

## СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ КАК УСЛОВИЕ ИХ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

**В.А. Шумаков<sup>1</sup>, Д.А. Дубровина<sup>1</sup>, А.В. Платонова<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Южно-Уральский государственный медицинский университет, г. Челябинск, Россия

<sup>2</sup> Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

**Обоснование.** В статье рассмотрен феномен социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе. В этот период меняется привычный режим дня, игры сменяются на уроки, ребенок вынужден подчиняться правилам школьной жизни, выполняя требования учителя. **Материалы и методы.** В исследовании принимали участие 107 первоклассников, в том числе 42 мальчика и 65 девочек, в возрасте от 7 до 8 лет (средний возраст  $7,5 \pm 0,5$  года). Использовались следующие психодиагностические методики: «Лесенка» (В.Г. Щур), оценивающая уровень отношения к себе как показателя эмоционального благополучия; «Рисунок школы», определяющая отношение первоклассника к школе и уровень школьной тревожности; диагностика школьной тревожности А.М. Прихожан, выявляющая уровень взаимодействия родителей и детей, взаимоотношение между детьми, общение со взрослым и учителем. **Математико-статистическая обработка** осуществлялась с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена, качественного анализа результатов исследования. Вычисления выполнены с использованием пакета программ SPSS Statistics v. 17.0. **Результаты.** Обнаружено три уровня выраженности показателей социально-психологической адаптации в исследуемой выборке: высокий уровень адаптации ( $n = 52$ ) – первоклассники с эмоционально-благополучным отношением к школе, средний уровень адаптации ( $n = 35$ ) – обучающиеся с эмоционально-нейтральным отношением к школе, низкий уровень адаптации ( $n = 20$ ) – обучающиеся с эмоционально-отрицательным отношением к школе. **Заключение.** Младшие школьники с различными показателями социально-психологической адаптированности отличаются по параметрам эмоционального благополучия. Доказано, что при высоком уровне адаптации у первоклассников проявляется эмоционально-благополучное отношение к школе, при среднем уровне адаптации – эмоционально-нейтральное отношение к школе, при низком уровне адаптации – эмоционально-отрицательное отношение к школе.

**Ключевые слова:** адаптация, социально-психологическая адаптация, эмоции, эмоциональное благополучие, младшие школьники, первоклассники, корреляционный анализ, кластерный анализ.

**Введение.** Образ жизни дошкольника коренным образом изменяется при переходе к школьному обучению. В этот период в его жизнь входит учебная деятельность – деятельность систематическая, организованная, ответственная, обязательная. Перед школьником стоит задача овладения этой деятельностью, т. е. последовательное, преднамеренное усвоение знаний, обобщенных и систематизированных в основах наук, что подразумевает иную, чем в дошкольном возрасте, структуру его познавательной деятельности (Вербовская<sup>1</sup>, 2004; Гагай с соавт., 2013; DuPaul, 2001).

Начало обучения в школе – серьезное испытание для большинства первоклассников. Они должны привыкнуть к новому коллективу, к новым требованиям, к повседневным обязанностям, адаптироваться к новым условиям. Социально-психологическая адаптация представляет процесс приспособления ребенка к новым видам деятельности, отношениям, требованиям, новой системе социальных условий и режиму жизнедеятельности (Гуткина, 2004; McWayne et al., 2004; Duncan et al., 2007). Адаптация заключается не только в приспособлении младшего школьника к успешному функционированию в образователь-

<sup>1</sup> Вербовская, Е.В. Развивающее педагогическое обеспечение адаптационных способностей младших

школьников: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Нижний Новгород, 2004. 15 с.

