

УДК 159.91

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ В СРЕДНЕЕ ЗВЕНО

ТРОФИМОВА Наталья Борисовна,

доктор психологических наук, профессор кафедры общей и педагогической психологии

РЯЖИНА Наталья Андреевна,

студентка 3 курса психолого-педагогического факультета (отделение «Специальная психология»), Воронежский государственный педагогический университет

АННОТАЦИЯ. В статье анализируется процесс адаптации детей к новым внешним условиям обучения при переходе из начальной школы в среднее звено на основании трех составляющих: эмоциональной, социальной, познавательной. Подробно изучены факторы, влияющие на возникновение различных страхов, даны рекомендации по их преодолению. Представлены этапы диагностической процедуры.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: адаптация, психоэмоциональное состояние, психическое здоровье детей, школьная тревожность, эмоциональный комфорт, эмоциональная нестабильность.

TROFIMOVA N.B.,

Dr. Psycholog. Sci., Professor of the Department of General and Pedagogic Psychology

RYAZHINA N.A.,

3rd Year Student of Psycho-Pedagogical Faculty, Voronezh State Pedagogical University

EMOTIONAL CONDITION OF CHILDREN UPON THE TRANSITION FROM PRIMARY SCHOOL INTO THE MIDDLE LINK

ABSTRACT. The article traces the child process of adaptation to new environmental conditions of training, the transition from primary school to the middle school, based on three components: emotional, social, cognitive. Particular attention is given to the factors that affect the occurrence of various fears, advisories are given to contributing their decline. Stages of diagnostic procedures are presented.

KEY WORDS: adaptation, psycho-emotional state, mental health of children, school anxiety, emotional comfort, emotional instability.

Одной из наиболее сложных психолого-педагогических проблем является адаптация пятиклассников к обучению в основной школе.

Сейчас, достаточно актуальна проблема сохранения психического здоровья детей в связи с ростом нервно-психических заболеваний и функциональных расстройств в среде детского населения, кроме того, самостоятельного разрешения данной проблемы без применения медико-социально-психологических знаний в системе школьного обучения не предвидится [4].

Нужно сказать, что школьный процесс адаптации проходит благоприятно и достаточно быстро для ребенка при условии, если у него ранее были сформированы определенные особенности, такие как:

- владение необходимыми навыками общения;
- умение контактировать с другими людьми;
- способность определить позицию в отношении с окружающими;

– желание хорошо учиться с целью саморазвития и самоутверждения [4].

Если же эти навыки не сформированы, то дети сталкиваются с трудностями, а их общее внутреннее эмоциональное состояние обусловлено наличием тех или иных тревожных синдромов и их количеством.

В связи с вышесказанным цель нашего исследования заключалась в выявлении психоэмоционального состояния детей при переходе из младшей школы в среднее звено. Для того чтобы сохранить эмоциональный комфорт школьников при переходе в среднее звено, важно помочь им успешно адаптироваться к новой школьной обстановке.

Нам было интересно проследить, как ребенок приспосабливается к новым условиям школьной жизни. Мы понимали, что на этот процесс существенное влияние оказывают множество причин, однако в своем исследовании мы ограничились рассмотрением трех, на наш взгляд, наиболее существенных факторов, влияющих на адаптацию ребенка.

Во-первых, это *эмоциональная составляющая*. Эмоциональное благополучие школьника в первые месяцы учебы на новой ступени образования отражает характер успешной адаптации к среде. Излишнее эмоциональное возбуждение лежит в основе развития адаптационных нарушений. Эмоциональный уровень включает в себя эмоциональное самочувствие, переживание состояния равновесия или тревоги [1].

Во-вторых, *социальная составляющая*. На ее основе было рассмотрено, как происходит освоение

личностью внешней среды с целью приспособления ее к своим индивидуальным интересам, склонностям, возможностям, таким образом, обогащается субъективный опыт личности, происходит ее дальнейшее развитие.

