

Самооценка и благополучная адаптация первоклассников

Обществознание

Любченко А.А.

9 класс, МБОУ «Черлакская гимназия», Омская область

Научный руководитель: Радюк Л.П., педагог-психолог МБОУ «Черлакская гимназия», Омская область

Задумывались ли вы когда-нибудь над тем, почему дети в школе чувствуют себя по-разному и реализуются по-разному? Мне всегда было интересно, от чего зависит адаптация ребенка к школе и связана ли она с самооценкой.

Сегодня проблема дезадаптации в начальной школе является одной из самых актуальных, и волнует не только педагогов, но и родителей. Для самого школьника это тоже очень важная проблема, потому что нет ни одного ребенка, который бы хотел плохо учиться, быть неуспешным в школе и чувствовать себя некомфортно в школе. Если ребенок не адаптирован к школе, учебный процесс ему неприятен, он не может установить контакт со сверстниками и учителем, а навыки регуляции поведения и внимания не развиты.

В чем заключается связь самооценки и адаптации детей в школе, попадают ли в зону риска слабые ученики, ученики с заниженной самооценкой? Играет ли самооценка значимую роль в жизни человека? Как влияет на уровень достижений? Все эти вопросы я часто стала задавать себе самой.

На сегодняшний день существует немало работ, посвященных проблемам адаптации младших школьников. Однако мы решили самостоятельно изучить проблему взаимосвязи между самооценкой и адаптацией к новым школьным условиям на примере первоклассников нашей гимназии, в этом, на наш взгляд, и заключается основная новизна исследования. На сайте МБОУ "Черлакской гимназии" в раздел «кабинет психолога» размещены топ лучших лекций по

формированию самооценки у детей и топ лекций по благополучной адаптации школьников, что будет очень полезно родителям, и педагогам в том числе.

Мы выдвинули **гипотезу исследования**: учащиеся с высокой самооценкой более благополучны в адаптации.

Цель: выявление взаимосвязи самооценки первоклассников и его благополучной адаптации в школе.

Задачи:

1. Найти и отобрать информацию о психологических особенностях развития детей, самооценке.
2. Проанализировать информацию и выдвинуть гипотезу.
3. Провести диагностику самооценки «Лесенка» В.Г.Щур и адаптации младших школьников с помощью анкеты Н.Г.Лускановой «Оценка школьной мотивации».
4. Проанализировать результаты диагностики.
5. Найти и отобрать видеолекции известных психологов и ученых для родителей и педагогов. Разместить их на сайте в разделе "кабинет психолога".

Продукт: топ лучших лекций по формированию самооценки у детей и топ лекций по благополучной адаптации размещены на сайте нашей гимназии. Первый топ мы назвали «Самооценка: самоуважение, сила и уверенность», а второй «Секреты благополучной адаптации ребенка в школе». Это лекции для родителей и педагогов, направленные на формирование адекватной самооценки и хорошей адаптации у младших школьников.

Объект исследования: эмоционально-волевая сфера.

Предмет исследования: самооценка и особенности адаптации первоклассников.

Метод исследования: общенаучный, включающий в себя теоретический и эмпирический методы.

Психологические особенности развития детей 6-8 лет.

Границы возраста и его психологические характеристики определяются принятой на данный временной отрезок системой образования, теорией

психического развития, психологической возрастной периодизацией . Начало школьного обучения означает переход от игровой деятельности к учебной как ведущей деятельности младшего школьного возраста, в которой формируются основные психические новообразования [7, с.1136].

При переходе ребенка из дошкольного возраста в младший школьный возраст возникает так называемый кризис семи лет. Он уникален, так как это единственный возрастной кризис, который планируется обществом. Самым ярким его проявлением является желание ребенка быть похожим на взрослых, выражающееся в подражании их действиям, манерничанье. Существенной чертой этого кризиса является начало дифференциации внутренней и внешней стороны личности ребенка. Поэтому, поступление в школу вносит важнейшие изменения в жизнь ребёнка. Резко изменяется весь уклад его жизни, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится учение, важнейшей обязанностью - обязанность учиться, приобретать знания. Это серьёзный труд, требующий организованность, дисциплину, волевые усилия ребёнка.

Формирование интереса к содержанию учебной деятельности, приобретению знаний связано с переживанием школьниками чувства удовлетворения от своих достижений. А стимулирует это чувство одобрение учителя, взрослого, подчеркивание даже самого небольшого успеха, продвижения вперед.

