

## SPECIFICUL ADAPTĂRII PSIHOLOGICE A ELEVILOR LA ETAPA TRANZIȚIEI SPRE CICLUL GIMNAZIAL

**Inga BACIU**, psiholog,

*Instituția Publică Liceul Teoretic „Mihai Eminescu”, mun. Bălți, Moldova*

**Abstract:** *In this article is analysed the problem of teenagers' adaptation at the gymnasium. One of the periods in which there are present difficulties in school adaptation is the preadolescent on set, the period is at the time of pupil's transition from primary to secondary school and where it is assimilated numerous adaptive behaviors in this fragile mental and emotional personality.*

*There are analysed the results of an empirical research, fulfilled on 168 pupils from the 5th forms and there are given some recommendations how to facilitate the pupils' adaptation in the gymnasium.*

**Keywords:** *adaptation, pupils, school adaptation, teenagers' adaptation.*

În sistemul general al științelor, adaptarea este concepută ca una dintre „proprietățile fundamentale ale organismului de a-și modifica adecvat funcțiile și structurile corespunzătoare schimbărilor cantitative și calitative ale mediului înconjurător” (2, p.11). Astfel, vorbim despre existența capacității omului de a face față, de a răspunde favorabil solicitărilor și exigențelor anturajului, împlinindu-și, în același timp, și cerințele individuale.

În Dicționarul de psihologie Roland Doron, „adaptarea” reprezintă „un proces dinamic de schimbare, dezvoltat în mod voluntar sau involuntar, în scopul replasării organismului într-o poziție mai avantajoasă față de mediul înconjurător și presupunând capacitatea de a învăța. Mijloacele puse în joc sunt de ordin psihologic sau biologic, integrat sau elementar. Comportamentul este medierea cea mai des folosită pentru plasarea organismului într-o situație mai puțin amenințătoare, pentru satisfacerea trebuințelor sale și, în ultimul rând, pentru asigurarea supraviețuirii sale, precum și a speciei sale. Un obstacol obligă la o mobilizare a organismului, care încearcă prin comportament să-și mențină echilibrul anterior sau să se ajusteze și să creeze un nou echilibru compatibil cu supraviețuirea sa. Căutarea acestui echilibru este o necesitate psihobiologică” (5, p.30).

În literatura de specialitate psihologică, conceptul de adaptare este interpretat cu un accent pe individ,

calitățile lui personale și pe structura de personalitate, în general.

Dicționarul pedagogic definește „adaptarea școlară” ca „proces de ajustare sau de simplă acomodare la condițiile școlii. Reprezintă etapa de consolidare și precizare a poziției elevului în ansamblul condițiilor de lucru și al activităților instructiv-educative. Însușirea psihologică a statusului de elev este rezultatul unor modificări pe plan interior, cu repercursiuni pe plan de conduită. Schematic, exprimă atitudinea favorabilă a elevului față de școala pe care o urmează” (4).

Problema adaptării școlare a elevilor reprezintă un aspect fundamental al activității instructiv-educative, fiind prezentă în viața școlii, în preocupările de zi cu zi ale cadrelor didactice, dar și în numeroase cercetări, atât pe plan național, cât și internațional.

Dificultățile „pragului de trecere” de la nivelul de învățământ primar la cel gimnazial sunt multiple. Dificultățile de adaptare școlară, care se pot manifesta la începutul clasei a V-a, pot fi generate de transformări multiple și uneori bruște, care se produc în sfera a două planuri: planul dezvoltării biopsihosociale și planul activității instructiv-educative. De modul în care se realizează interacțiunea dintre particularitățile fizice, intelectuale, afective și de personalitate ale preadolescentului, pe de-o parte, și de cerințele și exigențele impuse de activitatea instructiv-educativă, precum și de calitatea influențelor familiale asupra activității școlare, pe de altă parte, depind posibilitățile de adaptare școlară a elevului preadolescent (7).

Scopul investigației practice realizate constă în studierea nivelului adaptării elevilor claselor a 5-a la treapta gimnazială.

