

Определение уровня адаптации детей к школе

Адаптированность ребенка к школе означает его способность соответствовать школьным требованиям без особого ущерба для его психического здоровья, дезадаптированность – что ученик попадает в порочный круг: из-за невозможности освоить установленные правила ребенок переживает эмоциональный стресс, а стресс, в свою очередь, может уменьшать способность адаптироваться. Современные исследователи указывают на то, что адаптация к школе – сложный процесс, поскольку школьная жизнь предъявляет ребенку весьма противоречивые требования. Приспосабливаясь к одним требованиям, ребенок может меньше соответствовать другим. Различают адаптацию к формальным требованиям (требования педагогов, задачи учебного процесса) и неформальную адаптацию (усвоение норм отношений в среде сверстников, самоопределение в подростковой группе).

По сути, адаптация школьника предполагает два направления: выработку учебного стиля, который позволяет решать новые учебные задачи, и развитие социальной компетенции, т. е. способности выстраивать и поддерживать отношения со сверстниками. Взаимосвязь между этими направлениями может быть различной: от взаимной обусловленности (когда успех в учебе становится фактором благополучного социального статуса) до конфликта (когда возможна адаптация только в какой-то одной сфере). Соотнесение двух видов адаптации во многом зависит от ресурсов самого ребенка и окружающей обстановки, а также от того, какие задачи ставят педагоги при работе с учениками, какова корпоративная культура учебного заведения.

При таком понимании проблемы задачей педагогов является обеспечение условий для учебной адаптации и минимизация рисков для дезадаптации к среде сверстников. Вряд ли показателем эффективности работы педагогов становится одинаково высокий уровень обоих типов адаптации – педагогам важнее анализировать их соотношение и находить приемы оптимизации образовательной среды. Предлагаемая методика “Шкала оценки адаптации школьников” и направлена на то, чтобы оценить адаптированность ребенка к формальным требованиям и его готовность к общению со сверстниками, а также сопоставить эти оценки.

Методика “Шкала оценки адаптации школьников” предусматривает оценку 43 высказываний относительно различных аспектов школьной жизни учащихся, как в рамках роли “ученика”, связанной с учебным процессом и взаимодействием с педагогами, так и в рамках взаимодействия с одноклассниками и другими учениками. Эти высказывания оцениваются педагогами школы по пятибалльной шкале, от 0 до 4 баллов. Основные показатели диагностики:

- уровень адаптации к учебному процессу (по мнению педагога); максимально возможное число набранных баллов с учетом всех критериев – 56, минимальное – 0;
- уровень адаптации к взаимодействию со сверстниками (максимум – 116 баллов, минимум – 0);
- выбираемые стратегии взаимодействия со сверстниками: уверенное поведение, доминирование, компромисс;
- эмоциональная компетентность, способность распознавать чувства других и адекватно на них реагировать.

Рекомендации по проведению диагностики

Рекомендуется провести оценку адаптации детей одного класса хотя бы тремя-четырьмя основными педагогами, работающими в классе. Даже процесс оценки детей по предлагаемым критериям может оказать на работу педагогов корректирующее воздействие. Наилучшим вариантом является проведение оценки учащихся дважды в год, например в октябре и мае. Также результаты педагогической диагностики желательно сопоставлять с данными школьного психолога или социального педагога.

Несомненно, методика в том или ином варианте позволяет оценить и отношение педагога к детям, в частности значимость для него адаптации детей не только к учебному процессу, но и к коллективу сверстников. В оценках педагога дети условно делятся на две категории:

- те, кто одинаково хорошо адаптировался и к учебным, и к внеучебным ситуациям;
- те, кто одинаково слабо адаптирован по обоим показателям.

Чем чаще педагоги связывают учебную адаптацию с адаптацией в неформальной коммуникации, тем выше вероятность того, что их установка в отношении детей основывается на идеи “удобности” ребенка: ученик, приспособившийся к требованиям педагога, воспринимается им как адаптировавшийся в целом. Такая установка весьма опрометчива, поскольку педагог может не замечать очевидные трудности ребенка в общении со сверстниками, не принимать

во внимание роль таких проблем и не оказывать поддержку ребенку. Чтобы выявить стереотипность в оценках педагогов, следует сопоставить их с оценками самих детей и мнением специалистов образовательного учреждения. Поэтому результаты данных исследований желательно дополнить результатами оценок по различным психологическим методикам, например по социометрическому тесту или диагностике школьной тревожности.