ной среде, но и в способности к его дальнейшему личностному, психологическому, социальному развитию (Баласанян, 2016; Батуева, 2016; Гайнанова, 2016; Singer, 2007). В связи с изменившимся положением ребенка и новой ведущей деятельностью происходит перестройка повседневного, привычного хода его жизни. Адаптация к условиям начальной школы представляется особым и сложным периодом в жизни ребенка. Школьники осваивают новую социальную роль ученика, появляются новые межличностные отношения с одноклассниками, учителями, изменяется социальное окружение, наконец, меняется образ жизни. Такие изменения у первоклассников проявляются на фоне эмоциональных переживаний, повышенной школьной тревожности, неуверенности, сложности в распознавании и управлении своими эмоциями (Damon et al., 2006). Неблагоприятное эмоциональное состояние, по мнению Г.Н. Жулиной и Н.В. Кулешовой, влияет на межличностные отношения с одноклассниками, приводит к эмоциональной отстраненности, снижению жизненного тонуса, ухудшению психологического здоровья (Жулина с соавт., 2016).

Несмотря на достаточное научное исследование обозначенной проблемы, число дезадаптированных первоклассников в школе не уменьшается, а в некоторых случаях даже имеет тенденцию к увеличению (Санькова, 2006). Как констатирует А.К. Нисская, динамика социальной жизни вызывает увеличение количества стрессовых ситуаций, а следовательно, и повышение уровня эмоционального благополучия. Проблема усугубляется тем, что зачастую родители, учителя начальных классов и другие значимые взрослые, осознавая возникшие трудности, не придают этому большого значения, полагая, что с разрешением конкретной ситуации эмоциональный дискомфорт первоклассника исчезнет (Нисская, 2012).

В зарубежных исследованиях (Vandivere et al., 2004; Beauchaine et al., 2007; Vajaj, 2017) отмечается, что длительное эмоциональное напряжение, возникающее на фоне постоянного стресса, приводит к физическому и психическому ухудшению здоровья. Результатом является появление у детей различных невротических расстройств. А.В. Микляева и П.В. Румянцева определили эмоционально-поведенческие признаки у учеников младших классов: чрезмерные упорство и исполнитель-

ность в выполнении школьных задач, нежелание приступать к заданиям повышенной сложности с неочевидным путем решения, вспыльчивость и выражение агрессии, легкая отвлекаемость, невнимательность на занятиях, боязнь опоздания к началу урока, а также паника при мысли о потере или порче ученических предметов, отказ посещать учебное учреждение, снижение иммунитета (Микляева с соавт., 2004).

Поэтому психолого-педагогическая поддержка эмоционального комфорта и благополучия является необходимой для успешной социально-психологической адаптации первоклассников к обучению в школе.

**Цель исследования:** выявление взаимосвязи социально-психологической адаптации к обучению в школе с проявлениями эмоционального благополучия первоклассников.

### Эмпирическая база исследования

Исследование проводилось на базе общеобразовательных учреждений г. Челябинска. В исследовании принимали участие 107 первоклассников, в том числе 42 мальчика и 65 девочек, в возрасте от 7 до 8 лет (средний возраст  $7,5 \pm 0,5$  года).

**Методы исследования.** Для изучения социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе как фактора их эмоционального благополучия использовали следующие методы:

– общенаучные: теоретический анализ литературы по проблеме исследования, сравнение, классификация, обобщение, синтез;

– эмпирические: включенное наблюдение; опрос (интервьюирование, беседа); в качестве психодиагностических методик использовались: методика «Лесенка» В.Г. Щур (Жулина с соавт., 2016), оценивающая уровень отношения к себе как показателя эмоционального благополучия; проективная методика «Рисунок школы» (Истратова с соавт., 2011), определяющая отношение первоклассника к школе и уровень школьной тревожности; диагностика школьной тревожности А.М. Прихожан (Проективная методика..., 2002), выявляющая уровень взаимодействия родителей и детей, взаимоотношение между детьми, общение со взрослым и учителем.

Математико-статистическая обработка осуществлялась с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена, качественного анализа результатов исследования. Вычисления выполнены с использованием пакета программ SPSS Statistics v. 17.0.

### Результаты исследования

*Изучение самооценки первоклассника.* В ходе анализа результатов диагностики по методике «Лесенка» выявили систему представлений первоклассников о том, как они оценивают себя, как их оценивают окружающие и как эти представления соотносятся между собой (рис. 1).

