

Uczeń z problemami adaptacyjnymi

Opracowała: dr Marta Majorczyk, pedagog, doradca rodzinny (Family Counselling Poland), psychoterapeuta, edukator prorozwojowy, trener, wykładowca akademicki, adiunkt w Katedrze Pedagogiki i Psychologii na Wydziale Studiów Społecznych WSB z siedzibą w Poznaniu, pracownik niepublicznej poradni psychologiczno-pedagogicznej przy USWPS w Poznaniu

Podstawa prawna:

- *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie zasad organizacji i udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach* (Dz.U. z 2017 r. poz. 1591 ze zm.).

Zgodnie z *Rozporządzeniem w sprawie zasad organizacji i udzielania pomocy psychologiczno--pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach* dzieci i młodzież z problemami adaptacyjnymi stanowią grupę uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych. To oznacza, że należy objąć ich odpowiednią formą pomocy psychologiczno-pedagogicznej.

Co to jest adaptacja?

Najogólniej rzecz ujmując, adaptacja to przystosowanie się do nowych warunków, poradzenie sobie z nimi, zgoda na zmianę. Omawiane zagadnienie cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem badaczy różnych dyscyplin naukowych. Pojęcie to wywodzi się z nauk przyrodniczych i oznacza przystosowanie się organizmu do życia w nowych, trwale zmienionych warunkach bytowych. W naukach społecznych adaptacja oznacza **przystosowanie społeczne** (socjologia) lub **osobowe** (psychologia). W tym pierwszym chodzi o pełnienie ról społecznych zgodnie z oczekiwaniami otoczenia społecznego lub realizację własnych potrzeb i potrzeb innych osób, natomiast przystosowanie osobowe wiąże się z indywidualnym zaspokojeniem potrzeb człowieka w nowym środowisku, uzyskaniem równowagi wewnętrznej.

Renata Michalak przez adaptację rozumie „proces, którego istota zawiera się w nieustannym budowaniu równowagi i dążeniu do jej osiągnięcia lub utrzymania pomiędzy stale zmieniającymi się i wzajemnie warunkującymi bytami: organizmem człowieka a środowiskiem jego życia”. Wynikiem procesu adaptacji jest uzyskanie przystosowania lub jego brak. Tak rozumiana adaptacja z jednej strony warunkuje rozwój człowieka, a z drugiej jest od niego zależna. Angażuje ona cały organizm we wspomniany proces i wpływa na relacje człowieka z jego otoczeniem.

Dążenie do równowagi

Adaptacja warunkuje rozwój człowieka, na który wpływa nie tylko dojrzewanie organizmu, ale doświadczenia, jakie człowiek zdobywa w kontakcie z otoczeniem, i jego dążenie do utrzymania stanu równowagi. W adaptacji Jean Piaget wyodrębnił dwa procesy: **akomodację** i **asymilację**. Ten pierwszy jest związany z włączeniem nowych treści percepcyjnych, motorycznych czy pojęciowych do istniejących schematów lub wzorców. Natomiast akomodacja jest procesem przekształcania i dostosowania się schematów czynnościowych (posiadanych przez człowieka na danym etapie rozwoju psychicznego) do nowych oddziaływań środowiska, które z racji swej odmienności nie pozwalają się zasymilować (włączyć) do schematów, jakie już istnieją.

Wyróżnia się następujące formy i typy adaptacji:

- **adaptację rzekomą**, gdzie człowiek przystosowuje się do mniej lub bardziej krótkotrwałej sytuacji życiowej,
- **adaptację fragmentaryczną**, która polega na dostosowaniu się osoby do sytuacji, która jest bardziej długotrwała, ale stanowi tylko fragment jego życia,
- **adaptację generalną**, która polega na wytworzeniu się czynników dziedzicznych lub nabytych we wczesnym dzieciństwie albo wytworzonych na skutek długotrwałych oddziaływań, przez co zostały one uwewnętrznione,
- **adaptację czynną**, która charakteryzuje się aktywnym i twórczym podejściem do funkcjonowania w życiu społecznym, jednostka podwyższa poziom aktywności do poziomu aspiracji,
- **adaptację bierną**, związaną z małym zaangażowaniem w życie społeczne, przekładaniem własnych egoistycznych celów nad cele grupowe.

