

**STUDIAREA POTENȚIALULUI DE ADAPTARE A COPIILOR DE VÂRSTĂ
PREADOLESCENTINĂ LA MEDIUL ȘCOLAR GIMNAZIAL**

Vadim CURUDIMOV, Liceul Teoretic "M. Eminescu"

s. Sadaclia, r-nul Basarabeasca

Lora MOȘANU-ȘUPAC, Catedra Biologie Animală, UST

Rezumat. Adaptarea preadolescenților la mediul școlar gimnazial este o problemă majoră care cere o atitudine corespunzătoare pentru soluționare acesteia. Adaptarea necorespunzătoare poate duce la stări de disconfort, scăderea ritmului de învățare, iar în cele mai grave cazuri și la patologii. S-a constatat că atât băieții cât și fetele sunt predispuse la stări de stres în această etapă de tranziție. În lucrarea de față autorii au analizat un lot de 41 de elevi de 11-12 ani pentru a monitoriza indicii sistemului cardiovascular, iar în baza lor a fost determinat potențialul de adaptare în luna septembrie, debutul adaptării și la finele semestrului I. Datele denotă, că adaptarea este de lungă durată și are loc diferit la fete și băieți.

Cuvinte-cheie: adaptare, stres, preadolescent, elev, mediul școlar gimnazial, rata de adaptare.

Abstract. The process of adjustment of pre-teens to the middle school environment is a major problem, which requires a special attitude in order to be solved. The improper adjustment might lead to states of discomfort, to a decrease of the learning pace and, in the worst-case scenarios, to pathologies. It was found that both girls and boys are prone to stress in this transition phase. In this paper, the authors have analyzed a lot of 41 pupils aged 11-12, in order to monitor the indications of the vascular system. Using the indications, the authors have determined the pupils' potential for adjustment in September, which was the beginning of the adjustment, and at the end of the first semester. The data shows that adjustment is a long-term process and that it takes place differently for girls and boys.

Keywords: adjustment, stress, pre-teen, pupil, middle school environment, adjustment rate.

Introducere

În condițiile actuale de schimbări radicale în societate, școala contemporană se confruntă cu numeroase probleme obiective privind educația copiilor și tineretului, probleme care necesită soluționare operativă ținând cont de numeroase aspecte, printre care și individualitatea copilului, nivelul de pregătire către procesul educațional, adaptarea lui la condițiile noi din școală. Îndeplinirea misiunii școlii depinde în mare măsură de faptul, cum pedagogii care activează sunt capabili să prevină stările nefavorabile ale sferei emoționale, cognitive și comportamentale ale copilului, să influențeze autorealizarea diferitor categorii de elevi. Realizarea acestor sarcini poate avea loc în cazul când pedagogul este pregătit pentru asemenea activități [5]. Omul nu numai că se adaptează la împrejurări, dar le și creează. Capacitatea de influențare a mediului este însă în funcție de natura relațiilor sociale în care se dezvoltă omul. În condițiile economice și socioculturale ale capitalismului funcționează contraste puternice între mediile în care se dezvoltă copiii diferitelor categorii sociale. Și în asemenea condiții, înainte de a se pune problema rolului eredității și al educației, nu se poate să nu se observe dependența reușitei școlare și sociale a copilului în primul rând de factorii de mediu. Căci, așa cum cu dreptate observă H. Salvat, „nenumărate și felurite sunt împrejurările care împiedică promovarea socială a unui copil sărac, oricât de

bine înzestrat ar fi; locuința, chiar și hrana nesatisfăcătoare, lipsa de informații și neîncrederea părinților în sarcina cărora copilul nu poate rămâne și deseori nici nu vrea să rămână mult timp” [3].

În școală, problema adaptării cel mai des se asociază cu plecarea copilului în clasa I, mai rar cu trecerea la treapta gimnazială de la cea primară și foarte rar cu trecerea la treapta liceală. De asemenea puțin este studiat specificul psihic al copiilor de 10-11 ani. Țukerman G.A. numește această perioadă “teritoriul nimănu” [7]. Reieșind din cele relatate ne-am trasat ca scop studierea reacției sistemului cardiovascular la preadolescenți la acțiunea factorilor stresogeni emoționali, precum și determinarea nivelului de stresare la ei în perioada de adaptare la trecerea de la ciclul primar la cel gimnazial.