Obiectivele de lucru au vizat elaborarea și aplicarea metodelor de investigație în conformitate cu subiectul cercetat; prelucrarea și interpretarea rezultatelor investigației practice; elaborarea recomandărilor psihopedagogice cu privire la facilitarea procesului de adaptare a elevilor claselor a 5-a la treapta gimnazială.

În cadrul studiului au participat în total 168 de elevi din clasele a 5-a din cadrul unei instituții de învățământ preuniversitar din mun. Bălți.

Metode de investigație aplicate au fost: observarea; chestionarul de identificare a nivelului de adaptare școlară pentru elevi; chestionar de evaluare a riscului de inadaptare școlară pentru diriginți; convorbirea cu elevii, diriginții și cadrele didactice.

Pentru obținerea unor date preliminare referitoare la dificultățile de adaptare școlară pe care le întâmpină elevii preadolescenți odată cu trecerea în ciclul gimnazial, a fost utilizată metoda observației. Prin intermediul metodei observației, elevii au fost supuși investigației comportamentului în mediul lor natural: în sălile de curs în timpul pauzelor, pe holul școlii, în cantina școlară.

De menționat că, investigarea adaptării școlare prin observarea comportamentului elevului în mediul natural este argumentată și prin faptul că acesta tinde să fie un predictor consistent în raport cu mai multe dimensiuni ale adaptării școlare, inclusiv cu achizițiile și rezultatele școlare, cu comportamentele deviate și de risc pe care elevii le manifestă în mediul școlii, cu stima de sine pe care elevii o manifestă în legătură cu rezultatele pe care le obțin și succesul de care se bucură în domeniul școlar.

Rezultatele, în urma observației comportamentul studiat a scos în evidență următoarele constatări:

- existența interesului, activismului în ceea ce privește viața școlară în cadrul orelor, dar și în afara lor;
- concordanță în marea majoritate a cazurilor dintre cerințele instructiv-educative și capacitățile elevilor;
- elevii își ajustează comportamentul în funcție de exigențele profesorului, răspund pozitiv la solicitările, observațiile acestuia;
- fonul emoțional per ansamblu este unul pozitiv, comportamentele dezadaptative reprezentând particularități specifice vârstei;

Ulterior cercetarea subiectului a fost realizată prin intermediul Chestionarului de identificare a nivelului de adaptare școlară pentru elevi care reprezintă un instrument personal elaborat, în contextul necesității de evaluare a problemei adaptării școlare într-o formulă compactă și integrativă. Chestionarul elaborat este propus în baza adaptării Chestionarului de identificare a nivelului anxietății (Fillips) și a Chestionarului SES-4DS (F. H. Veiga) și reprezintă o scală multidimensională care include 15 de itemi care operaționalizează trei dimensiuni ale adaptării școlare după cum urmează: dimensiunea cognitivă, dimensiunea afectivă, dimensiunea comportamentală.

Chestionarul a fost anonim, mizându-se pe sinceritatea maximă a elevilor cu referire la modul în care acționează, se comportă, în mod obișnuit, atunci când vine vorba despre activitate de la școală.

Astfel, pentru fiecare item, elevii au oferit răspuns la afirmațiile prezentate pe o scală de tip Likert. Scala data cuprinde patru trepte de la 1-”dezacord total”, 2- ”dezacord”, 3- ”acord”, iar 4-”acord total”.

Analiza primei dimensiuni - *dimensiunea afectivă* – ne-a oferit informații cu referire la sentimentul elevului de conectare și apartenență la școala în care învață, precum și percepția pozitivă despre școală, ca loc

în care își poate face ușor prieteni, se simte securizat din punct de vedere afectiv și integrat.

De asemenea, rezultatele constatate evidențiază emoțiile elevilor în școală, răspunsurile emoționale pe care elevii le manifestă față de activitatea desfășurată în clasă (de exemplu: satisfacția, plictiseala, anxietatea, sentimental de apartenență și integrare), respectiv față de colegi și profesori.

La această dimensiune media rezultatelor obținute de elevi la fiecare item raportate la clasa de studiu sunt reflectate în Tabelul 1.