Adaptacja w szkole

Przystosowanie się dziecka do szkoły jest ważnym elementem adaptacji w jego rozwoju – to kolejny etap kształtowania kompetencji przystosowawczych – zasobów, z których będzie korzystało w późniejszym czasie. Przystosowanie do środowiska szkolnego może trwać długo i napotykać na przeszkody związane z:

- przejściem z przedszkola do szkoły,
- rozpoczęciem nauki w klasie IV szkoły podstawowej (zmiana organizacji nauczania i systemu wymagań wobec ucznia),
- przejściem ze szkoły podstawowej do szkoły średniej,
- zmianą nauczyciela, klasy lub szkoły (efekt przeprowadzki),
- powrotem z emigracji (inny system edukacji),
- zmianą środowiska społeczno-kulturowego (dotyczy Romów i obcokrajowców),

- wydarzeniami kryzysowymi w życiu osobistym (rozwód rodziców, śmierć bliskiej osoby).

Przebieg adaptacji dziecka do szkoły zależy od wielu czynników, które Grażyna Sochaczewska podzieliła na:

- **endogenne:** wiek, płeć, ogólny poziom psychoruchowy rozwoju jednostki, indywidualne cechy układu nerwowego oraz stan zdrowia,
- **egzogenne:** środowisko rodzinne (status społeczny, warunki bytowe, struktura formalna, liczba członków rodziny i wzajemne stosunki między nimi, postawy rodziców i związany z tym system wychowawczy), nowe środowisko zewnętrzne, np. szkoła (postawy nauczycieli i ich oddziaływania wychowawcze, wyposażenie w pomoce dydaktyczne), wcześniejsze doświadczenia adaptacyjne, a także adekwatne wsparcie społeczne.

Kłopoty z przystosowaniem się do środowiska szkolnego przejawiają się przede wszystkim w trudnościach w nauce (niepowodzenia szkolne, osiąganie wyników poniżej możliwości) oraz w wychowaniu (zaburzenia w relacjach społecznych, zaburzenia emocjonalne i motywacyjne, zaburzenia zachowania). Trudnościom tym mogą towarzyszyć różne symptomy: od doświadczania złości, żalu, rozgoryczenia, lęku, poprzez poczucie pustki i osamotnienia, bezradności i niechęci, po koszmary nocne i objawy psychosomatyczne: bóle głowy, mdłości, biegunki.

Wnikliwe rozpoznanie problemu

Bez względu na rodzaj przeszkody, która może wywołać trudności w adaptacji u ucznia/uczniów, należy w dwóch pierwszych miesiącach uczęszczania do szkoły przeprowadzić obserwację całego zespołu klasowego czy poszczególnych uczniów znajdujących się w nieznanej dla siebie sytuacji. Powinno się obserwować zachowania uczniów podczas zajęć dydaktycznych, podczas przerw między lekcjami oraz na zajęciach dodatkowych odbywających się w szkole. Przypuszczenia o problemach związanych z adaptacją należy potwierdzić, poszerzając diagnozę o analizę prac uczniów, indywidualną rozmowę z wybranymi uczniami, wywiad z rodzicami, zebranie opinii od nauczycieli prowadzących zajęcia na temat funkcjonowania zespołu klasowego czy poszczególnych uczniów. Pod koniec tego okresu i pod warunkiem, że wychowawca klasy przeprowadził cykl zajęć integracyjnych i „przełamujących lody” w relacjach wewnątrz zespołu klasowego i z samym nauczycielem, warto wykonać badania socjometryczne, które pozwolą:

- rozpoznać układ stosunków społecznych w klasie pod różnymi względami,
- uzyskać w miarę przejrzysty obraz więzi nieformalnych – łączących poszczególnych członków zespołu,