Еще одним значимым показателем становится сопоставление уровня адаптации ребенка, по мнению педагога, и эмоциональное состояние самого ребенка, его отношение к школе, которое может быть зафиксировано психологом. Возможны различные варианты таких сочетаний:

- высокая адаптация, по мнению педагога, и эмоционально стабильное состояние ребенка, по мнению психолога;
- достаточная адаптация, по мнению педагога, и внутренняя нестабильность ребенка, по мнению психолога;
- недостаточная адаптация, по мнению педагога, и эмоциональная стабильность ребенка, по мнению психолога;
- недостаточная адаптация, по мнению педагога, и эмоциональная нестабильность ребенка, по мнению психолога.

Бланк "Шкала оценки адаптации школьников"

Ф.И.О. педагога _____

Преподаваемый предмет _____

Ф.И.О. ребенка _____

Дата проведения методики _____

Уважаемые коллеги!

Оцените ребенка по каждому параметру, используя шкалу от 0 до 4 (0 – качество не представлено, 4 – представлено на высоком уровне).

Критерий оценки ребенка	0	1	2	3	4
1. Другие дети проявляют инициативу и приглашают ребенка в свои игры и занятия					
2. Он может сменить свое занятие, чтобы поддержать контакт с одноклассниками					
3. Знает, как распорядиться свободным временем					
4. Разделяет шутки и юмор одноклассников					
5. Может выказать сочувствие одноклассникам					
6. Легко устанавливает приятельские отношения с одноклассниками					
7. Обладает неплохими организационными навыками (может организовать пространство на парте, содержит в порядке учебные принадлежности)					

Критерий оценки ребенка	0	1	2	3	4
8. Задает вопросы, если нуждается в какой-то информации					
9. Идет на компромисс со сверстниками, если это необходимо					
10. Умеет адекватно реагировать на обзывания и провокации со стороны сверстников					
11. Проводит перемены и свободное время в общении со сверстниками					
12. Адекватно отвечает на критику со стороны сверстников, не раздражается и не сердится					
13. Может играть и общаться длительное время					
14. По собственной воле помогает сверстникам, если это требуется					
15. Может быть лидером в игре					
16. Отзывается на потребности других					
17. Проявляет инициативу в разговорах со сверстниками					
18. Если сердится, то выбирает адекватные способы выражения чувств (умеет управлять своим гневом)					
19. Внимательно слушает указания учителя по выполнению упражнений					
20. Отвечает на вопросы (пытается ответить на вопрос), когда учитель обращается к нему/ней					
21. Может работать на уроке самостоятельно (при минимальной поддержке учителя)					
22. Справляется с агрессией других детей (например: обращается к педагогу, вовремя уходит из ситуации агрессии)					
23. Адекватно реагирует на дисциплинарные меры со стороны учителя (похвалу, выговор)					
24. Кооперируется со сверстниками в групповых видах учебных упражнений					
25. Взаимодействует с одноклассниками, круг общения разнообразен					
26. Адекватно использует физический контакт со сверстниками					
27. Быстро реагирует на просьбы учителя					
28. Слушает других во время группового обсуждения на уроке					
29. Отличается самообладанием в ситуации проверки					
30. Может похвалить других детей адекватно					
31. Принимает точку зрения, отличную от его/ее точки зрения					
32. Отличается восприимчивостью к социальной ситуации (выбирает подходящий для ситуации тип поведения)					
33. Не избегает контрольных работ, зачетов					
34. Хорошо умеет играть в разные игры, популярные среди сверстников					
35. Поддерживает диалог со сверстниками на разные темы					

Критерий оценки ребенка	0	1	2	3	4
36. Может переключиться на другую игру, если этого хотят другие					
37. Внимателен к чувствам и переживаниям других людей					
38. Поддерживает контакт глаз при общении со взрослыми					
39. Привлекает внимание сверстников адекватными способами					
40. Принимает советы и помощь от сверстников					
41. Приглашает сверстников в игры, проявляет инициативу					
42. Способен работать самостоятельно на своем учебном месте					
43. Выполняет учебные задания на приемлемом уровне, соответствующем уровню развития навыков					

Рекомендации по обработке и использованию полученных результатов

Первоначально педагог подсчитывает количество баллов по каждой из шкал, используя ключ к методике (табл. 1).