Уровни самооценки учащихся первых классов распределились следующим образом: большее количество первоклассников имеет адекватную самооценку, что составляет 50 % обследуемых. Они активны, легко идут на контакт, общительны, охотно участвуют в различных внешкольных мероприятиях, позитивно относятся ко всему. У 19 % первоклассников завышенная самооценка, они стремятся быть лидерами, ожидают положительной оценки своих действий, проявляют нетерпеливость, если им делают замечание, то

раздражаются, проявляют агрессию, конфликтны. Раздражительные либо злобные проявления порой являются попыткой лишь сгладить психологически неприятные переживания, связанные с какими-либо происшествиями в школе. 31 % испытуемых – с низкой и резко заниженной самооценкой, для них характерно тихое, подавленное настроение, робость, застенчивость, неуверенность в собственных силах, тревожное состояние, эмоциональный дискомфорт.

*Изучение отношения первоклассника к школе и уровень школьной тревожности.* Анализируя рисунки школы (рис. 2), мы обращали внимание на выбор цветовой гаммы, преобладание ярких, чистых, светлых тонов и их сочетаний; характеристику линий рисунка, тщательную и аккуратную прорисованность линий различной толщины, схематичность, наличие или отсутствие прерывистых конту-

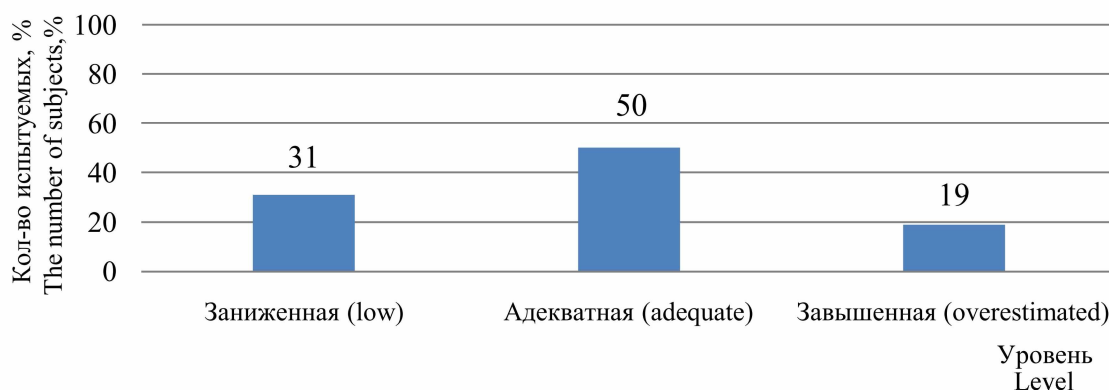


Рис. 1. Распределение уровней самооценки первоклассников  
Fig.1. Distribution of self-esteem among first-graders

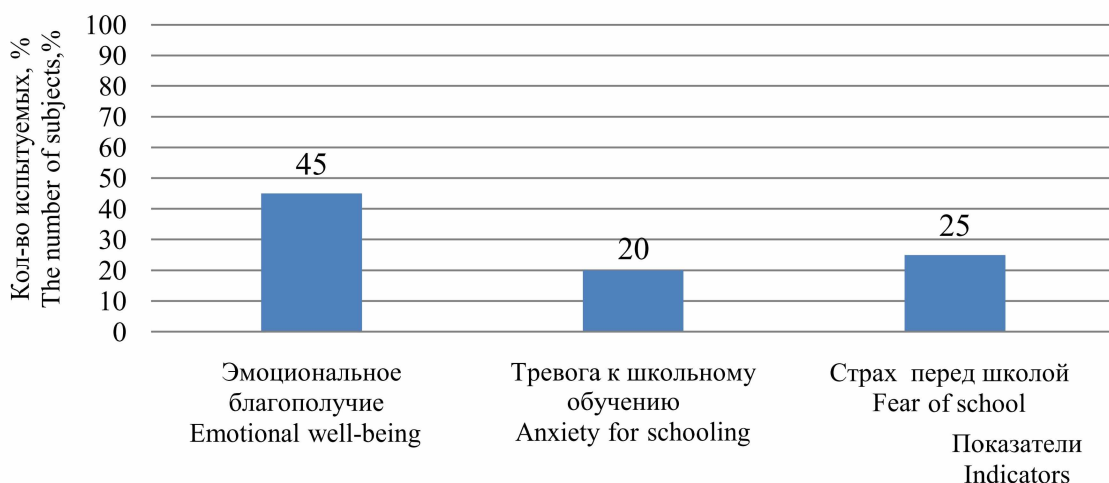


Рис. 2. Распределение показателей школьной тревожности первоклассников  
Fig. 2. Distribution of school anxiety indicators among first-graders