- identyfikować osoby szczególnie popularne, atrakcyjne w grupie (np. nieformalnych przywódców), jak i osoby, które są przez grupę odrzucone, nie lubiane, oraz jednostki izolowane, które stoją na uboczu (a tym samym dzieci wymagające specjalnych zabiegów wychowawczych),
- porównywać pozycje społeczne poszczególnych członków grupy ze względu na określone kryteria,
- identyfikować występowanie różnego typu podgrup, ich skład oraz powiązania,
- wnioskować o spójności i zwartości grupy, stopniu jej integracji,
- śledzić rozwój stosunków między dziewczętami i chłopcami,
- określać ekspansywność społeczną jednostek i całej grupy,
- określać zmiany zachodzące w życiu i strukturze społecznej grupy pod wpływem oddziaływań wychowawczych,
- śledzić proces adaptacji nowych uczniów.

Wyniki badań socjometrycznych są bardzo pomocne w poznawaniu ważnych aspektów funkcjonowania zespołu klasowego i poszczególnych uczniów. Należy pamiętać, że te badania informują jedynie o tendencji do nawiązywania kontaktów przez dzieci. Ich wyniki powinny być za każdym razem konfrontowane z danymi pochodzącymi z obserwacji rzeczywistych sytuacji, które mają miejsce w klasie, a także z rozmów z dziećmi.

Zespół ds. uczniów z trudnościami adaptacyjnymi

W przypadku mocno widocznych trudności adaptacyjnych ucznia, np. takich o charakterze dydaktycznym, należy skierować go do specjalisty na konsultację. Dobrym rozwiązaniem, w kontekście obowiązujących przepisów prawnych i zasad udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej, będzie powołanie szkolnego **zespołu ds. uczniów z trudnościami adaptacyjnymi**, a składającego się z nauczycieli specjalistów posiadających dodatkowe kwalifikacje z zakresu pedagogiki specjalnej, opiekuńczo-wychowawczej, resocjalizacji, wspomagania rozwoju.

Zespół ten mógłby zajmować się opracowaniem i koordynacją realizacji szkolnego programu integracyjnego, w którym to przewiduje się możliwe przeszkody w adaptacji ucznia do szkoły. Obowiązkowo taki program byłby wdrażany w klasach I i IV szkoły podstawowej, w sytuacji zmiany nauczyciela klasy, w tych zespołach klasowych, do których przyjęto nowego/nowych uczniów (efekt przeprowadzki, zmiana szkoły, emigracja, zmiana środowiska społeczno-kulturowego) oraz wobec uczniów przeżywających wydarzenia kryzysowe w życiu osobistym.

Metody wsparcia

Przepisy oświatowe przewidują istnienie wielu form pomocy oferowanych uczniom z trudnościami w adaptacji szkolnej. Należy do nich:

- indywidualizacja pracy, czyli dostosowanie wymagań do możliwości i potrzeb ucznia, indywidualny program pracy ustalony przez nauczyciela i uwzględniający zróżnicowane tempo pracy oraz specjalistyczne metody nauczania,
- objęcie uczniów konkretną pomocą psychologiczno-pedagogiczną,
- zorganizowanie zajęć dydaktyczno-wyrównawczych i korekcyjno-kompensacyjnych,
- profilaktyka nieprawidłowych zachowań/postaw wśród uczniów.

Podczas udzielania pomocy uczniom przejawiającym trudności adaptacyjne należy pamiętać o:

- motywowaniu ich do wzmożonej pracy,
- aktywizacji ich w życiu szkolnym,
- otwartych kontaktach w relacjach nauczyciel–uczeń, rodzic–uczeń,
- współpracy nauczycieli i rodziców w przezwyciężaniu trudności adaptacyjnych.

Praca z nową klasą

Należy postawić na zintegrowanie zespołu klasowego, dlatego należy zaplanować działania integracyjne oparte na indywidualnych predyspozycjach i potrzebach wszystkich zainteresowanych osób. Atmosfera powinna sprzyjać zabawie, wzajemnej akceptacji i życzliwości. Warto zadbać o atrakcyjne metody integracji. Nie należy zatem żałować czasu na integrację, trzeba stwarzać uczniom okazję do rozmowy i współpracy, dopasować propozycję działań do wieku uczniów, ale też troszczyć się o zgranie klasy przez cały rok.

