

Информация
по результатам психологического исследования
учащихся 10-х классов
государственного учреждения образования
«Гимназия № 1 г. Жодино»

Дата проведения: октябрь 2024.

Класс: 10 «А», 10 «Б» (48 учащихся).

Используемые методики: методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский), тест тревожности Спилбергера, проективная методика по адаптации «Дерево» Л.П. Пономаренко.

Цель проведения: изучение процесса адаптации учащихся в профильных классах.

Содержание исследуемых характеристик:

1. Изучение тревожности.

Тревожность как состояние характеризуется напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени.

По результатам изучения тревожности учащиеся 10-х классов распределились следующим образом:

	10 «А» класс (25 человек)	10 «Б» класс (23 человека)	Итого:
<i>Высокий уровень тревожности</i>	1 (4%)	4 (17%)	5 (10%)
<i>Умеренный уровень тревожности</i>	11 (44%)	14 (61%)	25 (52%)
<i>Низкий уровень тревожности</i>	13 (52%)	5 (22%)	18 (38%)

2. Изучение поведенческих стратегий в стрессовых ситуациях (копинг-стратегий)

Копинг-стратегии – осознанно используемые человеком приемы совладания с трудными ситуациями, состояниями. Совладающее поведение направлено на то, чтобы лучше адаптировать человека к требованиям среды, позволить ослабить или смягчить воздействие, избежать или привыкнуть к ней, в также чтобы поддерживать благополучие физического и психического здоровья.

Стратегия разрешения проблем — это активная поведенческая стратегия, при которой человек старается использовать все имеющиеся у него личностные ресурсы для поиска возможных способов эффективного разрешения проблемы.

Стратегия поиска социальной поддержки — это активная поведенческая стратегия, при которой человек для разрешения проблемы обращается за помощью и поддержкой к окружающей его среде: семье, друзьям, значимым другим.

Стратегия избегания — это поведенческая стратегия, при которой человек старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем.

Стратегия избегания — одна из ведущих поведенческих стратегий при формировании дезадаптивного поведения. Использование этой стратегии обусловлено недостаточностью развития навыков активного разрешения проблем. Однако, она может носить адекватный либо неадекватный характер в зависимости от конкретной стрессовой ситуации, возраста и состояния ресурсной системы личности.

Стратегии	10 «А» класс (25 человек)			10 «Б» класс (23 человека)			Итого:		
	Выс.	Ср.	Низ.	Выс.	Ср.	Низ.	Выс.	Ср.	Низ.
<i>Стратегия разрешения проблем</i>	7 (28%)	17 (68%)	1 (4%)	6 (26%)	13 (57%)	4 (17%)	13 (27%)	30 (63%)	5 (10%)
<i>Стратегия поиска социальной поддержки</i>	1 (4%)	20 (80%)	4 (16%)	5 (22%)	17 (74%)	1 (4%)	6 (13%)	37 (77%)	5 (10%)
<i>Стратегия избегания</i>	1 (4%)	-	24 (96%)	-	2 (9%)	21 (91%)	1 (2%)	2 (4%)	45 (94%)

3. Изучение особенностей протекания адаптации в коллективе

Процесс адаптации всегда включает в себя установление взаимоотношений в коллективе. Один из признаков успешной адаптации в коллективе является умение ощущать и поддерживать эмоциональный контакт с другими людьми, быть эмоционально включенным в общение, выражать свои чувства и разделять чувства других.

По результатам изучения особенностей протекания адаптации в новом коллективе учащиеся 10-х классов распределились следующим образом:

	10 «А» класс (25 человек)	10 «Б» класс (23 человека)	Итого:
<i>Комфортное состояние, общительность</i>	22 (88%)	22 (96%)	44 (92%)
<i>Замкнутость, отстраненность, уход в себя</i>	3 (12%)	1 (4%)	4 (8%)

При анализе полученных результатов необходимо обратить внимание на учащихся, показавших совпадение по нескольким показателям: высокий уровень тревожности, повышенное чувство одиночества, низкую адаптацию в коллективе, так как именно эти показатели позволяют сделать вывод о наличии эмоционально негативного состояния и низкой адаптации.

Выводы:

1. У 90% учащихся 10-х классов диагностируется низкий и умеренный уровень тревожности, что свидетельствует о достаточно благоприятном эмоциональном состоянии, уверенности в своих силах и возможностях.

2. 10% учащихся имеют высокий уровень тревожности, что говорит об их негативном эмоциональном состоянии, трудностях в ситуациях, когда нужно проявить себя, подверженности стрессам.

3. 98% учащихся используют адаптивные поведенческие стратегии при разрешении сложных ситуаций и трудностей, ищут эффективные способы решения, обращаются за помощью.

4. 2% учащихся используют неадаптивную стратегию – избегают решения возникающих проблем, предпочитают изолироваться от окружающих, что приводит к сложностям в адаптации.

5. В новом коллективе 92% учащихся успешно адаптировались и чувствуют себя комфортно.

6. Итого, 4 учащихся (8%) имеют низкий уровень адаптации – повышенную тревожность, чувство изоляции, отстраненность от учебного процесса; 30 учащихся (63%) имеют удовлетворительный уровень адаптации, 14 учащихся (32%) успешно адаптировались.

7. Среди учащихся 10-х классов, имеющих трудности в адаптации, можно выделить коллектив 10 «Б» класса, так как именно в данном классе большее количество учащихся с высоким уровнем тревожности.

Рекомендации родителям по успешной адаптации учащихся 10 класса:

Ребёнок пошёл в десятый класс

- Постарайтесь создать условия, облегчающие учебу подростка:
 - бытовые: хорошее питание, щадящий режим, полноценный сон, спокойный обстановка, уютное и удобное место для занятий и т. п.;
 - эмоциональные: проявляйте веру в возможности ребенка, не теряйте надежду на успех, радуйтесь малейшими достижениями, высказывайте любовь и терпение в ожидании успеха, не оскорбляйте его в случае неудачи и т. п.
 - культурные: обеспечить ребенка справочниками, словарями, пособиями, атласами, книгами по школьной программе, вместе смотрите учебно-познавательные программы по ТВ, обсуждайте увиденное и т. п.
- Слушайте своего ребенка: пусть он пересказывает то, что надо заучивать, запоминать, периодически диктуйте тексты для записывания, спрашивайте по вопросам учебника и т. п.
- Регулярно знакомьтесь с расписанием уроков, факультативов, кружков, дополнительных занятий для контроля и для оказания возможной помощи.
- Делитесь знаниями с детьми из области, в которой Вы преуспели. Обогащайте их.
- Помните, что не только отметка должна быть в центре внимания родителей, а знания, даже если сегодня ими воспользоваться невозможно. Поэтому думайте о будущем и объясняйте детям, где и когда можно будет воспользоваться знаниями.
- Не оставляйте без внимания свободное время ребенка и его успехи с другими, лучше сравнить его с самими собой – это более обнадеживает.