ров; сюжетную линию рисунка, симметричность или асимметричность рисунка, расположенность на листе, наличие оживляющего пейзажа, изображение сюжета.

При анализе полученных данных выявлено, что у 45 % учащихся сложилось эмоционально-благополучное отношение к школьному обучению, учащиеся стремятся принять учебную задачу и взаимодействовать с педагогом. Рисунки у этих детей яркие, красочные. На рисунках изображали сюжеты из школьной жизни. У 30 % обучающихся констатировали тревогу к школьному обучению и несформированное представление о школьно-учебной действительности; у 25 % первоклассников наблюдается завышенный уровень тревожности к школьному обучению, трудность в принятии учебных задач, малообщительность, отсутствие мотивации в общении со сверстниками и учителем. У них преобладает подавленное настроение, страх перед учителем и учебной ситуацией, тревога по поводу несоответствия требованиям родителей хорошо учиться. Дети с повышенной тревогой остро реагируют на неудачи, предпочитают избегать ситуаций, где возникает риск неуспеха. В рисунках преобладает обилие штриховки, сильный нажим, прорисованность линий, маленький размер изображения в углу листа.

Проведение корреляционного анализа по изучению взаимосвязи характеристик социально-психологической адаптации к обуче-

нию в школе и эмоционального благополучия первоклассников показало следующие результаты (см. таблицу).

Прямо пропорциональная по направленности достоверная связь определена между следующими показателями: учебная мотивация и взаимодействие между детьми ( $r_s = 0,465$  при  $p \leq 0,01$ ), учебная мотивация и взаимодействие родителей и детей ( $r_s = 0,486$  при  $p \leq 0,01$ ), учебная мотивация и общение с взрослым и учителем ( $r_s = 0,365$  при  $p \leq 0,05$ ), учебная мотивация и ситуация дома ( $r_s = 0,516$  при  $p \leq 0,01$ ), учебная мотивация и общее отношение ребенка к школе ( $r_s = 0,402$  при  $p \leq 0,01$ ). В данном случае взаимодействие между детьми представляет собой организацию совместных действий школьников, направленных на достижение целей в процессе выполнения общей работы; таким образом, чем больше взаимодействуют младшие школьники между собой и при этом достигают поставленных целей, тем более возрастает учебная мотивация.

Кроме этого, более тесное продолжительное и позитивное взаимодействие родителей и детей и благоприятная ситуация дома также подкрепляют и усиливают желание учиться.

Сильная достоверная обратно пропорциональная по направленности связь выявлена между следующими показателями: самооценка и взаимодействие между детьми ( $r_s =$

Изучение взаимосвязи характеристик социально-психологической адаптации к условиям образовательного учреждения и эмоционального благополучия первоклассников  
Relationship between socio-psychological adaptation to the conditions of an educational institution and the emotional well-being of first-graders

Показатели социально-психологической адаптации Indicators of socio-psychological adaptation	Показатели эмоционального благополучия первоклассников Indicators of emotional well-being of first graders					
	Взаимодействие между детьми Interaction between children	Общение со взрослым, учителем Communication with an adult and teacher	Взаимодействие родителей и детей Parent-child interaction	Ситуация дома Home situation	Общее отношение ребенка к школе General attitude of the child to school	Взаимодействие с учителем и детьми Interaction with a teacher and children
Учебная мотивация Learning motivation	0,465**	0,365*	0,486**	0,516**	0,402**	0,342*
Самооценка Self-esteem	-0,468**	-0,472**	0,419**	0,346*	-0,364*	0,351*
Тревожность Anxiety	0,489**	0,489**	-0,371*	-0,501**	0,650**	-0,380**

Примечание. Уровень значимости связи \*  $p \leq 0,05$ , \*\*  $p \leq 0,01$ .

