

С.А. Котова, О.В. Самойлюк

Психологическое сопровождение учащихся первых классов: проблемы и новые подходы



В статье поднимается проблема адаптации детей к началу школьной жизни. Авторы рассматривают проблемы диагностики и организации психологического сопровождения детей с трудностями адаптационного процесса. В статье предложена авторская структура мониторинга адаптационного процесса у учащихся первых классов, представлены результаты лонгитюдного исследования, показано значение системы межличностных отношений для успешной адаптации ребенка к школьному обучению, определен подход к выбору «мишеней» психолого-педагогической работы с первоклассниками «группы риска».

Ключевые слова: адаптация к школьному обучению, школьная зрелость, психологическое сопровождение первоклассников, адаптационные трудности.

Важность психологической готовности к обучению в школе трудно переоценить. Ожидается, что к моменту поступления в школу у детей уже формируются свойства и способности, присущие собственно школьнику: произвольное внимание, умение слышать других, выполнять инструкции взрослого, общаться со сверстниками [4]. Завершение формирования у ребенка этих свойств происходит в ходе школьного обучения под влиянием присущих ему условий жизни и деятельности. Установлено, что в первый класс шести-семилетние дети приходят с разной степенью школьной зрелости [3].

Новая социальная ситуация школьной жизни ужесточает условия существования ребенка, и в период адаптации все дети испытывают напряжение [1, 8]. Дома, в привычном кругу жизни их поведенческие характеристики не вызывали больших проблем, но в школе происходит стандартизация условий, повышаются требования к саморегуляции поведения, что требует быстрой и активной подстройки к ним. В период адаптации на первоклассников влияют: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности, появление новых обязанностей. Организм приспосабливается к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций. В целом, новые задачи и общая сензитивность к воздействию окружающих условий жизни, свойственная детству, содействует развитию адаптационных форм поведения, рефлексии и других психических функций. Адаптация у детей в норме обычно проходит в течение первых трех месяцев, у некоторых детей она может затянуться на период до полугода, в единичных

Котова Светлана Аркадьевна — кандидат психологических наук, доцент, заведующая кафедрой педагогики начального образования и художественного развития ребенка Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена.

Самойлюк Ольга Владимировна — педагог-психолог ГБОУ СОШ №555 «Белогорье» Приморского района Санкт-Петербурга.



случаях может сформироваться дезадаптация. У тех детей, которые не справляются с этими задачами, возникает повышенное напряжение и тревога. Это отражается не только на физическом здоровье, но и на поведении ребенка: у одних детей появляется гиперактивность, у других — выраженная заторможенность.

Условно по степени адаптации к школьному обучению детей делят на три группы.

Первая группа детей адаптируется к школе в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро осваиваются в новом коллективе, у них высокая познавательная мотивация. В школе — спокойны, доброжелательны, приветливы, хорошо общаются со сверстниками, с желанием и без видимого напряжения выполняют школьные обязанности.

Вторая группа детей проходит более длительную адаптацию, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения — продолжают играть на уроках, выяснять отношения с товарищем, по-детски реагируют на замечания учителя. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полугодия реакции этих учеников становятся адекватными требованиям школы и учителя.

Третья группа — дети, испытывающие более значительные трудности, внешне выражающиеся в отрицательных эмоциональных реакциях и негативных формах поведения. Поведенческие проблемы сопровождаются выраженными трудностями в обучении письму, чтению, счету и в усвоении школьной программы в целом. Именно на таких детей часто жалуются учителя, одноклассники, родители [1].

Целью психологического сопровождения первоклассников является выявление учащихся, испытывающих трудности в этот период, и оказание им, их родителям и педагогам поддержки и помощи [2]. Психологическое сопровождение строится из следующей системы мероприятий:

1) мониторинг готовности учащихся к обучению в школе,

2) мониторинг уровня адаптации;

3) развивающие и коррекционные занятия с детьми, испытывающими трудности в адаптации. Целью развивающих занятий является помощь детям в осмыслении и принятии изменения ситуации, развитии навыков рефлексии, анализа того, что с ними происходит, и умения делиться этим со значимыми для него взрослыми;

4) консультирование родителей и педагогов по поводу трудностей адаптации детей к школьной жизни с целью совместной выработки эффективных путей их преодоления.

