

УДК 371:373

**АДАПТАЦИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ: ОСОБЕННОСТИ, ФАКТОРЫ, НАПРАВЛЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ****Воскрекасенко О.А., Дунаева О.В.***ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет», Пенза,  
e-mail: voskr99@rambler.ru, odunav@rambler.ru*

В статье актуализируется проблема адаптации обучающихся в связи с профилизацией образования на этапе обучения в старших классах. Представлен анализ научной литературы по проблеме педагогического сопровождения адаптации старшеклассников. На его основе формулируется понятие «адаптация старшеклассников». Представлена характеристика внешних изменений условий обучения и воспитания, с которыми сталкиваются обучающиеся при переходе из основной школы в среднюю. Раскрываются внутренние изменения, происходящие со старшеклассниками, связанные с новым возрастным периодом в их жизни. Указывается на сензитивный характер раннего юношеского возраста для развития социальной адаптивности, создающей благоприятные психологические условия для решения задачи успешной адаптации старшеклассников. Утверждается, что особенности адаптации старшеклассников являются следствием совпадения внешних изменений обстоятельств жизнедеятельности в условиях профилизации средней школы и внутренних, связанных с вступлением обучающихся в ранний юношеский возраст, создающий психологические предпосылки для развития социальной адаптивности. В зависимости от успешности протекания адаптационных процессов выделены группы обучающихся с высоким, средним и низким уровнем адаптированности. Перечисляются психологические факторы, способствующие успешной адаптации старшеклассников, и факторы, вызывающие у них состояние дезадаптированности. На основе анализа особенностей адаптации обучающихся старших классов, а также факторов, оказывающих влияние на эффективность данного процесса, сформулированы основные направления педагогического сопровождения адаптации старшеклассников.

**Ключевые слова:** школа, адаптация, старшеклассники, адаптированность, факторы, профильное обучение, педагогическое сопровождение

**ADAPTATION OF SENIOR SCHOOL STUDENTS: FEATURES, FACTORS, DIRECTIONS OF PEDAGOGICAL SUPPORT****Voskrekasenko O.A., Duneva O.V.***Penza State University, Penza, e-mail: voskr99@rambler.ru, odunav@rambler.ru*

The article actualizes the problem of adaptation of students in connection with the profiling of education at the stage of education in the upper grades. An analysis of the scientific literature on the problem of pedagogical support for the adaptation of high school students is presented. On its basis, the concept of "adaptation of high school students" is formulated. The article presents the characteristics of external changes in the conditions of education and upbringing that students face during the transition from basic to secondary school. The internal changes that occur with high school students associated with a new age period in their lives are revealed. The sensitive nature of early adolescence is pointed out for the development of social adaptability, which creates favorable psychological conditions for solving the problem of successful adaptation of high school students. It is argued that the adaptation features of high school students are the result of the coincidence of external changes in the circumstances of life in the conditions of secondary school profiling and internal changes associated with the entry of students into early adolescence, creating psychological prerequisites for the development of social adaptability. Depending on the success of the adaptation processes, groups of students with a high, medium and low level of adaptation were identified. The psychological factors that contribute to the successful adaptation of high school students, and the factors that cause their state of disadaptation are listed. Based on the analysis of the features of adaptation of high school students, as well as factors influencing the effectiveness of this process, the main directions of pedagogical support for the adaptation of high school students are formulated.

**Keywords:** school, adaptation, high school students, adaptability, factors, profile education, pedagogical support

Профилизация образования на этапе обучения в старших классах, являясь ответом на социальный заказ общества и государства на решение задачи стимулирования процесса профессионального самоопределения учащейся молодежи, ее подготовки к осознанному выбору будущей деятельности, актуализировала проблему обеспечения успешной адаптации обучающихся к изменившимся условиям обучения.