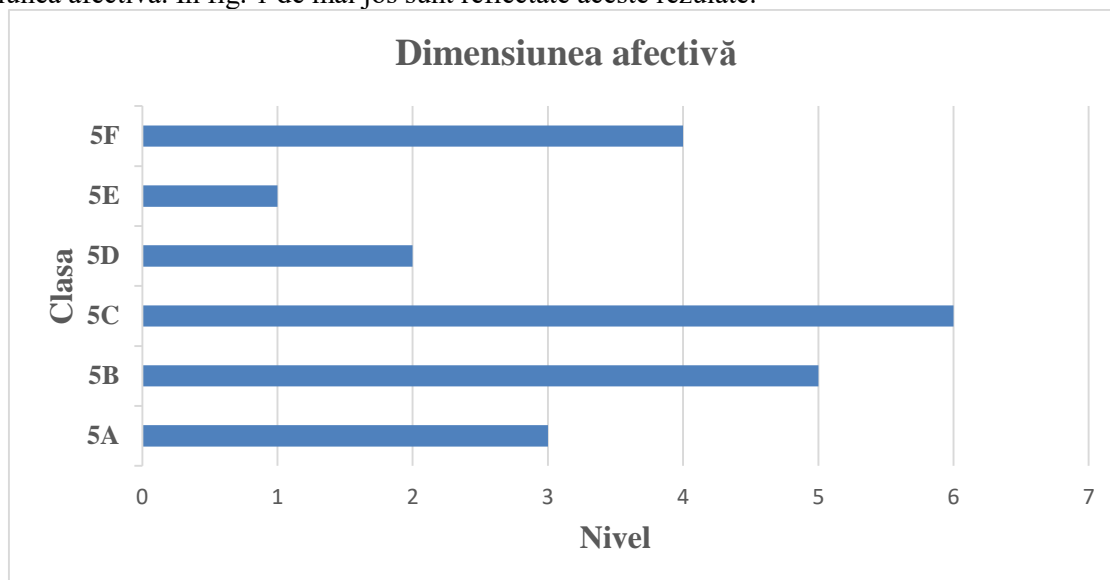
**Tab. 1 Rezultatele (mediile) obținute de elevii investigați la dimensiunea afectivă**

Itemii	5A	5B	5C	5D	5E	5F	<i>m</i> total
Școala în care învăț este un loc în care îmi fac ușor prieteni	3,26	3,35	3,25	2,9	3,27	3,5	<b>3,26</b>
Discut cu profesorii mei despre ceea ce îmi place și ceea ce îmi displace la școală	2,57	2,32	2,18	2,1	2,24	2,45	<b>2,31</b>
Școala în care învăț este un loc în care mă simt singur(ă)	1,76	1,67	1,76	1,75	1,89	2,05	<b>1,81</b>
Sunt satisfăcut de atitudine au profesorii față de mine	3,5	3,25	3,51	3,05	3,17	3,31	<b>3,30</b>
Se întâmplă ca unii elevi din clasa mea să vorbească ceva ce m-ar irita sau supăra	2,03	2,03	2,22	2,7	2,1	1,85	<b>2,15</b>

Astfel, constatăm că marea majoritate a elevilor sunt de acord că școala în care învață este un loc în care îți faci ușor prieteni ( $m=3,26$ ) și sunt satisfăcuți de atitudinea pe care o au profesorii față de ei ( $m=3,30$ ). De asemenea, în percepția elevilor școala nu este un loc în care se simt singuri ( $m=1,81$ ).

Un aspect care atrage atenție la această dimensiune este necesitatea pe care elevii o resimt de a discuta cu profesorii despre ceea ce le place și displace la școală ( $m=2,31$ ).

Mediile de mai sus ne oferă posibilitatea de a vedea nivelul de adaptare a elevilor pe clase raportat la dimensiunea afectivă. În fig. 1 de mai jos sunt reflectate aceste rezultate.



**Fig.1 Reprezentarea grafică a rezultatelor elevilor la dimensiunea afectivă**

În ceea ce privește - *dimensiunea cognitivă* - aceasta se referă la prelucrarea activă a informațiilor obținute de către elevi în contextul activităților instructiv-educative, realizarea legăturilor între cunoștințele achiziționate în cadrul diferitor discipline de studiu.