Praca z zespołem klasowym, do którego włączono nowe osoby

Należy przygotować klasę do przyjęcia nowej osoby, zwrócić uczniom uwagę na jej niełatwą sytuację. Powinno się więc poprosić grupę, aby przez jakiś czas nosiła plakietki z imionami, aby nowemu uczniowi było łatwiej je zapamiętać. Warto też poszukać w klasie osób, które zgodzą się wprowadzić nowego ucznia w życie klasy i szkoły. Można również porozmawiać z nowo przyjętym uczniem i jego rodzicami, zaproponować przygotowanie krótkiej prezentacji o sobie lub dać możliwość, aby przedstawił się samodzielnie przed klasą.

Ważne!

W procesie adaptacji ważną rolę odgrywa wiek ucznia. Starsze dziecko szybciej przystosowuje się, ponieważ wraz z wiekiem doskonalą procesy asymilacji i akomodacji, ma też większą potrzebę kontaktu społecznego, uznania, osiągnięć, aktywności, samodzielności i poznania.

W procesie adaptacyjnym uczniów młodszych konieczne jest zrozumienie psychologicznych prawidłowości ich rozwoju i funkcjonowania, a przede wszystkim tego, że dziecko uczy się od pierwszych dni życia. Nauka w szkole jednak staje się czynnością systematyczną i zorganizowaną. Ma też charakter teoretyczny, gdyż wielu informacji, zasad i reguł dziecko nie może zastosować od razu.

Praca z uczniem powracającym z zagranicy

Trudności, które ujawniają dzieci powracające z emigracji, w zderzeniu z szkołą przejawiają się w rozumieniu i opanowaniu języka polskiego oraz dostosowaniu się do reguł uczenia w polskiej szkole (np. prace domowe). Ponadto związane są z dostosowaniem się do reguł funkcjonowania polskiej szkoły.

Taki uczeń może doświadczać poczucia inności i wykluczenia z grupy rówieśniczej, mieć niskie poczucie własnej wartości związane z brakiem sukcesów szkolnych, poczucie braku bezpieczeństwa w relacjach z otoczeniem szkolnym.

Niestety, najczęściej pomoc udzielana takiemu uczniowi uruchamiana jest dopiero wtedy, gdy nawarstwiają się problemy w szkole. Warto zatem opracować i wdrożyć program/procedurę wspierania takiego ucznia – już zanim faktycznie pojawi się w szkole – w której będą uczestniczyć rodzice, dyrektor szkoły, pedagog, psycholog oraz zespół uczący. Wspomniany program/procedura powinna obejmować:

- **samego ucznia** – należy zadbać o jego akceptację przez środowisko szkolne, udzielić wsparcia w znalezieniu w nim miejsca, w przełamywaniu bariery językowej, w wyrównywaniu różnic programowych i zasad związanych z jego funkcjonowaniem w szkole; takim rozwiązaniem może być opracowanie przewodnika po szkole, np. opracowanie zbioru podstawowych, niezbędnych informacji dla ucznia, napisanych w przystępnej formie, prostym i zrozumiałym językiem; struktura przewodnika, treść oraz forma przekazu powinny być dostosowane do wieku ucznia i etapu edukacyjnego, uczeń powinien go otrzymać z chwilą zapisania do nowej szkoły, najpóźniej w pierwszych dniach nauki,
- **współpracę z rodzicami ucznia** – warto przygotować przewodnik dla rodziców, w którym przedstawi się obowiązujący w Polsce system edukacyjny, omówi się jego najważniejsze zasady; dobrym rozwiązaniem będzie spisanie z rodzicami kontraktu, w którym szkoła zobowiązuje się do konkretnych działań na rzecz ich dziecka, a rodzice np. do systematycznego kontaktu z wychowawcą i pedagogiem szkolnym oraz pomocy dziecku w uzupełnianiu braków edukacyjnych zgodnie z propozycjami nauczycieli przedmiotowych,
- **przygotowanie zespołu nauczycielskiego** – konieczne w tym celu będzie spotkanie, podczas którego nauczyciele dowiedzą się, jak przebiegała dotychczasowa edukacja

ucznia (przebieg zajęć, system oceniania, podział na przedmioty, różnice programowe itp.); ważne będzie uwrażliwienie nauczycieli na fakt, że asymilacja ucznia w szkole czasami może trwać dość długo, i że trzeba będzie poświęcić mu znacznie więcej uwagi, nawet przez cały rok szkolny; pomocna w przygotowaniu zespołu nauczycielskiego może być strona internetowa www.powroty.otwartaszkola.pl,