В-третьих, *познавательная составляющая*. По данным, которые получены различными учеными, отмечено, что при переходе в среднее звено школы у многих детей отмечается снижение уровня успеваемости; кроме того, отмечается потеря интереса к учебе; в силу определенных обстоятельств возраста-

ет уровень тревожности; снижается самооценка. В связи с гормональной перестройкой организма у подростков отмечаются возрастные изменения, по причине которых повышается утомляемость, развивается эмоциональная нестабильность.

Таким образом, первый этап экспериментальной работы состоял в изучении *эмоционального состояния школьников*, для этого мы использовали тест школьной тревожности Филлипса [5]. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования школьной тревожности на основе теста Филлипса

		Результат теста школьной тревожности по Филлипсу (%)	Тревожные синдромы и их количество (по тесту Филлипса)							
			Общая тревожность в школе	Переживание социального стресса	Фрустрация погрешности в достижении успеха	Страх самовыражения	Страх ситуации проверки знаний	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Низкая физиологическая сопротивляемость	Проблемы и страхи в отношениях с учителями
1	Артур Б.	42	13			3	4	3		4
2	Дарья А.	57	14	7	5	4	5	3	4	5
3	Кристина Б.	12	0	6	3	0	0	0	0	4
4	Вика Б.	33	9	4	2	4	4	1	0	2
5	Данил В.	48	11	8	4	2	4	3	1	3
6	Леша Д.	34	8	5	3	0	4	3	1	4
7	Ксения Е.	48	11	4	3	4	4	4	3	4
8	Настя З.	53	16	3	3	4	3	3	4	4
9	Алина З.	41	11	4	3	2	3	2	3	3
10	Катя З.	53	13	4	3	2	5	3	4	6
11	Ира И.	59	11	7	8	3	3	5	1	6
12	Маргарита К.	46	9	8	6	3	1	2	1	6
13	Вика М.	53	14	7	2	4	5	3	2	1
14	Олеся М.	10	2	1	3	0	2	0	0	2
15	Аня Н.	10	3	0	3	0	1	0	0	3
16	Настя О.	67	15	8	7	5	4	5	3	5
17	Таня П.	45	14	6			4	2		2
18	Родион С.	17	4	3	1	1	3	0	1	2
19	Леша С.	38	10	5	2	2	4	2	1	2
20	Рома Т.	65	16	7	5	5	5	5	3	4
21	Алиса У.	53	14	6	4	4	5	3	2	6
22	Михаил Я.	48	15	9	5	4	6	3	3	4

Из приведенных результатов видно, что 36% респондентов обладает высоким уровнем тревожности. Кроме того, 18% детей имеют тревожные синдромы. К ним относятся: проблемы и страхи в отношениях с учителями, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, а также страх ситуации проверки знаний.

В дальнейшем вся работа проводилась с теми детьми, которые имели высокий показатель тревожности. Целью нашей работы было выяснение причин повышенного уровня тревожности и беспокойства состояния школьников. Для реализации

цели исследования были использованы такие методики, как:

1) методика исследования межличностных отношений в группе (социометрический метод Дж. Морено) [5];

2) методика диагностики мотивации достижения А. Мехрабиана [6];

3) методика определения мотивации школьников при переходе из начальной школы в среднее звено М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой [2];

4) проективные методики «Дерево», «Рисунки школы» [3].

В процессе наблюдения за детьми и беседы, проводимой как с ребятами, так и с учителями, мы постарались выявить и изучить проблемы, с которыми сталкиваются дети выделенной группы риска. Полученные в ходе исследования результаты были соотнесены со школьной успеваемостью.