Materiale și metode

Pentru realizarea obiectivelor lucrării au fost efectuate investigații la copiii de 11-12 ani, evaluându-se indicii cardiovasculari; tensiunea arterială sistolică și diastolică; frecvența contracțiilor cardiace, iar în baza lor determinarea potențialului de adaptare cu ajutorul formulei de calcul după Антонова М.Н. și col. (2000). Aprecierea s-a efectuat conform următorului criteriu: nivel satisfăcător $PA < 7,2$; încordarea mecanismelor de adaptare $PA = 7,21-8,24$; adaptare nesatisfăcătoare $PA = 8,25-9,85$; dereglarea mecanismelor de adaptare $PA > 9,86$. Cercetările s-au desfășurat în condiții de activitate obișnuită și de stres de menajare în instituția de învățământ Liceul Teoretic M. Eminescu” din s. Sadaclia. În cercetări au fost incluși 41 de elevi, dintre care 20 fete și 21 băieți.

Descrierea rezultatelor

Situațiile stresogene care acționează asupra organismului uman induc o reacție de răspuns din partea tuturor organelor și sistemelor de organe, în special aceasta poate fi ușor detectată la sistemul cardiovascular, care este unul dintre sistemele cele mai vulnerabile la asemenea acțiuni. Investigațiile indicilor cardiovasculari în condițiile relative confortogene ne-a dat posibilitate să evidențiem, că FCC la toți preadolescenții sunt în limitele valorilor normei sau individual pot varia cu mici valori ne semnificative. În asemenea condiții TAS în normă a fost atestată la 15% din fete și 9% dintre băieți, de asemenea și TAD la cea mai mare parte dintre ei avea valorile mai sporite. Aceasta poate fi condiționat de faptul, că înregistrările au fost făcute la început de an școlar, iar condițiile în care activează copiii evident că lasă amprentă asupra organismului lor, în pofida faptului că factori stresogeni suplimentari n-au fost înregistrați, iar însăși mediul în care ei activează poate fi stresogen. Luând în considerare faptul, că trecerea la treapta gimnazială aduce schimbări în mediul unde se organizează orele (orele se efectuau în ciclul primar într-o singură sală de clasă) numărul profesorilor, cerințele impuse ne-am așteptat și la modificări ai indicilor cardiovasculari. Astfel, a fost stabilit, că la circa 85% din băieți și la tot atâtea fete, în perioada de adaptare (trei săptămâni după începerea anului de învățământ) pulsul s-a mărit cu aproximativ 10-15 bpm și numai la 4,7% din băieți și 5% din fete FCC s-a mărit cu 4-9 bpm. Aceasta demonstrează că majoritatea copiilor au resimțit acțiunile trecerii de la ciclul

primar la cel gimnazial, ceea ce a constituit o etapă stresogenă pentru ei. În luna decembrie, când copiii au fost din nou investigați, indicii FCC nu mult se deosebeau de cei înregistrați la început de septembrie, când copiii au venit la studii. În cazul în care adaptarea va avea loc rapid sistemele de organe și organismul în întregime nu va avea de suferit, iar dacă adaptarea va dura o perioadă lungă, atunci pot apărea dereglări funcționale sau chiar maladii care vor persista și în următorii ani de școală.

Către finele primului semestru de adaptare, în luna decembrie la 19% din băieți și 30% din fete valorile TAS s-au mărit cu 15-20mm/Hg, la 29% din băieți și 30% din fete cu 10-14mm/Hg, la 19% din băieți și 10% din fete cu 5-9mm/Hg, iar la 33% din băieți și 30% din fete TAS a scăzut. Din aceste date putem concluziona că stresul emoțional, prezent la preadolescenți în perioada de adaptare, acționează simțitor atât asupra băieților, cât și a fetelor, ceea ce coincide cu datele literaturii [1, 2].

Aceasta se întâmplă probabil din cauza că la această vârstă ei au început să aibă atitudine mai serioasă față de lucrurile care se întâmplă în jur și aceasta le condiționează starea de stres. De asemenea, situația existentă denotă o pregătire a organismului care și mobilizează propriile resurse pentru a acționa prompt și într-un timp cât mai scurt. Cu privire la TAD am observat că la 30% din fete și 47,6% din băieți valorile acesteia s-au mărit cu 10-15 mm/Hg, iar la 15% din fete și 9,5% din băieți - cu 5-9 mm/Hg. Astfel, a fost confirmat faptul descris în literatură, că perioada de adaptare este una stresogenă pentru preadolescenți și depășirea ei rapid poate feri organismul de consecințe nedorite asupra sănătății, dar paralel cu aceasta și sporire a randamentului școlar. Schimbările care s-au înregistrat în activitatea sistemului cardiovascular ne-au orientat la aprecierea potențialului de adaptare a acestui sistem, iar în baza lui, a reacției întreg organismului la condițiile de stres emoțional provocate de trecerea la ciclul gimnazial de studii. Capacitatea de adaptare, precum și viteza derulării acesteia la diferite persoane nu este identică. În acest sens, se poate vorbi despre nivelul de adaptare satisfăcător, nesatisfăcător, încordarea mecanismelor de adaptare și dereglarea lor. Adaptarea socială derulează datorită interacțiunii dintre oameni. Gradul de adaptare a individului la grup va fi determinat pe de o parte de caracteristicile mediului social, iar pe de alta, de caracteristicile și specificul acestuia. În categoria factorilor subiectivi (legați de însuși specificul individului) pot fi menționați: nivelul de stresare, starea de sănătate a copilului, competența lui, autoaprecierea, gradul de identificare cu grupul sau altă structură socială; de asemenea depinde de sex, vârstă și careva criterii tipologice [6].