Rezultatele constatate la elevii chestionați pentru fiecare item în parte sunt prezentate în Tabelul 2 de mai jos.

**Tab. 2 Rezultatele (mediile) obținute de elevii investigați la dimensiunea cognitivă**

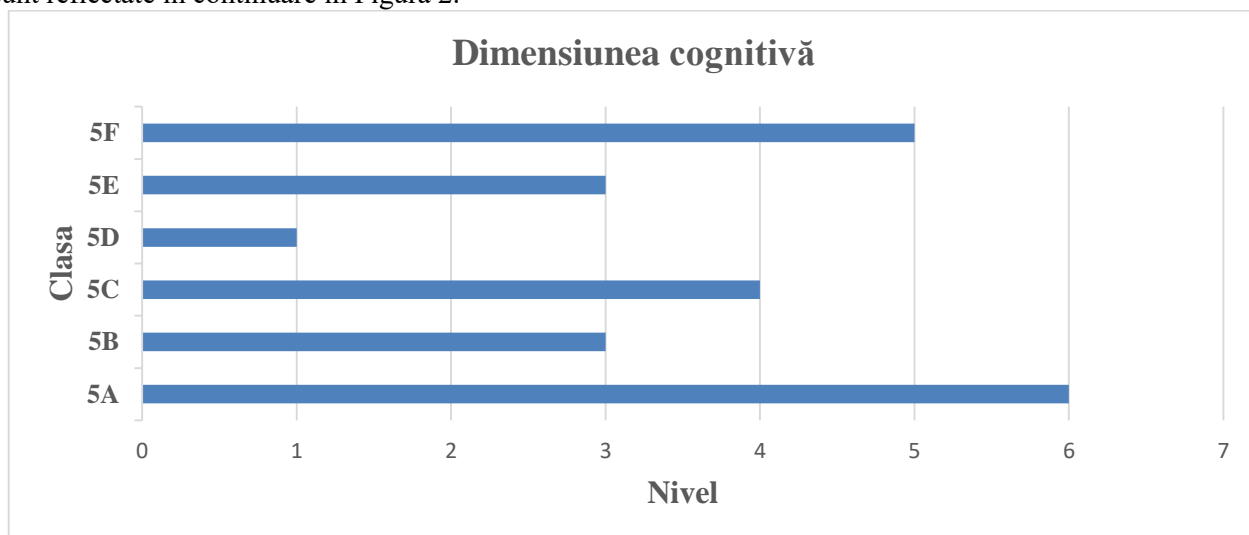
Itemii	5A	5B	5C	5D	5E	5F	<i>m</i> total
m deseori senzația că am uitat totul ce am învățat	2,15	2,46	2,37	2,45	2,34	2,35	<b>2,35</b>

În timpul orelor, adresez întrebări profesorilor despre cele învățate	3,11	2,64	2,88	2,7	2,44	3,0	<b>2,79</b>
Îmi vine dificil să mă concentrez sau să fiu atent(ă) la ore	2	1,89	2,03	2,2	1,93	1,63	<b>1,94</b>
În timpul lecțiilor, intervin frecvent pentru a-mi exprima propriile opinii și gânduri	3,07	2,96	2,62	2,85	2,86	2,57	<b>2,82</b>
Mă sperie verificarea cunoștințelor mele la școală	2,30	2,32	2,30	3,05	2,58	2,3	<b>2,47</b>

Analizând mediile la itemii investigați, constatăm că în timpul lecțiilor, elevii în cea mai mare parte nu au frica de a interveni pentru a-și exprima propriile opinii și gânduri ( $m=2,82$ ), astfel în timpul orelor, adresează întrebări profesorilor despre cele învățate ( $m=2,79$ ). Un alt aspect pozitiv identificat este absența dificultăților grave de concentrare la ore ( $m=1,94$ ).

În același timp, rămâne prezentă frica de verificarea cunoștințelor ( $m=2,47$ ) și senzația că s-a uitat cele învățate la școală ( $m=2,35$ ).