Мониторинг на этапе адаптации детей к школе традиционно включает использование методов наблюдения, анкетирования, эксперимента и педагогическо-

го обследования на предмет сформированности предпосылок учебной деятельности. На первом этапе (в конце сентября — начале октября) проводится диагностика таких параметров, как сформированность школьной мотивации, развитие произвольного внимания, памяти, мышления, речи, мелкой моторики, умения ориентироваться в пространстве и выполнять инструкции взрослого. После анализа полученных результатов формируется группа детей, которые испытывают те или иные трудности, и им и их родителям оказывается целевая помощь. На втором этапе (в конце третьей — начале четвертой четверти) проводится диагностика динамики уровня школьной мотивации, эмоционального состояния учащихся, дополняемая оценкой отношений с одноклассниками и педагогом, а также самооценкой в учебной деятельности. Данный диагностический срез показывает степень успешности адаптации детей и помогает оценить эффективность консультационной и развивающей работы психолога, реализуемой в течение учебного года.

Существует большой диапазон современных эмпирических методов и экспериментальных методик для оценки школьной зрелости и адаптационных параметров, на которые опираются школьные психологи при формировании диагностической программы. При проведении мониторинговых исследований мы используем следующие методики диагностирования детей.

Первый этап.

1. Методика «Графический диктант» (разработана Д.Б. Элькониним) направлена на выявление умения внимательно слушать и точно выполнять указания взрослого, правильно воспроизводить на листе бумаги заданное направление линий, самостоятельно действовать по заданию взрослого.

2. Методика «Домик» (Н.И. Гуткина) представляет собой задание на срисовывание картинки, изображающей домик, отдельные детали которого составлены из элементов прописных букв. Методика рассчитана на детей 6–9 лет и используется для определения способности ребенка копировать сложный образец. Задание позволяет выявить умение ребенка ориентироваться на образец, точно его копировать, определить особенности развития произвольного внимания, пространственного восприятия, сенсомоторной координации и тонкой моторики руки.

3. Методика «Заучивание 10 слов» (А.Р. Лурия) используется для оценки состояния памяти испытуемых, утомляемости, активности внимания. Методика позволяет исследовать процессы памяти, запоминания, сохранения и воспроизведения вербального материала.

4, 5. Методика «Простые аналогии» и методика «Исключение лишнего» (С.Д. Забрамная) позволяют изучить уровень развития мышления по таким параметрам, как гибкость, логичность и способность к обобщению.

6. Методика «Лесенка» (В.Г. Щур) помогает выявить особенности отношения ученика к себе и оценки себя по разным параметрам. Максимальная оценка показателя — 7 баллов, средняя — 4, при показателе ниже 4 баллов самооценка у ребенка низкая.

Второй этап.

1. Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой) позволяет оценить уровень школьной мотивации. Анкета состоит из 10 вопросов, наилучшим образом отражающих отношение детей к школе и учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию. Наличие у ребенка высокого уровня школьной мотивации свидетельствует о готовности хорошо выполнять все предъявляемые школой требования и показать себя с самой лучшей стороны. При низком уровне учебной мотивации наблюдается снижение школьной успеваемости. Ответы на 10 вопросов оцениваются от 0 до 3 баллов (отрицательный ответ — 0 баллов, нейтральный — 1, положительный — 3 балла). Учащиеся, набравшие 25–30 баллов, характеризуются высоким уровнем школьной адаптации, 20–24 балла характерны для средней нормы, 15–19 баллов указывают на внешнюю мотивацию, 10–14 баллов свидетельствуют о низкой школьной мотивации и ниже 10 баллов — о негативном отношении к школе, школьной дезадаптации.

2. Методика «Лесенка» (В.Г. Щур) повторно. На этом этапе мы выявляем не только особенности отношения ученика к себе, но и его способность к восприятию своих достижений с разных точек зрения (как я сам себя оцениваю, как меня оценивают родители, учитель и одноклассники.).

3. Проективная методика «Школа зверей» (С. Панченко [5]) служит прекрасным дополнением к количественным измерениям и, как все проективные методики, является очень информативной в части определения эмоционального состояния испытуемых, их взаимоотношения с окружающим миром, восприятия того, что их окружает. Анализ изображенного дает возможность уточнить предположения о тех трудностях, которые возникли у детей в процессе учебной деятельности.