Осуществление образовательного процесса в старших классах характеризуется как существенными изменениями в содержании образования и технологиях его реали-

зации, так и изменениями в составе учебного коллектива и педагогов. Изменения вызывают у старшеклассников чувство эмоционального дискомфорта и тревоги. Одновременно далеко не все из них осуществили осознанный ответственный выбор профиля обучения, что также усиливает состояние внутренней напряженности. Часть старшеклассников оказалась физически, психологически и интеллектуально не готова к интенсивным нагрузкам профильного обучения, что становится причиной дезадаптации, мешая полноценному освоению ими учебно-профессиональной деятель-

ности и тормозя процессы личностно-профессионального самоопределения и самореализации. В этой связи старшеклассники нуждаются в организации и осуществлении педагогического сопровождения адаптации к изменившимся условиям обучения в старшем звене.

В контексте значимости обеспечения успешной адаптации обучающихся старших классов цель исследования – определить особенности, факторы и направления педагогического сопровождения адаптации старшеклассников.

### **Материалы и методы исследования**

В качестве методов исследования выступили анализ, обобщение и систематизация научной психолого-педагогической литературы по проблеме педагогического сопровождения адаптации старшеклассников.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

В современной научной психолого-педагогической литературе нашли свое отражение различные аспекты проблемы организации и осуществления педагогического сопровождения адаптации старшеклассников. Среди них такие, как:

– общие вопросы адаптации обучающихся при переходе в среднюю школу (А.М. Ахмедова, С.Н. Дмитриева, Ф.А. Махмудова, Р.Е. Пономарев, З.И. Федорова и др.);

– отдельные составляющие целостного процесса адаптации старшеклассников, включая социальную (Л.В. Голоднова, Ю.Н. Касс, Р.А. Таракановский и др.), социально-психологическую (С.А. Близниченко, М.В. Богданова, М.В. Григорьева, В.И. Компаниец, Д.А. Кухлевская, А.А. Мясникова, А.К. Султанова и др.), психофизиологическую (Л.М. Статуева и др.), социально-профессиональную (Н.М. Рубцов, Е.Л. Руднева, Т.В. Савченко и др.) и социально-педагогическую (Л.Г. Шляпникова и др.) составляющие;

– особенности, характерные для адаптации старшеклассников как возрастной группы (Ю.В. Кузнецова, Е.В. Логутова, А.В. Медведев, А.В. Медведева, З.С. Полянчук, А.Ю. Сердюков, А.Ю. Орлович и др.);

– типичные проблемы адаптации обучающихся при переходе из основной школы в среднюю (И.Н. Старик и др.);

– используемые в процессе обеспечения адаптации старшеклассников формы, методы, средства и технологии (Е.Е. Асташина, Л.И. Костерева, Д.В. Ковков, М.А. Ковкова, Т.Ф. Бурухина, Е.В. Потехина, А.Д. Ермолаева, Н.А. Соколова и др.);

– целенаправленная деятельность по обеспечению адаптации обучающихся старших классов (М.М. Врублевская, Е.В. Жихарева, Ю.Н. Шмелева и др.);

– педагогические условия, оказывающие влияние на успешность осуществляемого в общеобразовательной организации педагогического сопровождения адаптации старшеклассников (Т.Ф. Авдеева, Р.О. Алексеев, С.В. Бродинская, А.К. Павлов, Н.М. Рубцов, С.Л. Свешникова, М.Г. Харитонов и др.);

– обучение в старшей школе в контексте формирования готовности к успешной адаптации в вузе (Н.М. Бабаева, Т.Ю. Колова, С.М. Момбейоол и др.) и др.

Анализ вышеназванных исследований позволяет определить адаптацию старшеклассников как педагогически организованный процесс взаимодействия обучающегося и образовательной среды школы, детерминированный комплексом действующих объективных и субъективных факторов, направленный на формирование у старшеклассников адекватных требованиям среды способов поведения и деятельности, способствующих освоению ими учебно-профессиональной деятельности как ведущей на данном возрастном этапе, а также построению эффективной коммуникации с субъектами образовательного процесса.

