

СОЦІАЛЬНА МЕРЕЖА ЯК ЧИННИК АДАПТАЦІЇ П'ЯТИКЛАСНИКІВ

Олена Завгородня

д. психол. н., провідний науковий співробітник лабораторії методології і
теорії психології

Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

Тетяна Мінаєнко

аспірант лабораторії методології і теорії психології

Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

Валентина Депутат

науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології

Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

Психологічна підтримка соціального оточення життєво важлива для раннього розвитку, адаптації в початковій школі, а також в середній ланці шкільної освіти для успішного навчання та психологічного благополуччя молодших підлітків. Така підтримка має велике значення, оскільки підлітки переживають швидкі зміни в біологічному, емоційному та соціальному плані. Крім того, мережа позитивної соціальної підтримки також може захистити від проблем, що виникають при переході до середньої освіти.

В багатьох країнах зазвичай при переході до середньої ланки освіти суттєво змінюється загальне шкільне середовище. Діти часом переходять з початкової школи меншого розміру, де їх навчає один учитель, переважно в одному класі, в більшу, складнішу, безособову середню школу, де вони відвідують заняття в різних кабінетах-класах, з різними вчителями.

Чинниками впливу на академічну успішність після переходу виступають нове освітнє середовище (наприклад, нові, великі школи і класи), різні структурні вимоги (наприклад, зміна класів, вчителів; навчальні матеріали для кожного предмета впродовж дня). Діти також повинні налагоджувати нові

стосунки з однокласниками та вчителями, пристосовуватися до змін в академічних очікуваннях від них. Значущість оцінок, вимоги і стандарти в середній ланці освіти, як правило, вищі, ніж в початковій, що вимагає від підлітків більшої мобілізації[4 та ін.].

Згідно з дослідженнями українських психологів, чинниками, що гальмують адаптацію учнів до середньої ланки школи є збільшення навчального навантаження, кількості вчителів, їх вимог, кабінетна систему навчання, труднощі в отриманні позитивних оцінок, зниження в учнів інтересу до навчання, а також недостатнє розуміння проблем учнів їх батьками та вчителями, підтримку яких учні очікують найбільше[1; 2 та ін.].

Дослідження фінських учених, які вивчали перехід до середньої освіти у Фінляндії, засвідчили емоційні проблеми підлітків, зниження їх задоволеності життям і підвищення емоційного виснаження після переходу [5]. Діти повідомляють про різні проблеми в цей час, зокрема, страх перед хуліганами, занепокоєння щодо взаємин з однолітками, страх заблукати в пошуках кабінету у великій школі, страх не впоратися із збільшеним навантаженням[1; 2; 4 та ін.].

В цьому контексті важливою є родинна підтримка. Зокрема, підтримка батьків може захистити дітей від негативних ефектів переходу до середньої освіти. Матері зазвичай забезпечують більшу підтримку автономності, самостійності дитини, порівняно з татами. Заохочення автономності, незалежності може захистити дітей від порушень психологічного здоров'я під час переходу до середньої освіти. Взаємини з матір'ю, її підтримка пом'якшує симптоми пригнічення та тривожності. Зростання тривожності підлітка пов'язано з недостатнім часом спілкування дитини з матір'ю в період початкової школи[3].

Успішний перехід до середньої освіти пов'язаний із соціальним визнанням підлітка, а також зі збільшенням підтримувальних взаємин зі шкільними друзями, оскільки друзі надають значну підтримку – емоційну, інструментальну, інформаційну[4 та ін.].

Також дітям, щоб вони відчували себе в безпеці в новому середовищі, потрібна підтримка вчителів і школи. Вчителі - важливий складник соціальної мережі підлітка. Після переходу до середньої освіти дітям може бути важко налагодити такі ж міцні відносини зі своїми новими вчителями, як ті, що були раніше. Ця зміна в їх соціальній мережі може бути негативним чинником з огляду на емоційні потреби підлітків, оскільки вони потребують підтримки вчителя і віддають перевагу зовнішньому керівництву. Зміна типу взаємин з вчителями було визнано однією з проблем, що викликають стурбованість у дітей, які переходять в середню школу, тим більш, що підтримка вчителів значно знижується в перехідний період[5].