Note. Significance level at \*  $p \leq 0.05$ , \*\*  $p \leq 0.01$ .

$= -0,468$  при  $p \leq 0,01$ ), самооценка и общение с взрослым, учителем ( $r_s = -0,472$  при  $p \leq 0,01$ ), самооценка и общее отношение ребенка к школе ( $r_s = -0,364$  при  $p \leq 0,05$ ), тревожность и взаимодействие родителей и детей ( $r_s = -0,371$  при  $p \leq 0,05$ ), тревожность и ситуация дома ( $r_s = -0,501$  при  $p \leq 0,01$ ). Это означает, что заниженный или завышенный уровень самооценки первоклассника создает препятствие в общении и затрудняет взаимодействие со взрослым и учителем, а также неблагоприятная ситуация дома, слабая связь и взаимодействие между родителями и детьми приводят к нарастанию тревожности и появлению страха перед школой, и наоборот, тесный контакт и положительные доброжелательные отношения между родителями и детьми способствуют формированию адекватной самооценки младшего школьника, снижению тревожности и страха перед школой, а также формируют позитивное отношение ребенка к обучению в школе.

Проведенный анализ результатов исследования выявил уровневый характер выраженности показателей социально-психологической адаптации в исследуемой выборке. Для каждого уровня проведена психологическая характеристика.

Высокий уровень адаптации ( $n = 52$ ) – первоклассники не испытывают трудности адаптации к школе, активны на уроках и во внеурочной деятельности, не испытывают тревожности, связанной со школьным обучением, адекватно себя оценивают, в хорошем настроении, быстро заводят друзей, не испытывают трудностей в установлении социальных контактов, удовлетворены учебной деятельностью, собственными позитивными результатами, взаимоотношением с учителем, родителями, одноклассниками. Это обучающиеся с эмоционально-благополучным отношением к школе.

Средний уровень адаптации ( $n = 35$ ) – у обучающихся наблюдается неустойчивая адаптация, слабо осознают роль ученика, испытывают трудности в учебной деятельности, активность на уроках и внеурочной деятельности снижена, социальные контакты с одноклассниками и учителем ограничены, тревожны, испытывают эмоциональный дискомфорт, связанный со школой, удовлетворенность учебной деятельностью заниженная. Это обучающиеся с эмоционально-нейтральным отношением к школе.

Низкий уровень адаптации ( $n = 20$ ) – дети испытывают трудности в адаптации, активность в учебной и внеучебной деятельности не проявляют, отсутствие позитивных результатов в школе снижает самооценку и усложняет взаимоотношение с педагогами, родителями, одноклассниками, не имеют в школе друзей, не осознают новый статус ученика, испытывают одиночество, печаль, тревогу, эмоциональный дискомфорт, связанный со школой. Это обучающиеся с эмоционально-отрицательным отношением к школе.

### Заключение

Изучение проблемы социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе как условие их эмоционального благополучия позволило сделать выводы о том, что существует взаимосвязь социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе и их эмоционального благополучия, и младшие школьники с различными показателями социально-психологической адаптированности отличаются по параметрам эмоционального благополучия. Младшие школьники с различными показателями социально-психологической адаптированности отличаются по параметрам эмоционального благополучия. Таким образом, при высоком уровне адаптации у первоклассников проявляется эмоционально-благополучное отношение к школе, при среднем уровне адаптации – эмоционально-нейтральное отношение к школе, при низком уровне адаптации – эмоционально-отрицательное отношение к школе.

Результаты исследования будут положены в основу разработки программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к обучению в школе.

