Диагностика адаптации первоклассников к школе

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возникает вопрос: **каким образом и кто (учитель, администрация школы, родители?) и по каким критериям** выявляет категорию детей, нуждающихся в помощи психолога? Как показывает опыт, помимо первоклассников, имеющих действительные трудности в адаптации, в эту группу нередко включают и других детей. С другой, – в нее не попадают те первоклассники, внешний рисунок поведения которых не демонстрирует дезадаптации, но они испытывают глубинные трудности как в усвоении программы, так и в эмоциональной сфере (тот вариант, когда адаптация к школе происходит за счет развития личности и здоровья ребенка). Не секрет, что нередко ребенка приводят к психологу тогда, когда риск дезадаптации благодаря неадекватному педагогическому воздействию со стороны родителей, а иногда, к сожалению, и учителя, стал реальностью.Все это, а часто также желание администрации школы получить информацию об уровне адаптации **всех** учащихся первых классов ставит перед школьным психологом задачу проведения массового исследования процесса адаптации первоклассников к школе по окончании первой четверти.По моему мнению, выбор методик для массового исследования адаптации должен удовлетворять следующим требованиям: * Измерять **ключевые** параметры адаптации-дезадаптации
* Полученная в результате обследования информация должна быть не только **констатирующей, но и ориентирующей** психолога в причинах возможной дезадаптации
* Быть **экономичной** по форме проведения и затратам времени

Изучение литературы по данной проблеме, практика работы в школе показывает, что процесс адаптации у первоклассников характеризуется следующими основными изменениями: * Происходит физиологическая подстройка деятельности функциональных систем организма первоклассника в соответствии с изменившимися режимом и нагрузкой
* Формируются и осваиваются способы и приемы новой деятельности – процесса учения
* Эмоциональная сфера первоклассника оценивает изменения в окружающей реальности как субъективно комфортные/дискомфортные и таким образом осуществляет регуляцию его поведения и деятельности

Для общей оценки уровня адаптации первоклассника к школе необходимо получить качественные показатели этих изменений. Программа изучения уровня адаптации первоклассников к школе может быть представлена в следующей таблице:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Компоненты адаптации* | *Эмпирические характеристики* | *Методики* |
| Физиологическая подстройка организма | Отсутствие заболеваний в период адаптацииОтсутствие психосоматической симптоматики | Опрос родителейАнализ медицинской статистики |
| Способность организма к энергозатратам | Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций “Домики” |
| Освоение способов и приемов новой деятельности | Усвоение программы обучения | Экспертная оценка учителя |
| Эмоциональное принятие новой социальной ситуации | Эмоционально положительное восприятие процесса учения | Опрос родителейМетодика “Домики” |
| Эмоционально положительное отношение к учителю | Методика “Домики” |
| Эмоционально положительное отношение к себе в новой роли | Методика “Домики”Опрос родителей |
| Эмоционально положительное восприятие отношений с одноклассниками | Методика “Домики” Опрос родителей |

Таким образом, для оценки успешности адаптации первоклассников необходимо:* Проанализировать данные о заболеваемости первоклассников и их обращениях за медицинской помощью в школе за прошедший период
* Опросить родителей
* Проинтервьюировать учителя
* Провести групповое обследование первоклассников с помощью методики личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций “Домики”

**Процедуры диагностики и способы обработки данных****1.Опрос родителей***.* <[**Приложение 1**](http://festival.1september.ru/articles/511644/pril1.doc)>. Поскольку время и сроки этого мероприятия зависят не от психолога, целесообразно начать именно с этого. Опрос может быть проведен в групповом варианте – на родительском собрании или путем раздачи текста опросника родителям и последующим сбором заполненных ответов. И тот и другой способы имеют свои преимущества и недостатки, хорошо известные практикам.Текст опросника приведен в приложении, установить его авторство не представляется возможным, так как он опубликован в добром десятке пособий с незначительными вариациями.Поскольку мы используем его в конкретных целях, важно, чтобы его текст содержал вопросы о возможных симптомах психосоматических явлений, нарушениях сна, аппетита, и заболеваниях ребенка в адаптационный период. На мой взгляд, нецелесообразно использовать при опросе такие формулировки, как “признаки детской нервности”, так как это вызывает неадекватную реакцию родителей. Лучше просто перечислить ее конкретные проявления.Обработка данных, полученных с помощью опросника, не представляет трудности. В конечном итоге возможны следующие варианты: * Психосоматических симптомов, заболеваний нет
* Изредка имеют место функциональные нарушения
* Имели место заболевания, наблюдается психосоматическая симптоматика.