Проанализировав все факторы тревожности, нужно отметить, что высокие результаты 36% были зафиксированы у школьников по трем показателям, что наглядно отображено в таблице 1. Показатель «Общая тревожность» характеризует общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы. «Страх проверки знаний» отражает негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно – публичной) знаний, достижений, возможностей. Причин для этого показателя очень много. Это может быть и стиль педагогического взаимодействия и индивидуальные особенности ребенка и т.п. Такой страх свойственен детям, у которых преобладает вербальный интеллект, или же тем ребятам, для которых тревожность это устойчивая личностная особенность. Пятиклассники в новой учебной среде сталкиваются с собственным тревожным гиперконтролем, приводящим к повышению вероятности неудачи.

Третий синдром, имеющий высокий показатель (36% респондентов), – это *страх не соответствовать ожиданиям окружающих*. Данный показатель характеризует ориентацию на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок. Пятиклассникам очень важна поддержка со стороны новых учителей, их одобрение и принятие. Ребенок пытается оправдывать ожидания окружающих, если это не получается, то появляется неуверенность в собственных силах и формируется заниженная самооценка. При этом важно помнить, что ожидания взрослых должны быть позитивными, так как психологами установлено, что дети оправдывают ожидания взрослых, будь то родители или учителя.

Важным показателем для нас стали результаты таких факторов тревожности, как *страх самовыражения и тревожность при возникновении проблем и страхов в отношении с учителями* (отмечались у 32% школьников).

Страх самовыражения сопровождают негативные эмоции, связанные с необходимостью демонстрации себя. Высокие результаты по фактору проблем и страхов в отношениях с учителями указывают на общий негативный фон отношений со взрослыми в школе, по причине которого снижается успеваемость.

Достаточно сильно на адаптацию к школе пятиклассников влияет фактор «переживание социального стресса», он характерен для 27% респондентов. Очень важно правильно организовать психолого-педагогическую помощь этим детям с целью нормализации их состояния, так как на его фоне развиваются социальные контакты, прежде всего со сверстниками. Для этого нужно начать предъявлять те требования детям, которые они смогут выполнить без перенапряжения. Особое внимание стоит уделить тому, чтобы сформировать у ребенка правильное отношение к собственным ошибкам, это позволит снизить фактор социального стресса.

Полученные данные позволили наметить направления работы с группой детей для снижения

уровня их тревожности по соответствующим синдромам.

В дальнейшем, рассматривая эмоциональную составляющую на основании данных, полученных с помощью методик «Дерево» Л.Г. Пономаренко [3], проективной методики «Рисунок школы», отмечаем, что у половины детей этой группы есть желание устанавливать контакты. Но, не смотря на это, они прибегают к защитным барьерам с целью оградить себя любыми методами от психологического воздействия, влияния. Иными словами, не идут на контакт, потому что боятся психологического давления.

У 18% детей рассматриваемой группы можно констатировать негативное психическое состояние, которое характеризуется отверженностью, замкнутостью, высокой тревожностью, что видно из результатов методики «Дерево» [3].

Для характеристики **социальной составляющей** адаптации школьников были проведены социометрическое исследование и диагностика мотивации А. Мехрабиана [6], а также наблюдения за детьми как в ходе учебного процесса, так и в свободное время.

Учебной деятельности свойственна коллективная работа, поэтому несформированный навык поддерживать или наладить контакт с людьми либо личностные особенности ребенка порождают типичные проблемы общения. Это может быть отвержение со стороны сверстников, нежелание ребят общаться, непринятие в референтную группу, агрессивное поведение со стороны некоторых ребят или вовсе полное игнорирование ребенка. Такое положение учащегося в классе крайне негативно сказывается на его психологическом самочувствии. К. Левиним, основоположником групповой динамики, доказано, что негативное отношение к человеку в группе является более благоприятным социальным фактором, чем отсутствие всякого отношения. Так происходит максимальная изоляция ребенка от коллектива его ровесников, что наиболее опасно в период, когда общение со сверстниками выходит на первый план. В этом случае нет никакой оценки личности – ни положительной, ни отрицательной, школьник существует сам по себе, вне какой-либо группы. Такой образ жизни не соответствует естественной ситуации развития, что тормозит личностный рост. Негативное отношение тоже плохо, но не так, как игнорирование. В случае если одноклассники к отдельному ребенку относятся отрицательно, то он может анализировать, по какой причине это происходит, исходя из их реакции на его поведение, будет стараться воспринимать себя со стороны, пробовать исправиться или же компенсировать свои недостатки чем-либо. Когда он абсолютно всем безразличен, игнорируем, это будет невозможно, так как нет реакции окружающих на действия ребенка, вся возможная его активность будет бессмысленна.