Результаты диагностики готовности детей к обучению в школе за период наблюдений показывают, что качество подготовки детей не остается постоянным, но и не ухудшается. Приведем результаты лонгитюдной диагностики учащихся за период с 2012 года по 2017 год. Сравнительные исследования велись на базе ГБОУ СОШ №167 Центрального района и ГБОУ СОШ №555 Приморского района г. Санкт-Петербурга. Обе школы общеобразовательные, набор детей в школы проходит на одинаковых условиях. Разница между школами в количестве детей, обучающихся в начальной школе: в СОШ №167 ежегодно обследуется от 40 до 50 первоклассников, а в СОШ №555 — от 120 до 130.

Рассмотрим результаты методик, наиболее информативных для оценки адаптационной способнос-

ти первоклассников (табл. 1). Показатели самооценки учащихся незначительно колеблются в нормативном коридоре позитивной самооценки. Показатели по методикам «Домик» и «Графический диктант» даже чуть повысились.

Исследования, проведенные во второй половине учебного года, представлены в табл. 2. Данные показывают, что к концу учебного года большая часть учащихся успешно адаптируется к школьному обучению и получает положительные эмоции от школьной жизни. По результатам прошлого учебного года, 49% учащихся полностью адаптировались к обучению и для них учеба доминирует над остальными видами деятельности, чуть менее трети (27% учащихся) испытывают положительное отношение к школе, но в школе

Сроки	«Домик»	«Граф. диктант»	Ср. показатель самооценки
Школа № 555 «Белогорье» Приморского района			
2017	0,19	14,1	5,3
2016	0,18	14,3	5,9
2015	0,13	13,3	6,7
Школа №167 Центрального района			
2015	0,16	13,8	6,2
2014	0,12	11,5	6,1
2013	0,15	12,6	6,3
2012	0,14	13,4	6,4

Табл. 1. Результаты диагностической работы с первоклассниками на начало обучения, в стандартных показателях

Уровень школьной мотивации	Кол-во учащихся, в %	Самооценка, ср. показатель по параллели
Высокая	17%	6,0
Хорошая	32%	5,4
Положительное отношение к школе	27%	5,3
Низкая	12%	4,7
Дезадаптация	12%	5,4

Табл. 2. Уровень школьной мотивации учащихся 1-х классов (май 2017 г.)



<p>Уровень мотивации по Н.Г. Лускановой. Самооценка и рефлексивная оценка (кто как меня оценивает)</p>	<p>Описание результатов рисуночного теста «Школа зверей»</p>
<p>Ученица 1. Я — 6 Мама — 7 Учитель — 6 Одноклассники — 7 Средний показатель — 6,5 Школьная мотивация высокая (28), самооценка — высокая (6,5). Активная.</p>	<p>На рисунке изображены два учителя, первый, в нижней части рисунка, идет в школу вместе с другими детьми, он ничем не выделяется среди них и, очевидно, более доступен ребенку, чем учитель-медведь у школы. Учитель-медведь имеет значительные размеры по сравнению с другими героями рисунка, чем подчеркивается значимость как личности учителя, так и школы в жизни автора. В целом, рисунок выражает положительные эмоции по отношению к школе, учителю и одноклассникам. Высокая степень адаптации.</p>
<p>Ученица 2. Я — 6 Мама — 6 Учитель — 7 Одноклассники — 7 Средний показатель — 6,5 Школьная мотивация высокая, самооценка — высокая, но оценка мамы чуть ниже, чем учителя и одноклассников.</p>	<p>Школа зверей расположена в пещере, учитель — аист на одной ноге, ученица — маленькая белочка — сидит прямо перед ним, еще один ученик — небольшая птица с красивым хвостом — идет в школу, пещера оторочена веточками сосны, внутри пещеры дополнительные «стенки», ветки сосны зеленые. Высокая степень адаптации.</p>
<p>Ученица 3. Я — 5 Мама — 6 Учитель — 0 Одноклассники — 0 Средний показатель — 2,8 Учебная мотивация хорошая (24). А вот отношение к себе и к школьному окружению сложное.</p>	<p>На рисунке девочка изобразила себя вдали от всех, значительно позади учителя и ученика, дополнительно их отделяет от девочки дерево. По результатам включенного наблюдения она испытывает проблемы с общением, побаивается одноклассников и учителя. Средняя степень адаптации.</p>
<p>Ученик 4. Я — 4 Мама — 5 Учитель — 3 Одноклассники — 3 Средний показатель — 3,8 Учебная мотивация хорошая (21). Самооценка низкая.</p>	<p>На рисунке много штриховки — тревога. На поляне многоэтажное здание — школа. В окнах верхних этажей ученики-звери, учитель у доски с указкой. Изображены и первоклассники, идущие к школе, они смотрят на верхние окна, где виден учитель. Ощущение недостижимости, разобщенности, тревожности. Средняя степень адаптации.</p>
<p>Ученица 5. Я — 7 Мама — 6 Учитель — 5 Одноклассники — 4 Средний показатель — 5,5 Средний уровень мотивации (17). Самооценка высокая.</p>	<p>Поляна в лесу, большое здание школы освещается с одной стороны большим ярким солнцем, а с другой стороны ограждено облаками. Школа с окнами и дверью. Детей нигде не видно. Ребенок испытывает трудности общения со сверстниками, что подтверждается данными включенного наблюдения. Испытывает положительное отношение к школе, но школа привлекает не учебной, а игровой деятельностью. Средняя степень адаптации.</p>