В возрастной и педагогической психологии младший школьный возраст занимает особое место: в этом возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, возникают рефлексия, самоконтроль, а действия начинают соотноситься с внутренним планом. Младший школьный возраст является периодом интенсивного складывания самооценки, что обусловлено включением ребенка в новую общественно значимую и оцениваемую деятельность. К завершению младшего школьного периода самооценка ребенка становится автономной и в меньшей степени зависимой от мнения окружающих [8, с.4].

Прослушав лекцию Марьяны Безруких "Адаптация к школе без проблем", я узнала, что адаптация к школе зависит от дошкольного детства ребенка [11]. Если этот этап проходил благополучно, тогда ребенок получает удовольствие от занятий. У него не формируется так называемая "обученная беспомощность". В противном случае, у ребенка очень сложно будет проходить период адаптации, он может даже стать травмоопасным.

Адаптацию к школе можно разделить на два вида: физиологическую - адаптацию организма, - и психологическую. Физиологическая длится в среднем 4-6 недель и включает в себя адаптацию к новому режиму, новой нагрузке, условиям и коллективной деятельности. Психологическая адаптация длится 1-3 недели и включает адаптацию к условиям и требованиям, к коллективу сверстников и педагога.

Самооценка и формирование личности

Разные психологи дают различные определения самооценки. Например, по мнению А.И.Липкиной, самооценка — оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей [9, с.64].

В.С.Агапов дал такое определение: самооценка это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает; это специальная функция самосознания, не сводимая к образу Я, ни к самоотношению, служащая источником пополнения знаний личности о себе [1, с.495].

Р. Бернс вообще рассматривает самооценку в структуре «Я-концепции», которая связана с самооценкой как совокупность установок «на себя» и является суммой всех представлений индивида о самом себе и определяется как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженных с их оценкой» [3].

И.И. Чеснокова предлагает уровневую концепцию о себе, различает два уровня самовосприятия по соотношению знаний о себе. На первом уровне происходит сопоставление «я» и «другой человек». На втором уровне субъект соотносит сформированные представления о себе с той мотивацией, которую он реализует [10, с.144].

Л. В. Бороздина определяет самооценку как осознание человеком самого себя, своих сил и способностей, своего поведения и поступков [4, с.99-100].

Психологи рассматривают самооценку с разных сторон. Так, самооценку себя в целом как хорошего или плохого принято считать общей самооценкой, а оценку достижений в отдельных видах деятельности — частной. Кроме этого, выделяют актуальную (что уже достигнуто) и потенциальную (на что способен) самооценку, которую нередко именуют уровнем притязаний. Также самооценка может быть адекватной или неадекватной, в зависимости от совпадения (несовпадения) разных достижений индивидуума с его потенциальными возможностями [9, с.64].

Самооценка даёт возможность оценить эффективность своих ресурсов, перераспределить их и использовать свои сильные стороны. Она, являясь общезначимой ценностью для общества и личности, наряду с притязанием на признание и именем собственным, формирует представление себя как представителя определенного пола, представление себя во времени, оценку себя в отношении прав и обязанностей.

Самооценка формируется на основе существующих в данном обществе норм морали, обуславливается его мировоззрением, положением в системе производственных отношений, господствующих в данном обществе [6, с.321]. Формирование самооценки, ее развитие и изменение обусловлены факторами как внутреннего, так и внешнего порядка. Фундаментальное влияние на ее формирование и процесс социализации личности оказывает семья. Самооценку можно рассматривать как результат усвоения ребенком отношения к нему со стороны родителей. Благоприятным условием развития позитивной самооценки можно считать эмоциональную вовлечённость родителей в жизнь ребенка, не препятствующую, однако, развитию его самостоятельности [5, с.29].

С возрастом все более весомым становится значение опыта общения и взаимодействия человека с другими людьми в школе, в вузе, в обществе, а так же в процессе профессиональной деятельности. Поэтому с момента своего зарождения она становится активным способом и важным условием в

интерпретации опыта. В дальнейшем она играет формирующую роль в жизни каждого человека.

Какие факторы определяют самооценку?

Бандура А., американский психолог, представитель социально-когнитивного направления в психологической науке, выделяет четыре фактора, определяющих уровень самооценки личности[2].

