

2. Малкиоди, К. Палитра души. Преобразующая сила искусства: путь к здоровью и благополучию / К. Малкиоди. – М.: София, 2004. – 272 с.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн – СПб: Питер, 2000 – 712 с.
4. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д.Я. Райгородский – Самара: БАХРАХ-М, 2001. – 672 с.
5. Романова, Е.С. Графические методы в психологической диагностике / Е.С. Романова, О.Г. Потемкина. – М.: Дидакт, 1991. – 256 с.

**Волосач А.С.** (Научный руководитель – Бахмат Е.М.,  
канд. психол. наук, доцент)  
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

### **ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ УЧЕНИКОВ ПЕРВОГО КЛАССА**

В настоящее время актуальной проблемой начальной школы стала адаптация детей к школе и изучению этой проблемы посвящены работы А.Н. Дорожевец, Г.А. Балла, В.Е. Кагана, Р.В. Овчаровой, Г.С. Абрамовой, Л.М. Ковалевой, Л.Ф. Обуховой, Л.И. Божович, И.В. Дубровиной.

В современной школе вопросы адаптации приобретает все большее значение особенно в первые месяцы обучения учащихся в связи с тем, что изменяется социальная ситуация развития и ведущий вид деятельности. Шестилетний ребенок становится учеником и сталкивается с различными учебными задачами, а также с преходящим характером организации своего поведения. Первоклассники по-разному социально и психологически адаптируются к школе.

По мнению М.Р. Битяновой, адаптацию школьников можно рассматривать не только как позитивное усвоение среды по отношению к их психологической, личностной и социальной способности к саморазвитию, но и как адаптивный процесс, благодаря которому они успешно функционируют в этой среде [3].

По мнению Р.В. Овчаровой, адаптация – это процесс плавного перехода учащегося из одного состояния в другое, из одной сферы деятельности в другую [5].

По данным М.М. Безруких, процесс адаптации первоклассников к школьному обучению можно представить в виде следующих этапов:

- Первый этап – предварительный, характеризуется интенсивными реакциями и значительным стрессом; продолжительность – две-три недели.

- Второй этап – неустойчивая адаптация, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные варианты ответа на воздействия. На втором этапе затраты организма снижаются и бурные реакции начинают стихать.

- Третий этап – период относительно стабильной адаптации, когда организм находит наиболее подходящий ответ на стресс, требует меньшей нагрузки на все системы [2].

По уровню адаптации всех учащихся можно условно разделить на три группы:

а) уровень адаптации – легкая, дети относительно быстро адаптируются к новому обществу, заводят друзей и почти всегда находятся в приподнятом настроении дружелюбны, спокойны и полны энтузиазма, охотно выполняют свои школьные обязанности, не имеют явной нервозности и хорошо общаются с одноклассниками. Возникающие трудности в отношениях с учителями или с детьми быстро исчезают.

б) промежуточная адаптация – более длительный период адаптации. Дети могут испытывать трудности в освоении учебной программы, они играют во время уроков,

не принимают учебные ситуации, не общаются с учителями и одноклассниками, не реагируют на замечания учителей или их реакцию – слезы, оскорбления. Только к концу первого полугодия эти ученики отвечают в достаточной степени тому, чтобы соответствовать требованиям школы и учителя.

в) тяжелая форма адаптации – более долгая адаптация, у детей наблюдаются трудности в обучении к чтению, письму и арифметике, дети проявляют негативные эмоции (тревожность, плач, капризность).

Возможности ребенка не безграничны, а хронический стресс и вызванное им переутомление могут привести к потере здоровья, поэтому важно выявлять закономерности адаптации в начальной школе и осуществлять комплекс мер, направленных на профилактику школьной дезадаптации.

**Материал и методы.** Для изучения особенностей адаптации первоклассников к обучению было организовано эмпирическое исследование, в котором принимали участие 20 человек (10 девочек и 10 мальчиков), учащиеся 1-х классов.

В качестве диагностических методик исследования были выбраны: метод тестирования (методика школьной мотивации (Н.Г. Лусканова) [4], методика «Беседа о школе» (модифицированный вариант Т.А. Нежной, Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера) [1], проективная методика диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан) [6]; методы количественной обработки данных. Выбор именно этих диагностических методик обусловлен тем, что данные методики относятся к числу наиболее известных и давно применяемых в экспериментальной и прикладной психологии методов оценки личностных особенностей испытуемых младшего школьного возраста. Методики обладают валидностью, а также надёжностью в изучении выделенных признаков.

