровень сформированности учебной мотивации, уровень интеллектуального развития и особенности взаимоотношения со сверстниками. Для определения особенностей адаптации подростков к новым условиям обучения были использованы диагностические методики: тест тревожности Филлипса, анкета школьной мотивации Н.Г. Лускановой, групповой интеллектуальный тест (ГИТ), методика исследования межличностных отношений методом социометрии.

Результаты констатирующего эксперимента показали, что у подростков, поступивших в кадетский класс, по шкале «общая тревожность в школе» у 16,7% пятиклассников наблюдается высокий уровень. Повышенный уровень тревожности отмечается у 33,3% испытуемых. Нормальный уровень тревожности в школе имеют 50% пятиклассников. Результаты показывают, что испытывают тревожность в ситуации проверки знаний 20% подростков. Страх, не соответствовать ожиданиям окружающих, выявлен у 23,3% пятиклассников. В целом, 30% школьников имеют высокий уровень тревожности вследствие низкой физиологической сопротивляемости стрессу. В общении с учителями у 23,4% испытуемых отмечается сильное эмоциональное напряжение. Немного слабее оно проявляется у 33,3% школьников данного класса. 43,3% испытуемых не испытывают тревожные состояния и страхи в отношениях с учителями и могут успешно с ними взаимодействовать.

Таким образом, мы видим, что характерными особенностями пятиклассников являются проявления тревожности разной степени, выраженная фрустрация потребности в достижении успеха, страх проверки знаний, низкая сопротивляемость стрессу, трудности во взаимодействии с учителями. Школьники имеют трудности преодоления социальных стрессов, возникающих в результате различ-

ных конфликтов, не соответствия оценке окружающих, критичного к ним отношения. Наиболее выраженной чертой у таких подростков является сниженная стрессоустойчивость, которая может негативно сказаться на их успешной адаптации к среднему звену и к новым условиям обучения.

По результатам диагностики Н.Г. Лускановой был определен уровень школьной мотивации подростков (кадетов). Высокий уровень мотивации сформирован у 13,3% школьников. Хорошая школьная мотивация отмечается у 20% обучающихся. У 50% пятиклассников наблюдается положительное отношение к школе. Низкий уровень школьной мотивации выявлен у 13,3% обучающихся. Негативное отношение к школе, которое является одним из признаков дезадаптации отмечен у 3,4%.

Результаты теста «ГИТ» свидетельствуют о том, что уровень выше нормы в данном классе не определен. У 50% пятиклассников отмечается возрастная норма в интеллектуальном развитии. Близкий к норме уровень интеллектуального развития наблюдается у 20% обучающихся. Низкий уровень определился у 30% испытуемых.

Благоприятные межличностные отношения являются основой успешной адаптации обучающихся пятиклассников. Поэтому с подростками была проведена социометрия, которая позволила определить особенности межличностных отношений в кадетском классе. Позиция «лидер» характерна для 16,7% обучающихся. В число «предпочитаемых» сверстников вошли 63,3% обучающихся. Трудности во взаимоотношениях с одноклассниками отмечают у 20% обучающихся, которые вошли в число «оттесненных».

Таким образом, результаты диагностики констатирующего этапа свидетельствуют о том, что у пятиклассников, поступивших в кадетский класс наблюдается в основном средний уровень адаптации к новым условиям обучения (40%), у 23,3% отмечен низкий уровень адаптации к новым условиям обучения и 36,7% пятиклассников-кадетов высокий уровень адаптации к новым условиям обучения.

Итак, результаты констатирующего эксперимента позволяют нам сделать вывод о том, что своевременная оценка уровня адаптации пятиклассников к новым условиям обучения, позволит организовать психологическое сопровождение подростков, имеющих средний и низкий уровни адаптации, с целью их успешной адаптации к новым условиям обучения в кадетском корпусе.

На основе результатов эмпирического исследования, опираясь на теоретические и экспериментальные исследования А.А. Карпухиной, В.А. Корневской, Д.М. Мамонтовой, Л.Г. Федоренко и других, была разработана экспериментальная программа психолого-педагогического сопровождения подростков к новым условиям обучения» Я-пятиклассник».

Целью программы стало: обеспечение психологической помощи курсантам в период адаптации к новым условиям обучения в кадетском корпусе и устранение признаков дезадаптации.

Основными задачами являются:

- 1) формирование представлений у подростков о собственных индивидуальных особенностях и особенностях одноклассников;
- 2) обучение самоконтролю за собственным эмоциональным состоянием и поведением;
- 3) формирование конструктивных межличностных отношений со сверстниками:
 - овладение способами конгруэнтной коммуникации со сверстниками;
 - развитие эмпатии, толерантного отношения к одноклассникам;
 - развитие навыков сотрудничества, взаимоподдержки, взаимопомощи;
 - обучение способам конструктивного разрешения конфликтов;
- 4) формирование позитивного отношения к образу «Я»;
- 5) формирование представлений у педагогов и родителей об особенностях протекания процесса адаптации у подростков с учетом их личностных особенностей и умений конструктивного общения и взаимодействия с подростками в период адаптации их к новым условиям обучения.