**2. Анализ данных медицинской статистики.** Нас интересует следующая информация: * Болезни первоклассников в адаптационный период
* Обращения за медпомощью по поводу возможной психосоматической симптоматики и травм (бывает, что родители, особенно если первоклассник посещает группу продленного дня, об этом попросту не знают)
* Отказы родителей от плановых прививок, мотивированные плохим самочувствием ребенка (не секрет, что в начальной школе родители часто сами лечат ребенка, оставляя его дома на 2-3 дня, поэтому такое отсутствие ребенка в школе может быть не зафиксировано как заболевание)

**3. Экспертный опрос учителя.** Опрос учителя (или учителей) целесообразно провести используя сокращенный вариант карты наблюдений М.Битяновой [1]. Нет необходимости заполнять карту на всех учащихся класса. Попросите учителя оценить деятельность следующих детей: * вызывающих опасения у самого учителя
* имеющих отклонения, недостаточный уровень развития, зафиксированные при приеме ребенка в школу
* часто болеющих, проявляющих психосоматическую симптоматику
* имеющих инверсии цвета, слабую дифференциацию социальных эмоций и показавших негативное эмоциональное отношение к себе, процессу учения и учителю (по методике “Домики”).

Полученную информацию целесообразно интерпретировать вместе с учителем в следующих трех категориях:* первоклассник усваивает школьную программу полностью
* первоклассник усваивает школьную программу частично (в этом случае необходимо уточнить, в чем конкретно заключается эта неполнота)
* первоклассник не усваивает школьную программу (имеет смысл конкретизировать – не принимает учебную задачу, имитирует учебные действия и др.)

**4. Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций “Домики”.** Методической основой теста является цвето-ассоциативный эксперимент, известный по тесту отношений А.Эткинда. Тест разработан О.А.Ореховой [3] и позволяет провести диагностику эмоциональной сферы ребенка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений и деятельностных ориентаций, что делает его особенно ценным с точки зрения анализа эмоционального отношения ребенка к школе. Для проведения методики необходимы следующие материалы:* Лист ответов <[**Приложение 2**](http://festival.1september.ru/articles/511644/pril2.doc)>
* Восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный. Карандаши должны быть одинаковыми, окрашены в цвета, соответствующие грифелю.

Исследование лучше проводить с группой первоклассников –10-15 человек, детей желательно рассадить по одному. Если есть возможность, можно привлечь для помощи старшеклассников, предварительно их проинструктировав. Помощь учителя и его присутствие исключается, так как речь идет об отношении детей к школьной жизни, в том числе и к учителю.Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут.Инструкция: сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Найдите в своем листочке задание №1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.Найдите задание №2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберите к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который по-вашему подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим.Список слов: счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.Если детям непонятно, что обозначает слово, нужно его объяснить, используя глагольные предикаты и наречия.Найдите задание №3. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них – необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте. Обозначения домиков: №2 – твое настроение, когда ты идешь в школу,№3 – твое настроение на уроке чтения,№4 – твое настроение на уроке письма,№5 – твое настроение на уроке математики№6 – твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,№7 – твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,№8 – твое настроение, когда ты находишься дома,№9 – твое настроение, когда ты делаешь уроки,№10 – придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике. Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает (на ответном листе делается соответствующая пометка).Методика дает психотерапевтический эффект, который достигается самим использованием цвета, возможностью отреагирования негативных и позитивных эмоций, кроме того эмоциональный ряд заканчивается в мажорном тоне (восхищение, собственный выбор).Процедура обработки начинается с задания №1. Вычисляется вегетативный коэффициент [5] по формуле:ВК= (18 – место красного цвета – место синего цвета) / (18 – место синего цвета – место зеленого цвета)Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов. Энергетический показатель интерпретируется следующим образом: * 0 – 0,5 – хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка
* 0,51 – 0,91 – компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.
* 0,92 – 1,9 – оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.
* Свыше 2,0 – перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) – аутогенная норма – является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:* Больше 20 – преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.
* 10 – 18 – эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.
* Менее 10 – Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Задания №2 и №3 по сути расшифровывают эмоциональную сферу первоклассника и ориентируют исследователя в вероятных проблемах адаптации.Задание №2 характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций – в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами, негативные – коричневым и черным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений: Счастье-горе – блок базового комфорта,Справедливость – обида – блок личностного роста,Дружба – ссора – блок межличностного взаимодействия, Доброта – злоба – блок потенциальной агрессии,Скука – восхищение – блок познания.При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная дифференциация социальных эмоций – например, и счастье и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории и насколько далеко отстоят пары в цветовом выборе.Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание №1). В задании №3 отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, школьной деятельности, учителю и одноклассникам. Понятно, что при наличии проблем в какой-то сфере, первоклассник раскрашивает именно эти домики коричневым или черным цветом. Целесообразно выделить ряды объектов, которые ребенок обозначил одинаковым цветом. Например, школа-счастье-восхищение или домашние задания – горе–скука. Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе. Дети со слабой дифференциацией эмоций скорее всего будут амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности. По результатам задания №3 можно выделить три группы детей:* с положительным отношением к школе
* с амбивалентным отношением
* с негативным отношением