Таблица 1

Ключ к методике

Шкала	Номер высказывания
Адаптация к учебной ситуации	7, 8, 19, 20, 21, 23, 24, 27, 28, 30, 33, 38, 42, 43
Адаптация к неформальному взаимодействию	1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 25, 26, 29, 31, 32, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 41

Затем следует определить соотношение уровней адаптации к учебной и внеучебной ситуациям, используя нормированные значения (табл. 2).

Таблица 2

Диапазоны значений показателей уровней адаптации, балл

Адаптация	Высокий (В)	Средневысокий (С-В)	Средний (С)	Средненизкий (С-Н)	Низкий (Н)
К учебной ситуации	56–42	41–32	31–22	21–11	10–0
К неформальному взаимодействию	116–94	93–70	69–46	45–22	21–0

Педагог может воспользоваться интерпретацией вариантов соотношений между разными типами адаптаций (табл. 3).

Варианты соотношения типов адаптации к школе

№	Адаптация		Описание соотношения, рисков адаптации и путей минимизации рисков
	учебная	внеучебная	
1	В	В	Неустойчивое соотношение, обычно отличает учащихся начальной школы; при переходе в среднюю школу такие дети испытывают стресс из-за возникающего противоречия между принятием сверстниками и необходимостью хорошо учиться. В этот период педагогам важно отслеживать таких детей. Именно они острее других переживают утрату прежнего благополучия и часто нуждаются в помощи. Такое соотношение характерно также для детей со статусом социозвезды, т. е. всеми признаваемого ученика. Такой вариант соотношения возможен в условиях применения педагогом коллективно-распределенной деятельности в процессе обучения: когда дети могут в процессе освоения знаний выстраивать свои взаимоотношения
2	В	С-В	Типично для классов со значительной ориентацией на учебу, подготовку к поступлению в вуз; важно обучать таких детей приемам проведения коллективного досуга – спланировать детский коллектив на основе совместных проектов
3	В	С	Ученик может "уходить" в учебу от нерешенных проблем коммуникации, хотя и обладает потенциалом повысить свою социальную компетентность. Такие дети нуждаются в тренингах социальной компетентности; если в классе больше 20% учащихся с таким соотношением адаптации, то можно рекомендовать курс занятий, направленных на улучшение социальной компетентности
4	В	С-Н	Ребенок имеет меньший круг общения, чем ему хотелось бы, он интегрирован в ограниченное число форм коммуникации со сверстниками. Главным риском становится недоразвитие социальных компетенций, неумение выстраивать коммуникацию
5	В	Н	Несмотря на успешную учебу, ребенок не имеет возможности реализовать свою потребность в коммуникации. Непринятие сверстниками может стать источником стресса, уменьшить потенциал адаптации и к формальной среде
6	С-В	В	Педагогам может казаться, что способный ребенок уделяет коммуникации больше внимания, а учебе – меньше, чем требуется. Возможно, так происходит и потому, что учебный процесс не включает в должной степени коллективных действий. Также ребенок может утрачивать интерес к учебному процессу, и важно найти способы поддержать учебную мотивацию
7	С-В	С-В	Ребенок сталкивается с незначительными трудностями и в учебе, и в коммуникации со сверстниками. Риском становится уход в одну из сфер, например снижение интереса к учебе из-за сосредоточенности на коммуникации со сверстниками. Важно помочь ребенку "нарастить" недостающие компетенции
8	С-В	С	Ребенок отличается рядом несущественных пробелов в учебной компетенции, но возникает риск снижения адаптации к среде сверстников, поэтому ребенок нуждается в мероприятиях по развитию такой компетенции: тренингах, общественной работе и т. д.
9	С-В	С-Н	Существенный разрыв между учебной адаптацией и низким уровнем социальной компетентности приводит к тому, что ребенок не реализует свои потребности.
10	С-В	Н	Возможно, такое соотношение свидетельствует и о недостаточном "здоровье" коллектива, в котором даже социально компетентный ребенок не может найти свою нишу для коммуникации