Уровень мотивации по Н.Г. Лускановой. Самооценка и рефлексивная оценка (кто как меня оценивает)	Описание результатов рисуночного теста «Школа зверей»
<p>Ученица 6. Я — 7 Мама — 6 Учитель — 5 Одноклассники — 1 Средний показатель — 4,7 Средний уровень мотивации (16). Самооценка высокая. Ученицу беспокоит отношение одноклассников, но поддержку мамы и учителя чувствует.</p>	<p>Класс, доска, на ней написаны математические примеры, учитель стоит рядом и, очевидно, проверяет детей, рядом с доской стоит ученик-зверь, за партой также сидит ученик. Ученица сначала изобразила класс, но потом стерла всех учеников, перевернула лист и нарисовала с обратной стороны елочку красивую, украшенную игрушками. Признается, что в школе не очень нравится; утром чаще хочется остаться дома, не хочется выполнять домашние задания, с родителями о школе говорит редко. Положительное отношение к школе, но школа привлекает не учебной, а игровой деятельностью. Средняя степень адаптации.</p>
<p>Ученик 7. Я — 4 Мама — 5 Учитель — 3 Одноклассники — 6 Средний показатель — 4,5 Средний уровень мотивации (15). Самооценка снижена, особенно его беспокоит отношение к нему учителя. Отношения с одноклассниками благополучны.</p>	<p>На рисунке густой дремучий лес, внизу в углу слева парта, за которой сидит ученик, вверху между веток маленькая радуга. Как видим, просвет в лесу знаний есть. Положительное отношение к школе, но школа привлекает не учебной, а игровой деятельностью. Средняя степень адаптации.</p>
<p>Ученик 8. Я — 4 Мама — 5 Учитель — 6 Одноклассники — 3 Средний показатель — 4,5 Низкая школьная мотивация (10). Самооценка снижена, но чувствует поддержку педагога.</p>	<p>На рисунке в самой нижней части листа поляна, по ней ползают букашки, в конце листа-поляны растет дерево-школа, куда все направляются. Ребенок не очень включен в дружеские отношения с одноклассниками, дома отношение к его успехам в школе критическое. С учителем взаимоотношения хорошие и школа тревогу не вызывает. Низкая степень адаптации.</p>
<p>Ученица 9. Я — 7 Мама — 7 Учитель — 7 Одноклассники — 7 Средний показатель — 7,0 Самооценка (7,0) и мотивация высокая (20).</p>	<p>Хорошая адаптация. На рисунке класс, за столом учитель, перед столом учителя парты детей, где сидят ученики-звери. Цвета сочные, линии твердые, уверенные, от рисунка веет спокойствием, энергией. Высокая степень адаптации.</p>
<p>Ученик 10. Я — 5 Мама — 7 Учитель — 7 Одноклассники — 6 Самооценка — 7,3, школьная мотивация — 12 (низкая).</p>	<p>На вертикальном рисунке у края нижней части листа огромный медведь-ученик, на его лапах когти, слева от него высокий частокол, а справа — короткие деревья. Ветки выполнены беспорядочной штриховкой. Ребенок переживает высокую тревожность, и проявляет агрессию. Наблюдение подтверждает трудности общения со сверстниками и отсутствие желания учиться. Низкая степень адаптации.</p>