Следует отметить, что при крайне низких или крайне высоких показателях ВК и СО, сомнениях в чистоте исследования данная методика может быть продублирована по той же схеме, но индивидуально, со стандартными карточками из теста Люшера.Далее заполняется сводная таблица <[**Приложение 3**](http://festival.1september.ru/articles/511644/pril3.doc)>. Вегетативный коэффициент, данные опроса родителей и анализ медстатистики характеризуют в целом **физиологический компонент** адаптации первоклассника к школе. Для удобства все данные можно свести к трем категориям:* достаточный физиологический уровень адаптации (нет психосоматики, энергетический баланс в норме)
* частичный физиологический уровень адаптации (наблюдаются либо психосоматические проявления, либо низкий энергетический баланс)
* недостаточный физиологический уровень адаптации (заболевания в период адаптации, психосоматические проявления, низкий энергетический баланс)

Экспертная оценка учителя характеризует **деятельностный компонент** адаптации первоклассника.И, наконец, суммарное отклонение от аутогенной нормы является интегрированным показателем **эмоционального компонента** адаптации. В сводной таблице имеет смысл отразить знак отношения (положительный, амбивалентный, отрицательный) первоклассника к учению, учителю, одноклассникам и себе.Сопоставление показателей физиологического, деятельностного и эмоционального компонентов позволит квалифицировать уровень адаптации первоклассников как:* достаточный
* частичный
* недостаточный (или дезадаптация)

Таким образом, на основе полученных данных можно достаточно обоснованно выделить первоклассников, которые нуждаются в индивидуальном внимании психолога. Представляется целесообразным выделить две группы таких детей:* первоклассников с недостаточным уровнем адаптации
* первоклассников с частичной адаптацией

Детей из *первой группы* необходимо обследовать индивидуально, выявить причины и факторы дезадаптации, по возможности провести необходимую коррекционную работу. Как показывает практика, именно эти первоклассники долгое время будут требовать внимания и помощи как со стороны психолога, так и учителя.*Вторая группа* – первоклассники с частичной адаптацией – чаще нуждается в краткосрочной оперативной помощи со стороны психолога. Данные об их эмоциональном состоянии, материалы опроса учителя и родителей дают достаточно информации для такой работы. Причинами неполной адаптации часто могут быть повышенная тревожность, вызванная неумеренными ожиданиями родителей, изменение характера детско-родительских отношений, перегрузка дополнительными занятиями, низкая самооценка, слабое здоровье и т.д. Нередко эти дети не вызывают опасений учителя, так как они усваивают программу и выполняют правила поведения школьника, однако зачастую это происходит за счет физического и психологического здоровья маленького школьника. В зависимости от конкретной ситуации психологу следует проконсультировать родителей и учителей, дать рекомендации по преодолению выявленного психологического неблагополучия. |