**Результаты и их обсуждение.** В результате исследования с использованием анкеты для определения школьной мотивации (Н.Г. Лусканова) было выявлено, что у 2 детей (10%) – максимально высокий уровень школьной адаптации, у 3 детей (15%) – высокий уровень адаптации к школе. У 11 детей (55%) – средний уровень адаптации к школе, в целом этот уровень адаптации характеризуется положительным отношением к школе, но школа привлекает более иными, но не учебными деятельностью.

У 2-х детей (10%) – низкий уровень адаптации к школе, что свидетельствует о том, что они посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Далее, находятся в состоянии дезадаптации к школе 2-е (10%) респондентов, испытывают серьезные затруднения к учебной деятельности.

При поступлении в школу происходит прорыв в отношении к отметке как награде за учение. В результате исследования уровня сформированности «внутренней позиции школьника» с использованием методики «Беседа о школе» (модифицированный вариант Т.А. Нежной, Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера) мы выявили, что у 8 детей (40%) позиция школьника сформирована полностью, ребёнок знает цели, важность и необходимость процесса учения; проявляет познавательный интерес. Ведущая деятельность – учебная; у 8 детей (40%) позиция выражена на среднем уровне: у детей проявляется интерес к учебной деятельности, им нравится учиться и ходить в школу, но цели и важность учения им не осознаются, а желание учиться заменяется установкой: «Надо учиться, я должен учиться»; у 4 детей (20%) позиция школьника несформирована – ребёнок не осознает цели и важности учения, школа привлекает лишь внешней стороной. Ребёнок приходит в школу, чтобы играть, общаться с детьми, гулять. Учебная деятельность ребёнка не привлекает, ведущая деятельность – игровая. Также в ходе использования методики диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан) было выявлено, что немного повышенный уровень тревожности присутствует у 6 детей, которые характеризуют настроение персонажа рисунка как грустное, печальное,

сердитое, скучное, испуганное. У 14 детей уровень тревожности находится в допустимых пределах или даже немного снижен. Из полученных результатов видно, что «неблагополучные ответы» отмечены у 30% первоклассников, а «благополучные ответы» выявлены у 70% респондентов.

**Заключение.** В результате исследования мы можем заключить, что у большинства детей выявлен высокий и средний уровень адаптации к школе, у них сформировано положительное отношение к школе. Многие первоклассники осознают необходимость и важность процесса учения и ведущей деятельностью у них выступает – учебная. Уровень тревожности у детей находится в допустимых пределах.

#### **Список использованной литературы:**

1. Арбузова, Е.С. Адаптация первоклассника к школе как психолого- педагогическая проблема / Е.С. Арбузова // Вопросы гуманитарных наук. – 2018. – № 2 (35). – С. 265–267.
2. Безруких, М.М. Трудности адаптации первоклассников к школе / М.М. Безруких // Управление начальной школой. – 2017. – № 8. – С. 24–31.
3. Битянова, М.Р. Организация психологической работы в школе / М.Р. Битянова. – М.: Совершенство, 1997. – 298 с.
4. Лусканова, Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении : Учеб.-метод. пособие / Н.Г. Лусканова. – М. : Фолиум, 1999. – 30 с.
5. Овчарова, Р.В. Практическая психология в начальной школе / Р.В. Овчарова. – М. : ТЦ «Сфера», 2001. – 240 с.
6. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – М.: Московский психолого- социальный институт, 2004. – 304 с.

**Воронько-Дунаева А.Ю.** (Научный руководитель – Кутькина Р.Р.,  
старший преподаватель)  
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

#### **ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ СФЕРЫ**

Сегодня изучение личностных качеств специалистов опасных профессий приобретает особую значимость с целью формирования необходимых для эффективной деятельности навыков и умений, а также для разработки программ психокоррекции. К типу опасных профессий относится профессия электрика, так как она предполагает постоянный риск для жизни и здоровья при работе с током большого напряжения, большую моральную ответственность за безопасность и надежность произведенных работ, необходимость быстро и качественно принимать решения в условиях ограниченного времени. По данным Рыбникова В. Ю. и др. легче адаптируются к экстремальной или опасной деятельности те специалисты, которые гибки, эмоционально устойчивы, общительны, уверены в себе, активны [3]. Успешной адаптации также способствует стрессоустойчивость, которая повышается по мере становления в профессии [2]. Для успешной деятельности в качестве электрика необходимо наличие следующих профессионально-важных качеств: развитое пространственное мышление; чувство ответственности за строгое соблюдение техники безопасности; выраженная склонность к работе с техникой; способность к концентрации внимания; физическая выносливость; эмоциональная устойчивость.