Необходимость адаптации старшеклассников определяется изменениями условий обучения и воспитания, с которыми они сталкиваются при переходе из основной школы в среднюю, часто сопряженных со сменой общеобразовательной организации. Среди внешних изменений такие, как интенсификация учебной нагрузки в связи с профилизацией содержания образования, а также подготовкой к сдаче ЕГЭ; активное использование учителями-предметниками новых, часто вузовских, форм и технологий обучения (например, лекционных и семинарских занятий), требующих сформированности целого ряда новых учебных умений и навыков; необходимость установления межличностных отношений с новыми учителями-предметниками, классным руководителем, а также одноклассниками (при формировании профильных классов или смене школы).

Внешние изменения совпадают с изменениями внутренними. Переход в старшую школу совпадает с новым возрастным этапом в жизни обучающегося – вступлением в ранний юношеский возраст. Совпадающие во времени внешние и внутренние изменения в жизни старшеклассника составляют специфику складывающейся адаптационной ситуации [1, с. 266, 267;

2, с. 255]. Как отмечают Е.В. Логутова и А.В. Медведев, «специфика адаптации десятиклассников определяется особенностями возраста и спецификой профильного обучения» [1, с. 267].

Центральное место в жизни старшеклассников, как представителей раннего юношеского возраста, занимают вопросы, связанные с осуществлением личностного и профессионального выбора: будущей профессиональной деятельности; своего места в жизни и желаемого в будущем образа жизни; друзей и референтной группы и др. Необходимость осуществления выбора активизируется социальной ситуацией развития старшеклассника, родителями, школой, обществом. Готовность к личностному и профессиональному самоопределению, т.е. к выбору, и составляет ключевое новообразование старшего школьного возраста. Однако данная готовность сформирована далеко не у всех старшеклассников, что осложняет протекание адаптационных процессов.

Потребность старшеклассника в профессиональном самоопределении определяет характер его учебной деятельности, что находит свое отражение как в выборе самой общеобразовательной организации или профильных классов, так и в избирательном отношении к изучаемым предметам. Последнее часто проявляется в предпочтении старшеклассниками одних предметов и игнорировании других. Подобное невыполнение требований программы становится причиной конфликтных ситуаций с учителями и родителями, осложняя протекание как учебной, так и социально-психологической адаптации.

Одновременно в раннем юношеском возрасте у обучающихся резко обостряются такие проявления процессов самопознания и самоопределения, как стремление к автономии, отстаивание права быть самим собой. Из-за непонимания педагогами и родителями сущности данной возрастной особенности старшеклассников возникают межличностные конфликты в системе «учитель – ученик» и «родитель – ребенок», что, в свою очередь, также осложняет протекание адаптационных процессов в старшем звене.

Наряду с названными особенностями в раннем юношеском возрасте происходит формирование психологических предпосылок для развития адаптивности, как интегративной личностной характеристики, определяющей способность к адаптации [2, с. 11]. В качестве таких предпосылок выступают обогащение социального опыта, активное самопознание и открытие «Я», установка на поисковую активность, раз-

витие рефлексии, большую стабилизацию и адекватность самооценки и др. В этой связи ранняя юность может рассматриваться как сензитивный период для развития социальной адаптивности обучающихся, создающей благоприятные психологические условия для решения задачи успешной адаптации старшеклассников.

В зависимости от успешности протекания адаптационных процессов в научной литературе (О.А. Альшина, В.В. Старков, М.Б. Чижкова, Е.Ю. Ягодина и др.) выделяют группы обучающихся с высоким, средним и низким уровнями адаптированности [2, с. 16.; 3, с. 257; 4, с. 256–258; 5, с. 15]. На основе анализа и систематизации данных источников представим обобщенную характеристику старшеклассников с разным уровнем адаптированности.

