

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**Психологические трудности младших школьников в  
адаптационном процессе**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

студентки 5 курса 541 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля «Психология образования»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**Савиной Инги Игоревны**

Научный руководитель  
доктор психол. наук, профессор \_\_\_\_\_

М.В. Григорьева

Зав. кафедрой  
доктор психол. наук, профессор \_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов 2023

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования определена тем, что проблема психологической трудности младших школьников в адаптационном процессе приобретает особую важность не только в научном, но и практическом плане, требуя незамедлительных поисков плодотворного ее решения. Сегодня отмечается явная тенденция возрастания числа младших школьников испытывающих трудности с адаптацией, причиной чего могут быть не только индивидуально-личностные особенности, но и наличие личностной неясности, а также высокий уровень стресса в связи с изменением условий жизни, обязательная учеба, вместо привычных игр, а также соматическая слабость детей, нарушение познавательной деятельности и недостаточная подготовка ребёнка к школе.

Период младшего школьного возраста является этапом социального, эмоционального и чувственного развития ребёнка и определено тем, как складываются межличностные связи со значимыми для них людьми: родителями (законными представителями), одноклассниками и педагогами. Дети пытаются подстроиться под изменения условий жизни. В связи с этим появляется проблема с адаптацией, которая может негативно сказаться на успешной деятельности. Чтобы справиться со всеми поставленными задачами, нужно корректировать адаптационный процесс, ведь это влияет на состояние психического и физического здоровья. Проблемы с адаптацией могут вызывать плохое самочувствие, а также может способствовать к изменению в поведении, искривление некоторых индивидуально-психологических качеств, в частности снижение самооценки.

В практическом плане актуальность исследования проблемы адаптации младших школьников определена необходимостью научного обоснования программ психолого-педагогической поддержки лиц, испытывающих трудности в обучении и межличностных отношениях.

Исследованием проблемы адаптационного процесса активно занимались ученые как в зарубежной, так и отечественной психологии. Особый вклад в изучение данных представлений среди зарубежных авторов внесли З. Фрейд, Т.В. Дембо, Г. Селье, Ф. З. Меерсон, Ж. Пиаже, М.Р. Гинзбург, А.Л. Венгер. Среди отечественных авторов, исследующих проблему адаптации школьников можно подметить Л.С. Выготский, И.П. Подласый, В.А. Сухомлинский, Ш. Амонашвили, Н.В. Пилипко, Р.В. Овчарова, Рубинштейн, Е.Е. Ромицына, А.В. Афанасьева, М.М. Безруких, Я.Л. Коломинский, М.Е. Хилько, М.С. Ткачева и др. Вместе с тем следует отметить недостаточность исследований взаимосвязи адаптации младших школьников с другими характеристиками личности, одной из которых является самооценка.

**Цель исследования:** изучить психологические трудности младших школьников в адаптационном процессе.

**Объект исследования:** адаптация младших школьников.

**Предмет исследования:** особенности адаптационного процесса у младших школьников с различными психологическими трудностями.

**Задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ современных публикаций, посвященных изучению проблемы адаптации младших школьников.

2. В процессе эмпирического исследования выявить отличительные особенности адаптационного процесса у школьников с различными психологическими трудностями.

3. Разработать психолого-педагогические рекомендации по психологической поддержке младших школьников.

**Гипотеза исследования** основана на предположении о том, что психологическая поддержка младших школьников в адаптационном процессе будет более эффективной, если своевременно выявить все психологические трудности ребёнка.

**Структура работы.** Выпускная квалификационная работа бакалавра состоит из введения, двух разделов, заключения. Список использованных источников содержит 40 публикаций. В приложении представлены использованные методики, протоколы исследования и результаты статистического анализа эмпирических данных.

## КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

**Первый раздел «Теоретические подходы к изучению проблемы адаптации младших школьников»** позволила провести теоретическое исследование по трем основным аспектам.

1. *Анализ современных исследований по проблеме адаптации младших школьников*

Показано, что в момент адаптации происходят изменения социального статуса ребенка и он превращается из дошкольника в учащегося школы. Данное превращение связано для ребенка с большим количеством различного рода перегрузок, изменением привычных контактов среди его ровесников и взрослых, появлением новых обязанностей и прав. В процессе адаптации ребенка к школьному обучению большое значение имеет взаимодействие школы и семьи и особенности такого взаимодействия, его эффективность в процессе адаптации младших школьников к школьному процессу. Для того, чтобы это взаимодействие было действенным необходимо активное участие родителей как необходимое условие в процессе улучшения и ускорения вхождения ребенка в учебный процесс и школьную жизнь<sup>1</sup>. Один из факторов, влияющего на прохождение ребенком успешной адаптации можно назвать развитие межличностных отношений в классном коллективе, взаимоотношения, сложившиеся у учеников и учителя. В коллективе с комфортными отношениями ребенок адаптируется быстрее. Школа лишь обеспечивает ребенку получение необходимого набора знаний и осознанного восприятия действительности<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе. М., 2003. С. 56.