Analiza potențialului de adaptare a copiilor la începutul lunii septembrie ne-a dat posibilitatea de a constata, că nivel satisfăcător al adaptării posedă doar 5% din preadolescenți, subiecți de gen masculin în aceasta categorie nu s-au plasat.

Cei mai mulți preadolescenți (70% fete și 48% băieți) au un potențial de adaptare nesatisfăcător, încordarea mecanismelor de adaptare s-a estimat la un număr neînsemnat de fete și la circa 28% din băieți, iar la 20% fete și 24% băieți a fost înregistrată dereglarea

mecanismelor de adaptare.

Manifestarea la fete a unui asemenea tablou al potențialului de adaptare diferit de al băieților, dar și foarte diferit în grupul de vârstă, posibil este legat de nivelul de dezvoltare fizică și psihică a organismului și de implicarea mai largă a mecanismelor de reglare nervoasă a organismului. Datele înregistrate ne dovedesc existența problemei de adaptare și vulnerabilitatea sistemelor de organe în aceasta perioadă (figura 1).

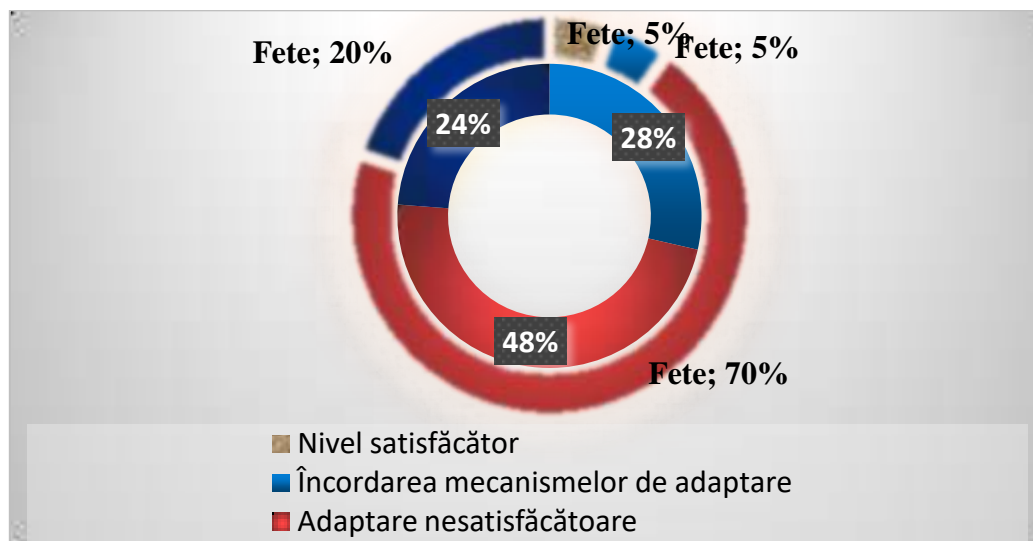


Figura 1. Repartizarea fetelor și băieților după potențialul de adaptare a sistemului cardiovascular la debutul perioadei de adaptare la ciclul gimnazial (septembrie)

Pornind de la idea că adaptarea este de durată, am evaluat potențialul de adaptare a sistemului cardiovascular la finele semestrului I (luna decembrie) a perioadei de trecere la ciclul gimnazial. Datele denotă, că la 35% din fete și 24 % din băieți se atestă un nivel satisfăcător al potențialului adaptării, la 25% din fete și 33% din băieți se manifestă încordarea mecanismelor de adaptare , a scăzut de peste 2 ori numărul fetelor și cu 10% a băieților cu adaptare nesatisfăcătoare, iar degradarea mecanismelor de adaptare s-a constatat la 5% din băieți și 10% dintre fete.