### Литература

1. Баласанян, С.В. Проблема адаптации учащихся к школе / С.В. Баласанян // Таврический научный обозреватель. – 2016. – № 1-3 (6). – С. 104–108.
2. Батуева, С.В. Исследование структурных компонентов школьной адаптации у первоклассников / С.В. Батуева // Вестник Совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. – 2016. – Т. 2, № 1(12). – С. 7–10.
3. Гагай, В.В. Особенности школьной адаптации первоклассников как трудной жизненной ситуации для детей и родителей /

В.В. Гагай, К.Ю. Гринева // *Вестник ЧГПУ*. – 2013. – № 2. – С. 33–43.

4. Гайнанова, Е.А. Психолого-педагогическое сопровождение детей в адаптационный период / Е.А. Гайнанова // *Молодой ученый*. – 2016. – № 6 (110). – С. 686–688.

5. Гуткина, Н.И. Психологическая готовность к школе / Н.И. Гуткина. – СПб.: Питер, 2004. – 208 с.

6. Жулина, Г.Н. Особенности эмоционального компонента школьной адаптации первоклассников / Г.Н. Жулина, Н.В. Кулешова // *Таврический научный обозреватель*. – 2016. – № 5-1 (10). – С. 32–36.

7. Истратова, О.Н. Справочник психолога начальной школы / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. – М.: Феникс, 2011. – 448 с.

8. Микляева, А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева, П.В. Румянцев. – СПб.: Речь, 2004. – 248 с.

9. Нисская, А.К. Особенности адаптации к школе современных первоклассников / А.К. Нисская // *Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки*. – 2012. – № 3. – С. 55–62.

10. Проективная методика для диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан) // *Диагностика эмоционально-нравственного развития* / ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб., 2002. – С. 47–60.

11. Санькова, О.А. К вопросу психологической готовности детей к обучению в школе / О.А. Санькова // *Актуальные вопросы подготовки специалиста в контексте современных преобразований: Материалы Всероссийского научно-практического семинара (Орел, 01 марта 2006 г.)*. – Орел: ОГУ, 2006. – С. 115–116.

12. Bajaj, B. *Mediating role of self-esteem in the relationship of mindfulness to resilience*

*and stress* / B. Bajaj // *International journal of emergency mental health and human resilience*. – 2017 – Vol. 19 (4). – P. 372. DOI: 10.4172/1522-4821.1000372.

13. Beauchaine, Th.P. *Polyvagal theory and developmental psychopathology: Emotion dysregulation and conduct problems from preschool to adolescence* / Th.P. Beauchaine, L. Gatzke-Kopp, H.K. Mead // *Biological psychology*. – 2007. – Vol. 74 (2). – P. 174–184.

14. Damon, W. *Handbook of Child Psychology: Social, Emotional, and Personality Development* / W. Damon, M.R. Lerner, N. Eisenberg. – Hoboken: Wiley, 2006. – 1152 p.

15. Duncan, G. *School readiness and later achievement* / G. Duncan, C. Dowsett, A. Claessens // *Developmental Psychology*. – 2007. – № 43. – P. 1428–1446.

16. DuPaul, G.J. *Preschool children with attention-deficit hyperactivity disorder: impairments in behavioral, social, and school functioning* / G.J. DuPaul // *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. – 2001. – Vol. 40. – P. 508–515.

17. McWayne, C. *Preschool competency in context: An investigation of the unique contribution of child competences to early academic success* / C. McWayne, J. Fantuzzo, P. McDermott // *Developmental Psychology*. – 2004. – № 40 (4). – P. 633–645.

18. Singer, E. *The social lives of young children* / E. Singer, D. de Haan. – Gebonden. – 2007. – 192 p.

19. Vandivere, S. *Indicators of early school success and child well-being* / S. Vandivere, L. Pitzer, T. Halle, E. Hair // *Ready schools reference guide*. W.K. Kellogg Foundation. – 2004. – 312 p. Available at: <http://www.wkkf.org/default.aspx?tabid=101&CID=3&CatID=3&ItemID=5000284&NID=20&LanguageID=0>

**Шумаков Вадим Анатольевич**, кандидат философских наук, доцент, доцент кафедры психологии, Южно-Уральский государственный медицинский университет (Челябинск), v.shumakov@inbox.ru; ORCID 0000-0002-7963-2320