Analiza grafică a rezultatelor nivelului de adaptare a elevilor pe clase raportat la dimensiunea cognitivă sunt reflectate în continuare în Figura 2.



**Fig. 2** Reprezentarea grafică a rezultatelor elevilor la dimensiunea cognitivă

Cea de-a treia dimensiune analizată din chestionar, și anume – *dimensiunea comportamentală* - ne oferă fațeta care include comportamente pe care elevii le manifestă în timpul orelor și în relațiile cu profesorii, implicarea elevilor în sarcinile școlare și coerența efortului participării lor.

Datele constatate sub formă de medii pentru fiecare item în parte sunt reflectate în Tabelul 3 de mai jos.

**Tab. 3** Rezultatele (mediile) obținute de elevii investigați la dimensiunea comportamentală

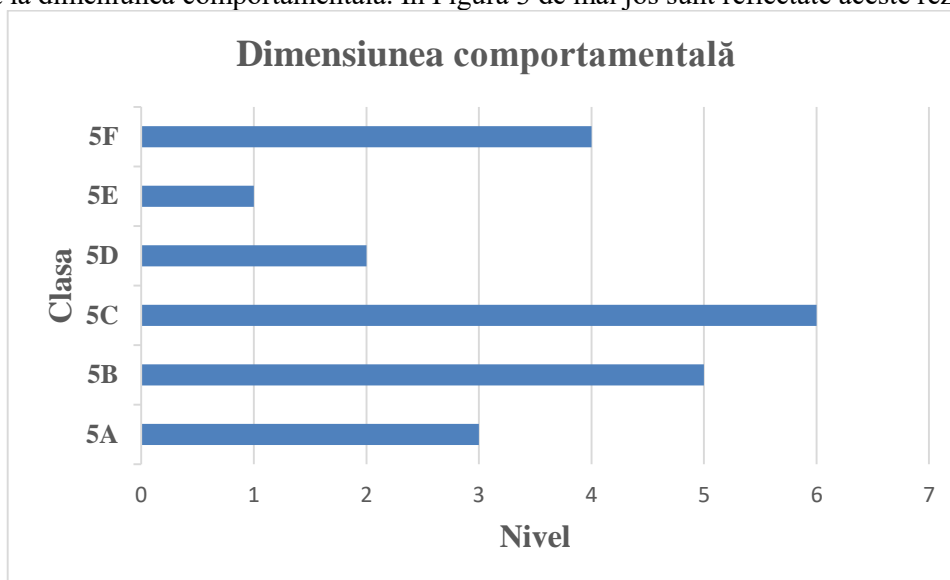
Itemii	5A	5B	5C	5D	5E	5F	<i>m</i> total
Îmi este greu să primesc notele pe care le așteaptă părinții mei de la mine	2,42	2,46	2,25	2,89	2,75	1,85	<b>2,44</b>
Atunci când sunt întrebat(ă) și nu pot răspunde simt că îmi vin lacrimile	2,03	2,03	1,96	2,7	2,14	1,85	<b>2,12</b>
Sunt nepoliticos(oasă) față de profesori	1,46	1,5	1,34	1,35	1,31	1,5	<b>1,41</b>
Se întâmplă să-mi fie frică să mă exprim la lecție deoarece mă tem să nu greșesc	2,69	2,92	2,8	2,95	3,1	2,55	<b>2,83</b>
Se întâmplă să nu îndeplinesc cerințele înaintate de către profesor, iar în timpul lecției să îmi ocup timpul cu activități care nu se referă la lecție	1,88	1,46	1,81	1,55	1,96	1,8	<b>1,74</b>

Putem observa că elevii apreciază că au comportament politic față de profesori ( $m=1,41$ ) și îndeplinesc cerințele înaintate de acesta ( $m=1,74$ ). Acesta fapt ne vorbește despre relațiile pozitive care au reușit să se formeze în diada profesor-elev.