<sup>2</sup> Андреева Г.М. Психология социального познания: Учеб. Пособие для студентов вузов. М., 2009. С. 56.

Семья же дает возможность получения практического жизненного опыта, выработку привычек поведения, возможности научиться практическим оценкам критериальности добра и зла, справедливости и несправедливости, достойного поведения и не достойных черт поведения. И одному ребенку тут не справиться. Нужны помощники, в лице которых выступают учителя и родители.

## *2. Сущность адаптивности как свойства личности*

Изучение личности направлено на попытку понять уровень активности человека, обращенный на себя самого, а также на преобразование полученного человеком внутреннего и внешнего содержания с целью раскрытия такого тезиса как «человек должен не только развиваться, но и строить себя самостоятельно. Однако содержательное и структурное осмысление личностных характеристик человека состоит, в осознании его потенциальных возможностей, в способности личности выступать автономным саморегулируемым субъектом активности, оказывающим целенаправленные изменения во внешнем мире и сочетающим устойчивость к воздействию внешних обстоятельств, осуществляя гибкое реагирование на изменения внешней и внутренней ситуации – его личностному потенциалу. В основе гармоничного взаимодействия с окружающим миром лежат, способности изменять свои цели и стратегии их достижения в зависимости от изменяющихся условий окружающего мира, то есть способность быть ему адаптивным. «адаптивный человек способен корректировать свои цели и планы, чтобы использовать новые возможности, а также способен согласовывать противоположные требования: единообразия и разнообразия, стабильности и изменения, адаптации и саморегуляции».

## *3. Самооценка личности и ее взаимосвязь с адаптацией школьников*

Говорится о том, что человек способен непрерывно соотносить свои возможности, способности с собственной деятельностью, поступать тем или иным образом в зависимости от степени уверенности в своих силах, но самооценка может оказывать значительное влияние на качество жизни, на

физическое и психологическое благополучие. На данный момент известно, что одним из факторов, влияющих на самооценку, является возраст. На протяжении всей жизни самооценка подвержена некоторым изменениям, в младшем школьном возрасте эти изменения могут привести к стрессу. Стресс у обучающихся выражается в ежедневных нагрузках, связанных с особенностями процесса учебной деятельности в школе и оказывает непосредственное влияние на самочувствие, на психические и соматические функции. Профилактика стресса и развитие стрессоустойчивости у младших школьников имеют очень важное значение для развития положительных динамик образовательного процесса младших школьников.

**Во втором разделе «Эмпирическое исследование психологических трудностей младших школьников в адаптационном процессе»** приводится методическое обоснование исследования, его результаты и психолого-педагогические рекомендации.

#### *Методическое обоснование исследования*

Эмпирическое исследование особенностей психологических трудностей младших школьников в адаптационном процессе проводилось на базе двух образовательных учреждений Ленинского района г. Саратова - Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 103» и Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 44». В данном исследовании принимали участие 150 учеников в возрасте 6-8 лет, из них 78 девочки и 72 мальчиков.

В эмпирическом исследовании использовались методики «Методика изучения самооценки (модификация методики Т.В. Дембо и С.Я. Рубинштейн, модификация А.М. Прихожан).»; «Методика для диагностики учебной мотивации школьников (М.Р. Гинзбург)»; методика «Многомерная оценка

детской тревожности» (МОДТ) (Е.Е. Ромицына); методы качественной и количественной обработки полученных данных. Данные психодиагностические методики, которые позволили:

-изучить тревожность и уровень самооценки у детей, проявляющееся в эмоционально-поведенческих переживаниях, что приводит к трудностям с адаптацией

-выявить относительную выраженность различных мотивов, побуждающих детей младшего школьного возраста к учению.

- проанализировать родительское отношение и их установки по вопросам воспитания детей и общения с ними и изучить индивидуальный опыт родителей в воспитании конкретного ребенка.

*Результаты исследования и их анализ.* В ходе исследования было выявлено:

- дети с низким уровнем самооценки болезненно воспринимают критику, у них присутствует страх неудачи, что ведёт к внутриличностному конфликту

- преобладание адекватного уровня самооценки – 58,59%, что свидетельствует о правильности соотношения ребёнком своих возможностей и способностей

- Высокий уровень самооценки характеризует младших школьников, как личность, которые могут переоценивать свои способности и ставить себя выше других

- у детей со средним показателем самооценки присутствует высокий уровень притязаний – 76,05% что свидетельствует о неумном стремлении достичь успеха, самоутвердиться в коллективе среди сверстников.