- **przygotowanie zespołu klasowego** – powinien być przygotowany do przyjęcia nowej koleżanki/nowego kolegi, należy zadbać o czas i warunki pozwalające uczniom wzajemnie się poznać i nawiązać odpowiednie relacje; dobrym rozwiązaniem będzie forma rówieśniczego tutoringu, czyli wyznaczenie grupy uczniów wspierających i pomagających nowemu uczniowi,
- **przygotowanie procedury postępowania wobec ucznia** w pierwszym roku pobytu w szkole wraz z określeniem, kto i za co odpowiada.

Książki, dzięki którym nauczyciel pogłębi wiedzę o adaptacji:

- K. Błęszyńska, *Dzieci obcokrajowców w polskich placówkach oświatowych – perspektywa szkoły. Raport na zlecenie ORE w ramach projektu „Edukacja wobec wyzwań migracyjnych”*, Warszawa 2010.
- J. Cieśla, *W nowej szkole. „Psychologia w Szkole”* 2012, nr 3.
- B. Grzeszkiewicz, *Adaptacja dziecka do warunków szkolnych*, w: *Edukacyjne konteksty rozwoju dziecka w wieku wczesnoszkolnym*, red. K. Kusiak, I. Nowakowska-Buryła i in., Lublin 2009.
- *Mały uczeń w szkole*, red. A. Jegier, Gdańsk 2010.
- E. Kochanowska, *Wspomaganie procesu adaptacji społeczno-emocjonalnej dzieci sześciu- i siedmioletnich do środowiska szkolnego*, Bielsko-Biała 2012.
- E. Pawlic-Rafałowska, *Inny w polskiej szkole. Podręcznik dla nauczycieli pracujących z uczniami cudzoziemskimi*, Warszawa 2010.
- E. Pawlic-Rafałowska, M. Zasuińska, *Nauczanie języka polskiego jako drugiego oraz integracja ucznia cudzoziemskiego z zespołem klasowym*, w: M. Baranowska-Janusz, D. Cegiełka i in., *Praca z uczniem cudzoziemskim. Pakiet szkoleniowy dla nauczycieli*, Warszawa 2011.
- M. Wilski, *Adaptacja uczniów do warunków szkoły*, w: *Psychologia ucznia i nauczyciela. Podręcznik akademicki*, red. S. Kowalik, Warszawa 2011.

Bibliografia:

- M. Buchnat, *Przystosowanie szkolne dzieci sześciu- i siedmioletnich ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi*, Leszno 2013.
- J. Jakubowska-Baranek, *Adaptacja młodzieży rozpoczynającej studia do środowiska akademickiego*, Poznań 2004.

- E. Jarosz, *Wybrane obszary diagnozowania pedagogicznego*, Katowice 2003.
- M. Majorczyk, A. Mac, *Adaptacja dziecka do warunków życia przedszkolnego i jej uwarunkowania*, w: *Dziecko i dzieciństwo. Wybrane konteksty badań*, red. M. Nawrot-Borowska, D. Zając, Bydgoszcz 2017.
- R. Michalak, *Dziecko u progu edukacji przedmiotowej. Studium teoretyczno-empiryczne*, Poznań 2013.
- G. Sochaczewska, *Czynniki warunkujące przystosowanie dziecka do przedszkola*. „Studia Pedagogiczne” 1985, t. XLVIII.
- B.J. Wadsworth, *Teoria Piageta. Poznawczy i emocjonalny rozwój dziecka*, Warszawa 1998.