De menționat că se confirmă (ca la dimensiunea cognitivă) frica de a se exprima la lecție din considerentul fricii de a nu greși ( $m=2,83$ ). Toate acestea confirmă ipoteza neîncrederii în sine la elevi, care conform literaturii de specialitate, dar și explicațiile specialiștilor se datorează atât perioadei de tranziție școlară, cât și tranziției de vârstă. Frica de a nu corespunde așteptărilor celor din jur în această vârstă este mai puternic decât frica de autoexprimare. Pentru preadolescent părerea altora despre el și despre faptele lui este foarte semnificativă, în special, părerea colegilor și a profesorilor.

Cu regret, rămâne actuală problema în care elevilor le este dificil să primească notele pe care le așteaptă părinții de la ei ( $m=2,44$ ).

Analiza mediilor constatate ne oferă posibilitatea de a vedea și aici nivelul de adaptare a elevilor pe clase raportat la dimensiunea comportamentală. În Figura 3 de mai jos sunt reflectate aceste rezultate.

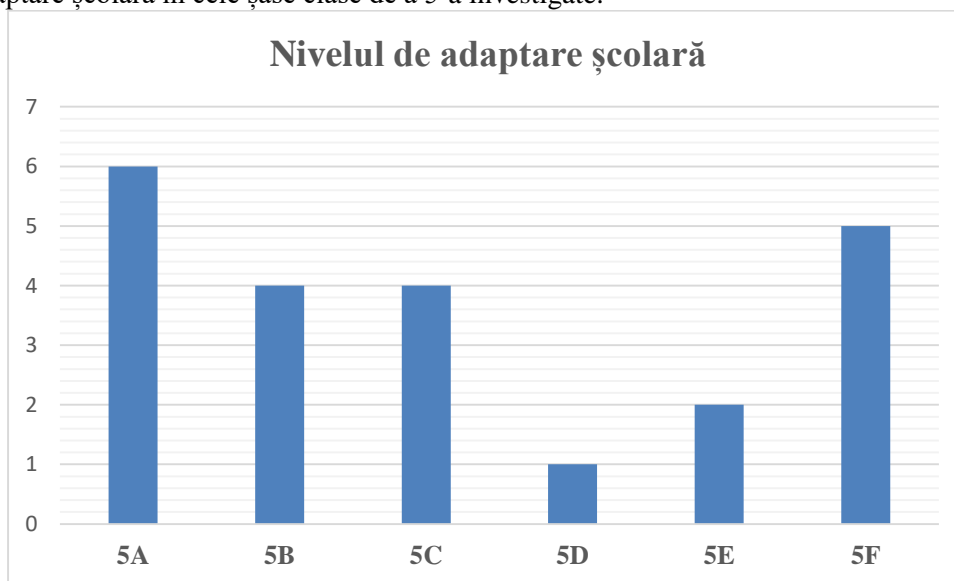


**Fig. 3 Reprezentarea grafică a rezultatelor elevilor la dimensiunea comportamentală**

În urma analizei complexe a adaptării școlare prin dimensiunile investigate se constată că marea majoritate din elevii claselor a 5-a s-au integrat și adaptat cu succes la noua treaptă de studii.

Investigația realizată abordează per ansamblu situația adaptării școlare și i-a în calcul posibilitatea existenței cazurilor elevilor cu dificultăți de adaptare, acestea reprezentând teren de lucru pentru activitatea psihologului școlar pentru viitor.

De asemenea, analiza integră a tabloului tridimensional propus de chestionar ne oferă posibilitatea de vedea nivelul de adaptare a elevilor pe clase. Figura 4, propusă în continuare încearcă să stabilească o ierarhie a nivelului de adaptare școlară în cele șase clase de a 5-a investigate.



După cum putem observa nivelul cel mai înalt al adaptării școlare este constatat în clasa a 5-a „A” și „F”, fiind urmată de elevii din clasa a 5-a „B” și „C”. De reiterat că elevii din clasa a 5-a „E” și „D” chiar dacă

se află la nivelul de jos al acestei ierarhii, nu îi putem considera dezadaptați din punct de vedere școlar.