Во-первых, реальный (действительный) опыт личности, представляющий собой результат собственных действий. Если индивид, как правило, успешно справляется с выполнением определенных заданий, это позитивно влияет на его самооценку. И наоборот, повторяющиеся неудачи снижают уровень самооценки. Стоит учесть, зависимость между уровнем самооценки и успешностью не всегда носит прямо пропорциональный характер.

Таким образом, важнейший показатель самооценки личности — отношение к допущенным ошибкам, к собственным промахам, недостаткам не только в учении, но и в поведении.

Во-вторых, замещающий (вторичный) опыт, который предполагает сравнение своих результатов с результатами других. Сравнивая собственные оценки с оценками своих одноклассников, ученик получает представление об уровне собственной компетентности.

В-третьих, отношение окружающих. Условием формирования адекватного представления личности о себе является восприятие и анализ своего поведения с точки зрения других людей.

В четвертых, эмоциональное состояние индивида, уровень его активации. Эмоциональное самочувствие индивида зависит от того, какие взаимоотношения сложились у него с окружающими людьми, отвечает ли он требованиям, которые ему предъявляются, иначе говоря, от того, насколько удовлетворяется его потребность в положительной оценке.

Изучение особенностей адаптации первоклассников в школе и особенностей самооценки. Наше исследование проводилось в два этапа.

Время проведения исследования: октябрь-декабрь 2021. В исследовании

приняли участие 26 обучающихся 1 класса МБОУ «Черлакская гимназия»

В первой части нашего исследования нам было важно выяснить, как протекает адаптация у ребят 1 класса. Мы воспользовались очень известной анкетой Н.Г. Лускановой "Оценка школьной мотивации", выявляющей отношение учащихся к школе, учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию. Анкета включает 10 вопросов на которые ребята в пустых клетках на листе дают подходящие им ответы: «да», «нет», возможны и другие варианты ответов: «не знаю», «иногда».

В результате нашего исследования мы выявили, что ребят с высоким уровнем мотивации и адаптации, набравших от 25 до 30 баллов, в классе 11 человек, что составило 42% от всего числа обучающихся.

Эти ребята отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны. Они справляются со школьными трудностями, чаще в школе бывают с хорошим настроением.

Мы обнаружили и другой психологический портрет обучающихся с оптимальным уровнем адаптации, наиболее типичным для младших школьников. Они успешно справляются с учебной деятельностью, так же принимают школьные правила, выполняют требования учителя, в большинстве в хорошем настроении. Таких ребят мы насчитали 7 человек, это составило 27%.

Среди первоклассников мы выявили 4 человека, составивших 15%, с позитивным отношением к школе, но в школе их привлекает игровая деятельность, перемены, то есть внешний мотив. Такие ребята достаточно благополучно чувствуют себя в школе, им нравится ощущать себя учениками, но больше им нравится играть.

Столько же, 4 человека, составивших еще 15%, мы обнаружили с низким уровнем адаптации. Подобные школьники посещают школу неохотно, на уроках часто занимаются посторонними делами и зачастую испытывают затруднения в школе.

Мы порадовались за то, что в классе не обнаружены обучающиеся с негативизмом к школе, то есть дезадаптацией. Это дети, не справляющиеся с учебной деятельностью, им трудно наладить общение с одноклассниками и проявляют агрессивные реакции, не хотят и не могут подчиняться школьным требованиям.

На следующем этапе нашего исследования мы решили изучить особенности самооценки у наших первоклассников. Для этого мы воспользовались очень популярной методикой "Лесенка" В.Г.Щур. Ребенку дают листок с нарисованной на ней лестницей и объясняют значение ступенек. Нужно расположить фигурки себя на лесенке в зависимости от своего мнения, мнения родителей и преподавателя.

Мы выяснили, что высоким уровнем самооценки обладают 15 человек из 24, участвовавших на данном этапе исследования, что составило 63%. Количество первоклассников, имеющих заниженную самооценку, составило 37%.

В исследовании нам было интересно выяснить, насколько самооценка, как один из важных факторов, может оказать влияние на процесс адаптации ребенка в школе. При качественном анализе результатов мы узнали, что из 11 учеников с высокой адаптацией к школе у 9 выявлена и высокая самооценка, это составило 82%.