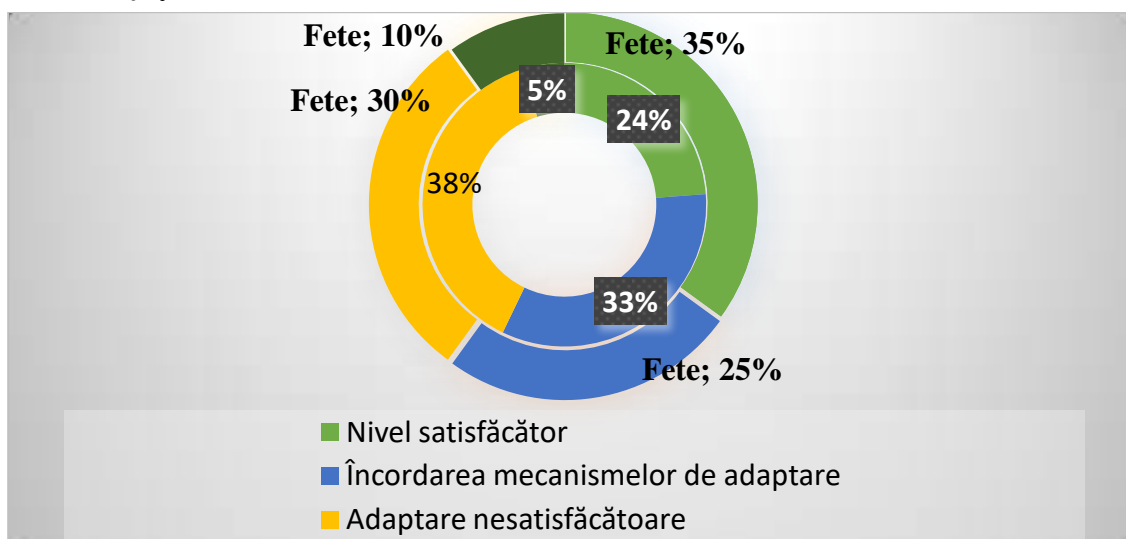


Figura 2. Repartizarea fetelor și băieților după potențialul de adaptare a sistemului cardiovascular în perioada de adaptare la mediul gimnazial (decembrie)

Comparând datele obținute la această etapă de cercetare cu cele de la debutul perioadei de adaptare putem conchide, că un număr mic din preadolescenți au depășit relativ ușor această perioadă, dar există încă un număr relativ mare de elevi care în acest interval de timp n-au reușit să se adapteze, astfel la ei se atestă o încordare a mecanismelor de adaptare sau chiar dereglare a lor, ei solicitând o atenție deosebită și crearea condițiilor pentru diminuarea factorilor stresogeni emoționali.

Concluzii. Adaptarea elevilor la treapta gimnazială de studii este un proces de durată și e necesar de a le asigura acestora condiții relativ confortogene de activitate în care să fie eliminată posibilitatea de apariție a anxietății, sentimentului de frică, singurătate și nesiguranță, să predomine un climat favorabil pentru afirmare și activitate productivă. Atunci când preadolescentul nimerește într-un mediu nou, nefamiliar, apare disconfortul și sporește riscul dezadaptării școlare, iar ca urmare are loc diminuarea randamentului școlar, apar probleme ce țin de starea sănătății copiilor, în special nevrozele, iar de rând cu ei se alarmează și părinții și profesorii. În aceste condiții procesul de trecere de la treapta primară la cea gimnazială se complică, însă la o organizare corectă, în bază științifică a lui, copii se pot adapta la noile cerințe ce li se impun în această perioadă, cerințe sporite față de procesul educațional, comportament, regim al zilei de muncă și odihnă etc.

De aceea, misiunea numărul unu a școlii în această perioadă este de a asigura o tranziție facilă a elevului de la treapta primară la cea gimnazială, acest lucru înfăptuindu-se cu ajutorul pedagogilor, părinților și al altor persoane apropiate elevului.

Bibliografie

1. Armario P., del Rey R., Martin-Baranera M. et al. Blood pressure reactivity to mental stress task as a determinant of sustained hypertension after 5 years of follow-up. *J Hum Hypertens* 17, 2003. p. 181–186.
2. Eiff A.W., Gogolin E., Jacobs U., Neus H. Heart rate reactivity under mental stress as a predictor of blood pressure development in children. *Journal of hypertension. Supplement: Official Journal of the International Society of Hypertension*. 1985 Dec; 3(4), p.89-91.
3. Golu P. Învățare și dezvoltare. București: Editura științifică și Enciclopedică, 1985. p. 79.
4. Антропова М.Н., Бородкина Г.В., Кузнецова Л.М. и др. Прогностическая значимость адаптационного потенциала сердечнососудистой системы у детей 10 -11 лет. *Физиология человека*, 2000. Т. 26. № 1, с. 56 -61.
5. Ракульцева Е., Подготовка педагогов к предупреждению дезадаптации подростков в системе внутришкольного повышения квалификации. Омск, 2007. с. 3.
6. Рубинштейн А.Н. Основы общей психологии. СПб М.: Питер ком., 2003. 397 с.
7. Цукерман Г.И. Перевод из начальной школы в среднюю, как психологическая проблема. *Вопросы психологии*, 2001, №5, с.19-35.