Программа психолого-педагогического сопровождения пятиклассников к новым условиям обучения состоит из двух блоков:

Первый блок: работа психолога с подростками «Я-пятиклассник» нацелена на устранение признаков дезадаптации у пятиклассников, поступивших в кадетский класс, и сохранение их психологического здоровья.

Программа рассчитана на 10 занятий, по времени – время урока (45 мин.). Проводилось 1 раза в неделю, в течение первой четверти в условиях кадетского корпуса в свободное от учебной деятельности время.

В данный блок вошли тренинговые занятия с подростками, индивидуальные и групповые консультации с пятиклассниками. На занятиях с подростками использовались в основном активные методы обучения: дискуссии, ролевые игры, тренинг. В работе с подростками широко применялись арт-терапевтические методы: рисуночная терапия «Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок»...), образно-тематическое рисование: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением подростка образов («Счастье», «Добро»...), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства подростка («Радость», «Гнев», «Обида»...); *метафорические истории и притчи; игровые методы и приемы; элементы драмотерапии и другие.*

Каждое занятие начиналось с ритуала приветствия, которое выполняло функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с подростками и формирования у них интереса друг к другу, и завершалось ритуалом прощания. Это позволило сплотить подростков, создать атмосферу группового доверия и эмоционального принятия, помочь им настроиться на работу, повысить уровень их активности.

Основная часть занятия включала в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач программы психолого-педагогического сопровождения подростков к новым условиям обучения. В большей степени в основной части тренинга использовались многофункциональные техники, такие как моделирование образцов поведения, разрешение

конфликтных ситуаций и другие, которые позволяли подросткам преодолеть высокий уровень тревожности и расширить поведенческий репертуар подростков.

Обязательным этапом занятия с подростками было обсуждение итогов занятия и рефлексия, так как важна эмоциональная и смысловая оценка содержания занятия подростками.

Второй блок: работа психолога со взрослыми (родителями и педагогами), нацелен на повышение психолого-педагогической культуры взрослых, работающих с подростками, формирование у них представлений об особенностях адаптации подростков к новым условиям обучения с учетом их индивидуальных особенностей, о создании благоприятных психолого-педагогических условий в период адаптации.

В работе со взрослыми проводились семинары-практикумы, на которых использовались в основном методы активного обучения: дискуссии, социально-психологический тренинг, ролевые и деловые игры, моделирование реальных жизненных ситуаций, мозговой штурм, метод проекта и другие.

После реализации программы психолого-педагогического сопровождения подростков к новым условиям обучения была проведена повторная диагностика по всем диагностическим методикам и проведен сравнительный анализ результатов исследования до и после реализации программы. Сравнительный анализ и методы математической статистики показали, что после проведения экспериментальной программы у подростков с признаками дезадаптации наблюдается положительная динамика.

Их общее эмоциональное состояние как показатель общей школьной тревожности, связанное с различными формами его включения в школьную жизнь стало менее выраженным. Заметно снизился уровень состояния страха не соответствовать ожиданиям окружающих у подростков (10%) и страха ситуации проверки знаний (23%), переживания социального стресса подростками (25%), фрустрации потребности в достижении успеха (21%).

Данные результаты свидетельствуют о том, что освоение подростками способов саморегуляции эмоционального состояния на занятиях экспериментальной программы, позволило подросткам научиться контролировать свои эмоции и чувства, использовать наиболее эффективные для себя способы снятия эмоционального напряжения, тревоги.

Значительные положительные изменения произошли после реализации экспериментальной программы во взаимоотношениях между обучающимися кадетского класса. Благодаря тренинговым занятиям подростки лучше узнали друг друга, сплотились, между ними возникло чувство-единение «Мы».

Произошли незначительные положительные изменения в развитии учебной мотивации, это связано с тем, что для формирования устойчивых учебных мотивов требуется более длительное время, с учетом всех факторов, влияющих на их развитие и формирование.

Таким образом, разработанная и реализованная на практике программа психолого-педагогического сопровождения пятиклассников к новым условиям обучения в кадетском классе позволила устранить признаки дезадаптации у подростков.

Список литературы

1. Карпухина А.А. Психологическое сопровождение процесса адаптации к среднему звену учащихся 5-х классов. Статья. Социальная сеть работников образования. – 2015 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: nsportal.ru
2. Мамонтова Д.М. Социально-педагогическая адаптация пятиклассников в условиях кадетского корпуса: Материалы научно-практической конференции. – М., 2008 – С. 119–122.