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 адаптации  Отсутствие психосоматической симптоматики | Опрос родителей  Анализ 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 родителей  Методика “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. |