По результатам социометрического исследования можно сделать вывод, что в группе тревожных детей преобладает число тех, кто имеет статус отверженных (27% от общего числа респондентов). Также этим детям свойственна мотивация избегания неудачи. Они боятся занимать определенную позицию в отношениях с окружающими, так как их пугает ситуация провала или любого негативного исхода из такого взаимодействия. Но необходимо сделать акцент на развитии именно мотива стремления к успеху, так как при его преобладании адаптация проходит быстрее. На примере двух испытуемых видим, какое влияние оказывает мотивация

вация на успеваемость. Так, Настя и Алина имеют одинаковый статус, они предпочитаемы, но мотивированы по-разному. Мотив на успех позволяет сохранить стабильность в школе, а при избегании неудач имеет место ее снижение.

Анализируя **познавательную составляющую**, можно отметить, что в адаптационный период школьная успеваемость снижается, причиной чему является явное преобладание позиционного мотива, в то время как для нормальной адаптации и успеваемости школьников необходимо явное преобладание социальной составляющей. В связи с этим на данном этапе обучения необходимо сделать акцент именно на её развитии.

Изучив динамику психологических и физиологических показателей адаптации, можно говорить о том, что переход в среднее звено является критическим периодом в обучении школьника. Перейдя в пятый класс, дети обретают больше самостоятельности, но вместе с этим у них появляется гораздо больше ответственности. В этом возрасте они иногда

не знают, как распорядиться своим собственным временем, или просто иногда неверно трактуют понятия свободы и самостоятельности, поэтому зачастую нарушают дисциплину.

По результатам исследования можно сделать вывод о том, что на этапе перехода в среднее звено школы снижается умственная работоспособность, нарушается эмоциональное состояние, развивается утомление.

Необходимо также отметить, что большую роль в адаптации школьников играет участие классного руководителя. Грамотно организовав педагогический процесс и исключив тот факт, что в классе будут отвергнутые и изгои, можно говорить о сохранности психоэмоционального состояния школьников.

Полученные данные психологических и физиологических показателей адаптации будут полезны педагогам для грамотного планирования и организации педагогического процесса с учениками пятых классов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Ганьшина, В.Н. Книга учителя [Текст] / В.Н. Ганьшина, 2007.
2. Лукьянова, М.И. Психолого-педагогические показатели деятельности школы. Критерии и диагностика [Текст] / М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина. – М. : ТЦ Сфера, 2004. – 208 с.
3. Пономаренко, Л.П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе : методические рекомендации для школьных психологов [Текст] / Л.П. Пономаренко. – Одесса : Астра-Принт, 1999. – 168 с.
4. Саблина, И.В. Психолого-педагогические особенности перехода детей из начальных классов в среднее звено школы [Текст] / Саблина И.В. // Концепт. – 2013. – № 2 (18). – С. 5.
5. Трофимова, Н.М. Психология человека : практикум для студентов пед. вузов [Текст] / Н.М. Трофимова, Н.Б. Трофимова, Е.В. Полякина; под ред. д-ра пед. наук, профессора Н.М. Трофимовой. – 3-е изд. – Воронеж : ВГПУ, 2014. – 224 с.
6. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Диагностика мотивации достижения (А. Мехрабян) [Текст] / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. – М., 2002. С. 98–102.