**Дубровина Дарья Александровна**, кандидат психологических наук, преподаватель, Южно-Уральский государственный медицинский университет (Челябинск), daria.89@mail.ru, ORCID 0000-0001-9936-6800

**Платонова Анна Владимировна**, аспирант, Уральский государственный педагогический университет (Екатеринбург), anya1976@mail.ru, ORCID 0000-0002-2636-7279

*Поступила в редакцию 23 октября 2019 г.*

## SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN TO THE LEARNING ENVIRONMENT AS A FACTOR OF THEIR EMOTIONAL WELL-BEING

V.A. Shumakov<sup>1</sup>, v.shumakov@inbox.ru, ORCID 0000-0002-7963-2320

D.A. Dubrovina<sup>1</sup>, daria.89@mail.ru, ORCID 0000-0001-9936-6800

A.V. Platonova<sup>2</sup>, anya1976@mail.ru, ORCID 0000-0002-2636-7279

<sup>1</sup> South Ural State Medical University, Chelyabinsk, Russian Federation

<sup>2</sup> Ural State Pedagogical University, Yekaterinburg, Russian Federation

The article considers the phenomenon of socio-psychological adaptation of younger schoolchildren to learning at school. In this period, the usual daily routine changes, children are forced to obey the rules of school life, fulfilling the requirements of the teacher. **Aim.** The purpose of the article is to identify the role of socio-psychological adaptation of first graders to schooling in the formation of their emotional well-being. **Materials and methods.** 107 first-graders, including 42 boys and 65 girls, aged from 7 to 8 years (average age  $7.5 \pm 0.5$  years) participated in the study. The following psychodiagnostic techniques were used: the technique "Ladder" (V.G. Schur) assesses the level of emotional well-being; "School drawing" methodology, which determines the attitude of a first-grader to school and the level of school anxiety; diagnosis of school anxiety (A.M. Prikhozhan) between children, communication with an adult and a teacher. Mathematical and statistical processing is carried out using Spearman's rank correlation coefficients, cluster analysis, qualitative analysis of research results. The calculations were performed using SPSS Statistics v. 17.0. **Results.** Three levels of socio-psychological changes were revealed: a high level of adaptation ( $n = 52$ ) – primary classes with an emotionally favorable attitude to school, an average level of adaptation ( $n = 35$ ) – students with an emotionally neutral attitude to school, a low level of adaptation ( $n = 20$ ) – students with an emotionally negative attitude towards school. **Conclusion.** Younger schoolchildren with different indicators of socio-psychological adaptation differ in terms of emotional well-being. It is proved that with a high level of adaptation, first-graders show an emotionally favorable attitude towards school, with an average level of adaptation – an emotionally neutral attitude towards school, and with a low level of adaptation – an emotionally negative attitude towards school.

**Keywords:** adaptation, socio-psychological adaptation, emotions, emotional well-being, elementary school students, first graders, correlation analysis, cluster analysis.

### References

1. Balasanyan S.V. [The challenge of adapting students to school] *Tavrisheskiy nauchnyy obozrevatel'* [Taurian scientific observer], 2016, no. 1-3 (6), pp. 104–108.
2. Batueva S.V. [Destructive psychological protection as an indicator of disadvantage, social environment]. *Vestnik Soveta molodykh uchenykh i spetsialistov Chelyabinskoy oblasti* [Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of Chelyabinsk Region], 2016, vol. 2, no. 1 (12), pp. 7–10.
3. Gagay V.V., Grineva K. Yu. [Features of the first-graders' school adaptation as a difficult vital situation for children and parents]. *Vestnik ChGPU* [South Ural State Humanitarian Pedagogical University Bulletin], 2013, no. 2, pp. 33–34.
4. Gaynanova E.A. [Psychological and pedagogical support for children during the adaptation period]. *Molodoy uchenyy* [Young scientist], 2016, no. 6 (110), pp. 686–688.
5. Gutkina N.I. *Psikhologicheskaya gotovnost' k shkole* [Psychological readiness for school]. St. Petersburg, Piter, 2004, 208 s.
6. Zhulina G.N., Kuleshova N.V. [Features of emotional component of school adaptation of first graders]. *Tavrisheskiy nauchnyy obozrevatel'* [Taurian scientific observer], 2016, no. 5-1 (10), pp. 32–36.
7. Istratova O.N., Eksakusto T.V. *Spravochnik psikhologa nachal'noy shkoly* [Primary School Psychologist's Handbook]. Moscow, Feniks, 2011, 448 p.
8. Miklyaeva A.V., Rumyantseva P.V. *Shkol'naya trevozhnost': diagnostika, profilaktika, korrektsiya* [School anxiety: diagnosis, prevention, correction]. St. Petersburg, Rech', 2004, 248 p.