Pentru investigarea complexă a problematicei adaptării la ciclul gimnazial au fost realizate convorbirile individuale cu diriginții cu referire la situația de ansamblu în clasă, climatul psihologic și problemele cu care se confruntă la etapa actuală. În cadrul acestora a fost aplicat și Chestionarul de evaluare a riscului de inadaptare școlară pentru diriginți;

De asemenea, s-a stabilit existența sau absența elevilor care în timpul lecțiilor le lipsește activismul; care au dificultăți în înțelegerea materiei de la lecții, realizează cu dificultate sarcinile solicitând mai mult suport din partea celor din jur (profesor, colegi etc.); nu îndeplinesc cerințele înaintate de către profesor, în timpul lecției frecvent își ocupă timpul cu activități care nu se referă la lecție; frecvent încalcă regulile de conduită în clasă; elevi care de obicei evită alți copii, preferă să stea singuri sau să observe comportamentul colegilor săi fără a interacționa cu aceștia; elevi care manifestă negativism în relație cu semenii și colegii sau trăiesc emoții negative în comunicarea cu profesorul, se supără, plâng când primesc observații și la care predomină manifestarea emoțiilor negative: neliniște, anxietate, supărare, frică, iritabilitate

Convorbirea realizată a permis identificarea în unele clase a unor elevi care solicită pentru viitor intervenția psihologică pe dimensiunea profilaxiei, evaluării, remedierii și consilierii.

Rezultatele studiului întreprins în populația școlară de elevi a clasei a 5-a ne sugerează faptul că realizarea cu succes a adaptării școlare reprezintă un factor crucial pentru dezvoltarea ulterioară a copiilor, mai ales în domeniul atitudinii pe care aceștia o exprimă față de școală și în cel al succesului în plan școlar.

De menționat că în literatura de specialitate, stimularea motivației față de învățatură în rândul elevilor de toate vârstele, precum și a angajamentului în activitatea școlară este considerată ca una dintre direcțiile importante pe care trebuie să se intervină, pentru controlul abandonului școlar și a comportamentelor indezirabile pe care elevii le manifestă în mediul școlar, precum și pentru ameliorarea rezultatelor școlare slabe.

Manifestările specifice încadrării în activitatea și viața școlară trebuie diferențiate (atât la nivel conceptual, cât și empiric) de variabilele care determină sau facilitează adaptarea, precum și de efectele pe care adaptarea le are la diverse niveluri.

Investigația experimentală realizată a urmărit îmbogățirea modalităților concrete de acțiune ale cadrelor didactice, elevilor din clasa a 5-a și părinților acestora, în vederea îmbunătățirii rezultatelor activității instructiv-educative, prevenirii/ameliorării dificultăților de adaptare școlară.

În acest context au fost propuse recomandări pentru actorii principali responsabili de facilitarea procesului de adaptare școlară:

*Recomandări pentru echipa managerială:*

- Să păstreze și în continuare managementul educațional performant ca condiție esențială a armonizării procesului de adaptare școlară (atitudine responsabilă față de problematica adaptării școlare, preocupare, deschidere, soluționare eficientă și promptă a situațiilor problemă ce intervin, planificarea activităților de formare profesională a cadrelor didactice etc).

*Recomandări pentru cadrele didactice:*

- De ținut cont că una dintre perioadele în care se înregistrează frecvente dificultăți de adaptare școlară este reprezentată de debutul preadolescenței, care coincide, la elevi, cu trecerea de la ciclul primar la ciclul gimnazial și în care, pe fonul unui dezechilibru emoțional și a psihicului fragil al personalității în formare, se asimilează numeroase comportamente dezadaptative;

- Având în vedere modificările care se produc în sfera activității școlare: creșterea numărului disciplinelor studiate, creșterea gradului de dificultate al conținutului acestora, se impune sprijinirea elevilor în formarea unui nou stil de învățare, adaptat la noile exigențe școlare;

- Cercetarea stilul de învățare, modul în care lucrează elevii, continuitatea în activitatea de învățare; manifestarea inițiativei și creativității; modul în care elevii asimilează cunoștințele ar facilita procesul de diferențiere și individualizare în metodele de predare, asigurând șanse de succes tuturor elevilor;