Чинником захисту від негативних переживань учня виступає його шкільна прихильність і почуття приналежності. Зміцнення емоційних зв'язків зі школою сприяє зменшенню проблем психологічного здоров'я у перехідний період[5 та ін.].

Те, як учні справляються зі змінами в процесі адаптації до середньої ланки школи, може мати довгострокові наслідки для майбутніх досягнень. Якщо початкове зниження оцінок після переходу призводить до того, що деякі учні змінюють свою навчальну самооцінку, вони можуть стати більш відстороненими від школи і переживати до неї негативні почуття. Небажані наслідки переходу посилюються для осіб, які мали проблеми в початковій школі, і зменшуються в результаті позитивних взаємин зі значущими людьми.

Підводячи підсумок, можна говорити про зв'язок між позитивною підтримувальною соціальною мережею і успішністю, психологічним благополуччям і поведінкою підлітків в перехідний період.

Дослідження в зазначеному контексті підтверджують значущість позитивних взаємин з батьками, підкреслюють важливість дружби і взаємин з однолітками. Також дітям також потрібна підтримка вчителів і школи, щоб вони відчували себе в безпеці в новому середовищі.

Здійснений аналіз є важливим для розробки шкільних стратегій втручання та програм, спрямованих на фасилітацію адаптації до середньої

ланки школи. Такі програми мають: забезпечувати якість соціальної підтримки; створювати умови для підтримки у підлітків самоприйняття, позитивної загальної самооцінки та посилення її адекватності та диференційованості; створювати умови для практикування конструктивних поведінкових стратегій, зокрема, в діяльності, яка відповідає схильностям і здібностям підлітка; розвивати можливість висловлювати власні потреби, здатність розпізнавати власні емоції та розкривати їх в малюнках, музиці, танці тощо, справлятися з болісними негативними почуттями, виражаючи їх в творчій формі; на основі взаємодії в такій діяльності, співробітництві в реалізації спільних проектів сприяти формуванню взаємин підтримки між однолітками, а також сприяти позитивним взаєминам підлітків зі шкільним соціумом; враховувати ситуацію розвитку підлітка, стан психологічного здоров'я, індивідуальні та гендерні відмінності; допомагати постраждалим дітям переглянути свою соціальну мережу, щоб вони не були жертвами знущань та кіберзалякування; використовувати контрольовані форми спілкування в мережі, де діти, вчителі і батьки можуть обговорити проблеми, які в них виникають.

Перехід до школи є особливо складним для дітей із сенсорними труднощами, утрудненим рухом, з поведінковими або емоційними проблемами, що вимагає особливої уваги та індивідуального підходу при розробці стратегій психологічного супроводу.

Література:

1. Дзюбенко О.А. Психологічні особливості адаптації молодших підлітків до навчання в основній школі дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2013. 209 с.
2. Татьянчиков А.О. Особливості адаптації молодших підлітків до навчання в основній школі. *Вісник Інституту розвитку дитини*. 2013. Вип 27, С.163-169.
3. Booth-LaForce, C., Oh, W., Kennedy, A. E., Rubin, K. H., Rose-Krasnor, L., and Laursen, B. (2012). Parent and peer links to trajectories of anxious withdrawal from grades 5 to 8. *J. Clin. Child Adolesc. Psychol.* 41, 138–149. doi: 10.1080/15374416.2012.651995
4. Duineveld, J. J., Parker, P. D., Ryan, R. M., Ciarrochi, J., and Salmela-Aro, K. (2017). The link between perceived maternal and paternal autonomy support and adolescent well-being across three major educational transitions. *Dev. Psychol.* 53, 1978–1994. doi: 10.1037/dev0000364
5. Eccles, J. S., and Roeser, R. W. (2009). “Schools, academic motivation, and stage-environment fit,” in *Handbook of Adolescent Psychology*, Vol. 1, eds R. M. Lerner and L. D. Steinberg (Hoboken: Wiley), 404–434.