9. Nisskaya A.K. [Features of modern first graders' school adaptation]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya: Psikhologicheskie nauki* [Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychological sciences], 2012, no. 3, pp. 55–62.
10. *Proektivnaya metodika dlya diagnostiki shkol'noy trevozhnosti (A.M. Prikhozhan)* [Projective technique for diagnosis of school anxiety], *Diagnostika emotsional'no-nravstvennogo razvitiya* [Diagnosis of emotional and moral development], ed. Dermanova I.B., St. Petersburg, 2002, pp. 47–60.
11. San'kova O.A. *K voprosu psikhologicheskoy gotovnosti detey k obucheniyu v shkole* [On the issue of children's psychological readiness to attend school]. *Aktual'nye voprosy podgotovki spetsialista v kontekste sovremennykh preobrazovaniy: Materialy Vserossiyskogo nauchno-prakticheskogo seminara* [Topical Issues of Specialist Training in the Context of Modern Transformations: Materials of the All-Russian Scientific and Practical Seminar], Orel, OSU, 2006, pp. 115–116.
12. Bajaj B. Mediating role of self-esteem in the relationship of mindfulness to resilience and stress. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, 2017, vol. 19 (4), p. 372 DOI: 10.4172/1522-4821.1000372.
13. Beauchaine Th.P., Gatzke-Kopp L., Mead H.K. Polyvagal theory and developmental psychopathology: Emotion dysregulation and conduct problems from preschool to adolescence. *Biological Psychology*, 2007, vol. 74 (2), pp. 174–184.
14. Damon W., Lerner M.R., Eisenberg N. *Handbook of Child Psychology: Social, Emotional, and Personality Development*. Hoboken, Wiley, 2006, 1152 p.
15. Duncan G., Dowsett C., Claessens A. School readiness and later achievement. *Developmental Psychology*, 2007, no. 43, pp. 1428–1446.
16. DuPaul G.J. Preschool children with attention-deficit hyperactivity disorder: impairments in behavioral, social, and school functioning. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 2001, vol. 40, pp. 508–515.
17. McWayne C., Fantuzzo J., McDermott P. Preschool competency in context: An investigation of the unique contribution of child competences to early academic success. *Developmental Psychology*, 2004, no. 40 (4), pp. 633–645.
18. Singer E., de Haan D. *The social lives of young children*. Elly Singer, Gebonden, 2007, p. 192.
19. Vandivere S., Pitzer L., Halle T., Hair E. Indicators of early school success and child well-being. Published in *Ready Schools Reference Guide*, 2004, 312 p. Available at: <http://www.wkkf.org/default.aspx?tabid=101&CID=3&CatID=3&ItemID=5000284&NID=20&LanguageID=0>

*Received 23 October 2019*

---

### ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Шумаков, В.А. Социально-психологическая адаптация младших школьников к обучению в школе как условие их эмоционального благополучия / В.А. Шумаков, Д.А. Дубровина, А.В. Платонова // Психология. Психофизиология. – 2019. – Т. 12, № 4. – С. 63–70. DOI: 10.14529/jpps190407

### FOR CITATION

Shumakov V.A., Dubrovina D.A., Platonova A.V. Social and Psychological Adaptation of Younger Schoolchildren to the Learning Environment as a Factor of Their Emotional Well-Being. *Psychology. Psychophysiology*. 2019, vol. 12, no. 4, pp. 63–70. (in Russ.). DOI: 10.14529/jpps190407