№	Адаптация		Описание соотношения, рисков адаптации и путей минимизации рисков
	учебная	внеучебная	
11	С	В	Ребенок лучше себя чувствует во внеучебной среде, чем в учебной обстановке; во многом это связано с пробелами в учебе, выявление и преодоление которых могут существенно оптимизировать адаптацию к учебной ситуации.
12	С	С-В	Не исключен и фактор существования барьеров взаимодействия ребенка и педагога – особенно, если по оценке разных педагогов ребенок имеет разные показатели адаптации к учебной деятельности
13	С	С	У ребенка есть существенные проблемы, как в освоении учебных навыков, так и в развитии социальной компетенции
14	С-Н	С	
15	С	С-Н	Ученик имеет пробелы в учебных компетенциях и при этом не может разрешить проблемы коммуникации со сверстниками. Коммуникативные трудности могут ухудшать и учебную адаптацию, "оттягивая" внимание ребенка на общение со сверстниками
16	С	Н	
17	С-Н	С-Н	Такие соотношения присущи школьникам, которые отвергаются как педагогами, так и сверстниками. Преодоление трудностей в сложившейся ситуации начинается с выявления тех взрослых и тех форм коммуникации со взрослыми, которые могут помочь приобрести ребенку позитивный коммуникативный опыт.
18	Н	Н	
19	Н	С-Н	Скорее всего, школьник ограничен в ресурсах самостоятельного преодоления проблемы адаптации и нуждается в системной помощи команды специалистов
20	С-Н	Н	
21	Н	В	Такие дети часто воспринимаются педагогами как угроза учительскому авторитету и как фактор дестабилизации обстановки в детской группе. Важно выяснить, чем ребенок привлекает к себе сверстников, постараться преодолеть стереотип в отношении детей с таким показателем, не менее важно определиться и с тем, как можно втянуть детей в учебную коммуникацию
22	Н	С-В	
23	С-Н	С-В	
24	С-Н	В	Данный вариант присущ детям, которые зависят от мнения сверстников, попали под влияние группы, в которой хорошая учеба – незначимая ценность. При этом такие дети могут бояться учебных трудностей, что блокирует их развитие
25	Н	С	

Полученные результаты важно проанализировать в двух направлениях: относительно каждого школьника и относительно группы в целом. Дезадаптация школьника может быть как, по преимуществу, его личной проблемой, так и проблемой группы, когда сложившаяся система отношений такова, что большинству детей трудно выстроить адекватные отношения друг с другом. Поэтому кроме оценки каждого ребенка важно подсчитать и количество детей в каждой из групп (табл. 4).

Таблица 4

Характеристика групп учащихся

№ группы	Характеристика группы	№ вариантов сочетаний адаптации
1	Равно высокий уровень адаптации и к учебной, и ко внеучебной ситуации	1, 2, 6, 7
2	Преобладание адаптации к учебной ситуации, недостаток адаптации ко внеучебной ситуации	3, 4, 5, 8, 9, 10, 15, 16
3	Низкий уровень адаптации как в учебной сфере, так и во внеучебной сфере	17, 18, 19, 20
4	Преобладание адаптации ко внеучебной ситуации, недостаток усвоения учебных компетенций	11, 12, 14, 21, 22, 23, 24, 25

Важно проанализировать, какое количество детей попадает в каждую из групп, необходимо соотносить полученные данные и с возрастом детей: так количество детей, попадающих в группу 4, вполне естественно возрастает в средней школе и не должно быть значительным в начальной и старшей школе. Особое внимание следует уделять группе 3. Если в нее попадает больше двух детей, классному руководителю следует совместно с другими специалистами исследовать микроклимат в классе и определить пути его оптимизации.

Стоит отметить, что дезадаптированность – неминуемое состояние ребенка в школе: не может человек от начала до конца прожить все школьные годы без опыта дезадаптации. Однако это не означает, что взрослое окружение ребенка не должно находить пути развития ресурсов адаптации. Важно исходить из интересов ребенка и детского коллектива, находить баланс между ними. И решение этой задачи предполагает объединение усилий разных специалистов.