- Desfășurarea unor acțiuni educative menite să conducă la stimularea motivației și creșterea interesului față de activitatea școlară, va contribui la o mai bună adaptare pedagogică a elevilor și, implicit, la creșterea randamentului lor școlar;

- Elaborarea și respectarea cerințelor unice din partea tuturor profesorilor pe discipline, de exemplu: cerințe disciplinare obligatorii (se salută în picioare, nu trebuie de întrerupt profesorul și colegii, ridică mâna când doresc să întrebe ori să răspundă, nu se permit întârzierile etc);

- Creșterea nivelului de încredere în sine a elevilor, elaborarea criteriilor propriului succes la fiecare disciplină în parte (copiii le este dificil să-și aprecieze succesul, deaceia multe situații reușite le consideră nereușite. Pentru aceasta la început de an/semestru trebuie de organizat împreună cu elevii o discuție asupra indicilor de succes la disciplină, de de evidențiat care rezultat îl consideră reușit. Apoi se scriu desfășurat criteriile pentru diferite situații, după care, permanent în discuții se recurge la aceste criterii, stimulând elevii spre aprecierea adecvată a propriilor rezultate;

- Formarea/ exersarea capacităților/ atitudinilor care vizează dezvoltarea socio-emoțională a elevilor preadolescenți (cultivarea și exersarea empatiei, recunoașterea și gestionarea adecvată a emoțiilor de bază la propria persoană și la cei din jur, respectarea diversității, reguli de interacțiune și comunicare socială);

- Utilizarea sistemului de recompense, întăriri pozitive a comportamentelor pozitive în favoarea pedepselor. Specialiștii în domeniu susțin cu certitudine eficiența mai mare a sistemului de recompense, întăririle pozitive;

#### *Recomandări pentru diriginți:*

- Organizarea în primele zile ale anului de învățământ activități speciale (training de coeziune a grupului, ore de clasă tematice etc), care ar contribui la soluționarea problemelor de comunicare în interior;

- Planificarea și realizarea de activități de cunoaștere și autocunoaștere (calități, puncta forte versus puncte slabe, imagine și stimă de sine, competențe de comunicare și relaționare social;

- Acordarea atenției deosebite formării atitudinii corecte a copilului față de propriile greșeli, capacitatea de a le folosi pentru a înțelege mai bine materialul studiat;

- Monitorizarea și evidențierea succeselor elevilor, încurajarea, sprijinirea și motivarea acestora prin suportul emoțional.

#### *Recomandări pentru părinți*

- De ținut cont că modul în care se realizează interacțiunea dintre particularitățile de personalitate ale preadolescentului și de cerințele și exigențele impuse de activitatea instructiv-educativă pe de-o parte, precum și de calitatea influențelor familiale asupra activității școlare, pe de altă parte, depind posibilitățile de adaptare școlară a elevului preadolescent;

- Echilibrarea solicitărilor părinților în ceea ce privește reușita școlară, activități extracurriculare, ore suplimentare întru asigurarea prevenirii riscului de neurotizare a copiilor și a dezadaptării școlare psihogene;

- Exersarea deprinderilor ce vizează stil de viață sănătos împreună cu copiii, pornind de la alimentația corespunzătoare organismului solicitant al preadolescentului, inclusiv și optimizarea regimului zilei, intercalând munca intelectuală cu pauze de odihnă revigorante (nu doar TV, telefon, calculator).

### **Bibliografie**

1. Albert-Lorincz, E.; Carcea, M.I. Prevenirea dezadaptării școlare. Cermei, Iași, 1998.
2. Coașan, A.; Vasilescu A. Adaptarea școlară. București: Editura Științifică și Enciclopedică, 1988. 127 p.
3. Crețu, E. Probleme ale adaptării școlare. București: Editura All, 1999.
4. Dicționar pedagogic. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1963. 780 p.
5. Doron, R.; Parrot F. Dicționar de psihologie. București: Humanitas, 1999. 250 p.
6. Tăușan, L., Adaptarea școlară – demersuri aplicative la preadolescenți. Cluj-Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană, 2008
7. Vrășmaș, E. Dificultățile de învățare în școală. București: Editura V&I Integral, 2007.