Табл. 3. Результаты оценки уровня мотивации, самооценки и школьного самоощущения первоклассников



их радуют чаще общение и игра, чем учеба. У 12% учащихся мотивация оказалась низкая, и у 12% учащихся была выявлена школьная дезадаптация.

Сопоставляя результаты исследования школьной мотивации с уровнем самооценки, мы видим, что дети с высоким уровнем школьной мотивации отличаются и высоким уровнем самооценки, при снижении школьной мотивации также снижается и уровень самооценки. Но на уровне дезадаптации эта зависимость уже не работает; в случае дезадаптации ученики часто имеют завышенную самооценку, они закрыты для постороннего опыта и с трудом воспринимают критические замечания. Очевидно, что здесь включаются психологические защиты.

Результаты опросника Н.Г. Лускановой мы традиционно дополняем рисунками учащихся. Для более углубленной диагностики и сбора содержательного эмпирического материала Н.Г. Лусканова рекомендует использовать проективный рисунок «Я в школе». Но в нашей практике использовалась проективная рисуночная методика «Школа зверей». Она более доступна и комфортна для отреагирования своих переживаний первоклассниками. «Чтение рисунков» осуществлялось с помощью рекомендаций автора методики С. Панченко и рекомендаций Грегга М. Ферса, представленных в книге «Тайный мир рисунка» [8].

И.Н. Пихенько установил, что на характер педагогической адаптации первоклассников к обучению в школе большое влияние оказывает отношение к ребенку педагогов, родителей, сверстников [5]. Поэтому, изучая самооценку ребенка, мы также предлагали ему оценить по 7-балльной шкале отношение к нему окружающих. Приведем результаты анализа рисунков отдельных учащихся 1 класса с разной мотивацией и уровнем самооценки (табл. 3).

Представленные в таблицах данные, подкрепленные использованием проективного рисуночного теста, позволяют психологу получить более точное представление не только об уровне адаптации учащихся к школьному обучению, но и выявить с большей точностью испытываемые им проблемы. Как мы видим из табл. 3, особенности рефлексивной оценки отношения окружающих наглядно проявляются и в рисунках учащихся. Обладая столь значимой информацией,

педагог-психолог, выделив мишени работы (повышение уверенности в собственных силах, налаживание контакта с учителем/одноклассниками/родителями, повышение познавательной мотивации и т. п.), совместно с учителем может выстроить индивидуальную программу психолого-педагогической помощи конкретным учащимся. Наш многолетний опыт показывает, что реализовать эффективно такую программу можно за три, а иногда и за два месяца, то есть до окончания первого класса. Отсроченный контроль за динамикой учеников «группы риска» важно провести в первые месяцы второго класса. Важно отметить еще один фактор, обеспечивающий результативность работы, — это совместная работа с родителями ученика, построенная на едином понимании задач сопровождения и поддержки первоклассников на этапе вхождения в школьную жизнь.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Беличева С.А., Коробейникова И.А. Диагностика школьной дезадаптации. — М.: Редакционно-издательский центр «Социальное здоровье России», 2011. — 127 с.
2. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. — М.: Совершенство, 1998. — 358 с.
3. Коломинский Я.Л., Панько Е.А. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста: книга для учителя. — М.: Просвещение, 1988. — 190 с.
4. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. — М.: УРАО, 1997. — 176 с.
5. Микляева А.В., Румянцева П.В. Методы психологической диагностики. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб: Речь, 2004. — 74 с.
6. Пихенько И.Н. Педагогическая адаптация первоклассников к обучению в школе: Учебно-методическое пособие. — Брянск: БГУ, 2003. — 79 с.
7. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. — СПб: Питер, 2009. — 192 с.
8. Ферс Г. М. Тайный мир рисунка. Исцеление через искусство. — СПб: Европейский Дом, 2000. — 176 с.