Старшеклассники с высоким уровнем адаптированности характеризуются:

- поведением, адекватным требованиям образовательной среды;

- достаточной сформированностью навыков саморегуляции поведения, включая умения планирования и осуществления деятельности, прогнозирования возможных результатов;

- высокими показателями мотивации к учебно-профессиональной деятельности;

- ориентацией на профессиональное будущее в сочетании с адекватным представлением о выбранной профессии и о своем соответствии требованиям к ней;

- личностной зрелостью, эмоциональным благополучием и удовлетворенностью в значимых сферах жизнедеятельности, уверенностью в себе;

- гибкостью, быстрым переключением с одного вида деятельности на другой и перестройкой своего поведения в зависимости от изменяющихся обстоятельств;

- активностью, инициативностью, готовностью к самостоятельному принятию решений в ситуации затруднения;

- активизацией в проблемной ситуации поисковой активности, направленной на выявление причин, вызывающих затруднения и поиск оптимальных путей их разрешения.

Для второй группы старшеклассников со средним уровнем адаптированности характерны:

- достаточная адекватность поведения и деятельности требованиям образовательной среды;

- недостаточно сформированные самостоятельность, саморегуляция поведения, а также умения планировать и прогнозировать результаты собственной деятельности;

- противоречивый характер мотивации к учебно-профессиональной деятельности;

– ориентация на профессиональное будущее в сочетании с поверхностным представлением о выбранной профессии и о своем соответствии требованиям к ней;

– чувство неудовлетворенности собой в отдельных значимых для обучающегося сферах жизнедеятельности, колебания эмоционального фона или превалирование отрицательных эмоций;

– достаточный уровень сформированности коммуникативных умений и навыков сочетается с неумением предвидеть и избегать потенциально конфликтных ситуаций в процессе взаимодействия как со старшими, так и одноклассниками;

– недостаточность гибкости, пластичности, способности быстро переключаться с одного вида деятельности на другой без снижения ее продуктивности;

– недостаточность проявлений поисковой активности с преобладанием стереотипных форм активности с реакцией фиксации в сложных ситуациях.

Старшеклассники с низким уровнем адаптированности отличаются:

– частыми проявлениями неадекватного требованиям среды поведения;

– неумением самостоятельно принимать решения, планировать свою деятельность, реализовывать планы и соотносить их с полученными результатами;

– несформированностью, диффузным характером первичного профессионального выбора;

– нереалистичностью самовосприятия и восприятия окружающих, приводящей к напряженности в межличностных отношениях;

– эмоциональным неблагополучием с резкой сменой настроения и длительной фиксацией на негативных переживаниях;

– резкими перепадами периодов высокой активности и отказа от деятельности;

– использованием неконструктивных реакций приспособления с фиксацией на неэффективных способах адаптации, включая применение вербальной агрессии.

Ответ на вопрос, почему одни старшеклассники успешно адаптируются, другие испытывают затруднения в тех же обстоятельствах, во многом связан с их предшествующим опытом адаптации, адаптивной готовностью личности, уровнем ее адаптивности [2, с. 6; 5, с. 13; 6, с. 56]. Существенные расхождения между требованиями образовательной среды при переходе обучающегося из основной школы в старшую и реальными возможностями его личности становятся причиной возникновения состояния дезадаптированности.

В научной литературе (Л.Г. Агеева, Л.И. Божович, М.Р. Гинзбург, И.В. Дуброви-

на, И.С. Кон, Н.В. Морозова, А.В. Мудрик, Х. Ремшмидт, Н.Н. Толстых, М.Б. Чижкова, Э. Эриксон и др.) выделяются различные факторы, выступающие в качестве психологических оснований, определяющих успешность адаптации старшеклассников. На основе анализа и систематизации данных научных исследований в качестве психологических факторов дезадаптации старшеклассников выделим такие, как испытываемые обучающимся трудности в процессе интериоризации социальных ценностей и норм поведения; переживание им ситуации неуспеха в группе значимых для него людей; отсутствие понимания обучающимся дальнейших жизненных перспектив, сложности профессионального самоопределения; низкий уровень развития адаптационных способностей; неуспешности старшеклассника в учебной деятельности; затруднения в установлении обучающимся социальных контактов и испытываемая им эмоциональная неудовлетворенность от взаимодействия со сверстниками и взрослыми; проявления у старшеклассника повышенной тревожности, пессимизма, эмоционально-волевой импульсивности, депрессивности и пр.; интеллектуальная незрелость личности обучающегося; ее индивидуализм [1, с. 266, 267; 4, с. 258–262; 5, с. 24, 25]. В свою очередь, психологические факторы успешности адаптации старшеклассников включают в себя такие, как общая интернальность личности; переживание обучающимся ситуации успеха в группе значимых для него людей; успешность учебной деятельности старшеклассника; видение им жизненных перспектив и профессиональное самоопределение; успешность в установлении обучающимся социальных контактов и испытываемое им чувство эмоциональной удовлетворенности от взаимодействия с одноклассниками и педагогами; оптимальный для продуктивной деятельности старшеклассника уровень тревожности; его эмоциональная устойчивость и интеллектуальная зрелость [1, с. 266, 267; 4, с. 258–262; 5, с. 24, 25].