- анализируя уровень мотивации, можно сделать вывод, что высокий уровень мотивации присутствует у большинства учеников – 53% (79 человек)

- нормальный уровень мотивации у 40% (60 человек), что показывает, что у большинства учеников преобладает учебный мотив, значит игровой мотив ушел на второй план

- при анализе тревожности детей, было выявлено, что у детей с низким уровнем самооценки ярко выраженными показателями тревожности выступают: «Тревога во взаимоотношениях со сверстниками» (среднее значение= 8,2); «Тревога в связи с оценкой окружающих» (среднее значение= 9,1); «Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения» (ср знач=9,1); «Снижение психической активности, связанное с тревогой» (ср знач= 8,3); «Повышение вегетативной реактивности, связанное с тревогой» (ср знач= 7,7). По остальным показателям у детей с низким уровнем самооценки показатели находятся на среднем уровне. Младшие школьники, испытывающие высокий уровень тревожности по данным показателям, непрерывно находятся в напряженном состоянии

- у детей с разным уровнем самооценки проявляются разные показатели тревожности, это зависит от индивидуально-личностных особенностей, от факторов окружающей среды, от систематических неудач, что приводит к чувству вины, тревожности и обуславливать негативную самооценку.

Полученные результаты показывают, что тревожность зависит от уровня самооценки, что влияет на мотивацию ребёнка к учению, что, в свою очередь, влияет на процесс адаптации.

Проведенное исследование позволило выявить ряд закономерностей и разработать психолого-педагогические рекомендации родителям младших школьников по оптимизации детско-родительских отношений.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретическое исследование проблемы адаптационного процесса личности младшего школьного возраста показало:

1. Процесс адаптации очень трудный для первоклассника и на этом этапе ему необходима поддержка близких – это одно из условий становления адекватной самооценки, избавления от тревожности и поднятия мотивации, что решит психологические трудности в процессе адаптации. Чем больше семья ребенка вовлекается в школьную жизнь и процесс привыкания к школе, тем успешнее для ребенка будет проходить процесс адаптации. Отсутствие страха перед школой и учителем, удовлетворение от учебных занятий и уроков, родительский объем и границы помощи родителей в выполнении домашних заданий, а также от их результатов - все это признаки успешной адаптации ребенка к условиям школы.

2. Психологической трудностью младших школьников в процессе адаптации выступает внутриличностный конфликт, который обусловлен внешними и, безусловно, и внутренними факторами. В качестве внутренних факторов выступают личностные особенности ребёнка, а к внешним – отношения с родителями, поддержка семьи, поддержка учителя, межличностные отношения в классном коллективе. Главными психологическими трудностями в процессе адаптации являются детско-родительские взаимоотношения, межличностные взаимоотношения со сверстниками, а также индивидуально-личностные особенности такие, как: уровень самооценки, уверенность в себе и своих силах, уровень мотивации, эмоциональная лабильность, дискомфорт, уровень тревожности, нравственные чувства, сила воли и т.д.

3. Психологические трудности в процессе адаптации младшего школьника имеют как положительные, так и отрицательные стороны влияния. Положительное влияние - повышение активности поисковых методов для решения стрессовой ситуации, но при этом существует обратное

предположение, которое основывается на том, что чувство тревожности и низкая самооценка притупляет восприятие и тормозит процесс адаптации.

Эмпирическое исследование, проведенное на базе двух образовательных учреждений Ленинского района г. Саратова - Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 103» и Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 44», в котором принимали участие 150 учащихся в возрасте 6-8 лет позволило сформулировать следующие выводы:

- в группе младших школьников преобладает средний уровень самооценки и высокий уровень притязания;

- первоклассники с низким уровнем самооценки проявляют тревожность в отношении сверстников и учителя, что замедляет процесс адаптации, а дети со средним уровнем самооценки не имеют столь выраженной тревожности и умеют выстраивать межличностные отношения в классном коллективе

- сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента показал, что между детьми с низким и средним уровнями самооценки существуют значимые различия значимые различия по показателям «межличностные взаимоотношения со сверстниками», «самооценочная тревожность», «тревога во взаимоотношениях со сверстниками», «тревога в связи с оценкой окружающих», «тревога, возникающая в ситуациях самовыражения», «тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний», «повышение вегетативной реактивности, связанное с тревогой»;

- выявленные корреляционные взаимосвязи дают основание полагать, что самооценка взаимосвязана параметрами тревожности и уровнем мотивации, что напрямую влияет на процесс адаптации.

По результатам проведенного исследования можно заключить, что гипотеза о том, что психологическая поддержка младших школьников в адаптационном процессе будет более эффективной, если своевременно выявить все психологические трудности ребёнка нашла все подтверждение.