При анализе уровня самооценки и особенности адаптации, выяснилось, что из 7 человек с оптимальным уровнем адаптации 4 ребенка обладают высокой самооценкой, что составило 57%, а 3 человека (43%) имеют заниженную самооценку.

При анализе низкой адаптации и мотивации к школе мы обнаружили, что у 3 ребят из 4 самооценка занижена, и это составило 75%.

Становится очевидным в нашем исследовании важный факт, что наша гипотеза подтверждается: у большинства ребят с благополучной адаптацией крепкая, высокая самооценка.

Выяснились и другие интересные факты: у 12 человек из 24, а это 50%,

совпадают высокие оценки учительницы и мамы, это первые и вторые ступени в нашей лесенке.

Интересным показался факт: 42% обучающихся считают, что их учитель оценивает ниже, чем они того заслуживают. Еще мы узнали о том, как оценивают мамы своих первоклассников. Выяснилось, 3 мамы дают более низкую оценку, чем они ожидают. 2 из них дали оценку выше, чем ребята оценили себя, то есть они поддерживают детей эмоционально.

Мы видим эти результаты очень убедительными. С результатами мы познакомили классного руководителя и очень важно ознакомить родителей ребят.

Выводы:

Таким образом, гипотеза, что учащиеся с высокой самооценкой более благополучны в адаптации, в ходе нашего исследования полностью подтвердилась. Исследование показало, что у 82% учеников с высокой адаптацией высокая самооценка. Наше исследование подтвердило справедливость нашей гипотезы: очень важный инструмент в адаптации – самооценка: учащиеся с высокой самооценкой более благополучны в адаптации. Из 11 человек с высокой адаптацией 9 обладают высокой самооценкой. Из 4 человек с низкой адаптацией и мотивацией у 3 низкая самооценка. Оценка родителей и педагогов тоже имеет место в формировании самооценки: чем выше оценка мамы и учителя, тем больше вероятность хорошей самооценки у ребенка и, соответственно, наоборот.

Заключение

Самооценка – один из самых важных факторов, играющий роль в адаптации ребенка к школе. С хорошей самооценкой период привыкания ребенка в школе проходит благополучнее, ученик не испытывает проблем в общении с другими и не имеет настолько сильного страха ошибиться. Первый класс является ключевым годом в жизни школьника, поскольку привычный режим жизни меняется. Если адаптация проходит удачно, тогда ребенок получает удовольствие от занятий, в противном случае, этот период может стать

травмоопасным.

Важно помнить, что период адаптации ребенка 6-8 лет к школе является очень важным в его жизни, поскольку оказывает влияние на успешность в школе, да и просто в будущем.

На сайт МБОУ «Черлакской гимназии» размещены топы видеолекций для родителей и педагогов «Самооценка: самоуважение, сила и уверенность» и «Секреты благополучной адаптации ребенка в школе».

Список литературы.

1. Агапов В.С. Становление Я-концепции в управленческой деятельности руководителей. / В.С. Агапов - М.: 1999 г. - 495с.
2. Бандура А. Социальные основы мышления и действия: социальная когнитивная теория / А. Бандура - Клиффс, Н-Д: Прентис-Холл, 1997 г.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. / Р. Бернс - М.: Прогресс, 1986 г.
4. Бороздина Л.В. Что такое самооценка / Психологический журнал. 1992 г. №4. 99-100с.
5. Боцманова М.Э. Показатели и уровни рефлексии в самооценке качеств личности в младшем школьном возрасте. / М.Э.Боцманова - М.: 2003г. - 29с.
6. Введенский Б.А. Большая советская энциклопедия / Б.А.Введенский - М.: БСЭ, 1955г. - 321с.
7. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л.С.Выготский - М.: Эксмо, 2005г. - 1136с.
8. Захарова А.В. Исследование самооценки младшего школьника. Вопросы психологии. / А.В.Захарова -М.:2008г. - 4с.
9. Липкина А.И. Самооценка школьника / А.И.Липкина - М.: 2006 г. - 64с.
10. Чеснокова И.И. Проблемы самосознания в психологии / И.И.Чеснокова - М.: Наука, 1977 г. - 144с.
11. "Адаптация к школе без проблем/Марьяна Безруких/Цикл учить учиться"/ YouTube. 13 августа 2019 (<https://youtu.be/xhSPappgTxx>)