Значимую роль в успешном протекании адаптационных процессов у обучающихся при переходе из основной школы в старшую играет целенаправленная деятельность по организации и осуществлению педагогического сопровождения адаптации старшеклассников. Понимание вышеописанных особенностей адаптации обучающихся старших классов, а также факторов, оказывающих влияние на эффективность данного процесса, позволяет наметить основные направления педагогического сопровождения адаптации старшеклассников.

Среди них такие:

- создание благоприятной образовательной среды адаптации, активизирующей развитие адаптационных способностей обучающихся;
- мониторинг адаптации старшеклассников, своевременная помощь обучающимся с низким уровнем адаптированности и признаками дезадаптации;
- активизация процессов профессионального и личностного самоопределения обучающихся, осознанного выбора будущей профессии;
- создание условий для построения старшеклассниками индивидуальной траектории учебно-профессионального и личностного развития;
- содействие в формировании у обучающихся умений самоконтроля и самооценки поведения и деятельности;
- формирование умений и навыков построения эффективного взаимодействия со всеми субъектами образовательного процесса и др.

### Заключение

Переход обучающихся из основной школы в старшую представляет собой достаточно сложный адаптационный период, сопровождающийся активизацией их личностных ресурсов. Особенности адаптации старшеклассников являются следствием совпадения внешних изменений обстоятельств жизнедеятельности в условиях профилизации средней школы и внутренних, связанных с вступлением обучающихся в ранний юношеский возраст, создающий психологические предпосылки

для развития социальной адаптивности, определяющей успешность протекания адаптационных процессов. Понимание особенностей адаптации старшеклассников, а также факторов, обуславливающих эффективность данного процесса, позволяет определить основные направления по организации и осуществлению педагогического сопровождения обучающихся.

### Список литературы

1. Логутова Е.В., Медведев А.В. Особенности адаптации и успешности в учебной деятельности старшеклассников различных образовательных профилей // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. Т. 6. № 2 (19). С. 265–267.
2. Альшина О.А. Подготовка старшеклассниц в учебно-воспитательном процессе школы к выбору стратегий адаптации: автореф. ... канд. пед. наук. Пенза, 1999. 17 с.
3. Ягодина Е.Ю. Роль диагностики в педагогическом сопровождении адаптации старшеклассников // Педагогическая реальность: системность, событийность, сотрудничество: материалы Всероссийской научно-практической конференции в рамках Всероссийского форума «Проблемы гуманитарных наук и образования в современной России» (Воронеж, 15 апреля 2020 г.). Воронеж: Воронежский государственный педагогический университет, 2020. С. 255–258.
4. Старков В.В. Психологические особенности личности старшеклассников с разным уровнем социальной адаптации // Актуальные вопросы современной психологии, конфликтологии и управления: взгляд молодых исследователей: сборник научных статей Международной студенческой научно-практической конференции (Екатеринбург, 26 ноября 2021 г.). Екатеринбург, 2021. С. 252–264.
5. Чижкова М.Б. Адаптация школьников к образовательной среде при переходе от средней к старшей ступени общеобразовательной школы: автореф. ... канд. психол. наук. Самара, 2012. 27 с.
6. Григорьева М.В. Типы адаптационной готовности личности в образовательной среде школы // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2018. Т. 7. Вып. 1 (25). С. 56–61.