

## ДІАГНОСТИКА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ

Дідик Н. М. **Діагностика соціально-психологічної адаптації підлітків.** У статті розглянуто особливості соціально-психологічної адаптації учнів підліткового віку. Соціальна адаптація – це активне пристосування людини до місцевих умов соціального середовища шляхом засвоєння норм, цінностей, стилів поведінки, які є у суспільстві. Вона передбачає інтеграцію людини в суспільство, у процесі якої відбувається формування самосвідомості й рольової поведінки, здатності до самоконтролю й адекватних зв'язків та стосунків. Психічна адаптація – це процес взаємодії особистості із середовищем, при якому особистість повинна враховувати особливості середовища, й активно впливати на нього, щоб забезпечити задоволення своїх основних потреб і реалізацію значимих ланцюгів. Проаналізовано результати діагностичного дослідження учнів підліткового віку щодо рівня вираженості у них соціально-психологічної адаптації. Серед респондентів переважає середній рівень адаптованості. Але значна частка підлітків має низький рівень адаптації, також є підлітки з дуже низьким рівнем соціальної адаптованості. Низький рівень адаптованості може збільшувати ризик дезадаптації, коли внутрішні психологічні проблеми ускладнюють процес соціалізації. Здебільшого явище дезадаптації зумовлене негативним соціальним статусом підлітка у групі однолітків, низькою самооцінкою та зміною вимог до особистості підлітка, як навчальних, так і соціальних. Дезадаптованість значною мірою пов'язана з психологічними особливостями підліткового віку, з переходом до підліткової кризи, зміною соціального статусу від дитячого до статусу дорослого. Найбільші труднощі в соціальній адаптації підлітків пов'язані з невмінням розв'язувати особисті протиріччя, які виникають внаслідок підліткової кризи; з проблемою у стосунках з однокласниками, вчителями; з несприйманням себе частиною групи; низькою самооцінкою; труднощами у спілкуванні з однолітками.

**Ключові слова:** соціально-психологічна адаптація, підлітковий вік, дезадаптація, соціалізація, соціальна адаптація, діагностика, методика, адаптованість, рівень функціонування, інтеграція, соціальний статус.

Дидык Н. М. **Диагностика социально-психологической адаптации подростков.** В статье рассмотрены особенности социально-

психологической адаптации учеников подросткового возраста. Социальная адаптация – это активное приспособление человека к местным условиям социальной среды путем усвоения норм, ценностей, стилей поведения, которые есть в обществе. Она предусматривает интеграцию человека в общество, в процессе которого происходит формирование самосознания и ролевого поведения, способности к самоконтролю и адекватным связям и отношениям. Психическая адаптация – это процесс взаимодействия личности со средой, при которой личность должна учитывать особенности среды, и активно влиять на нее, чтобы обеспечить удовлетворение своих основных потребностей и реализацию значимых целей. Проанализированы результаты диагностического исследования учеников подросткового возраста относительно уровня выраженности у них социально-психологической адаптации. Среди респондентов преобладает средний уровень адаптированности. Но значительная часть подростков имеет низкий уровень адаптации, также есть подростки с очень низким уровнем социальной адаптированности. Низкий уровень адаптированности может увеличивать риск дезадаптации, когда внутренние психологические проблемы усложняют процесс социализации. По большей части явление дезадаптации предопределено негативным социальным статусом подростка в группе одноклассников, низкой самооценкой и изменением требований к личности подростка, как учебных, так и социальных. Дезадаптированность в значительной степени связана с психологическими особенностями подросткового возраста, с переходом к подростковому кризису, изменением социального статуса от детского к статусу взрослому. Наибольшие трудности в социальной адаптации подростков связаны с неумением решать личные противоречия, которые возникают в результате подросткового кризиса; с проблемой в отношениях с одноклассниками, учителями; с невосприятием себя частью группы; низкой самооценкой; трудностями в общении с однолетками.

**Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, подростковый возраст, дезадаптация, социализация, социальная адаптация, диагностика, методика, адаптированность, уровень функционирования, интеграция, социальный статус.

**Постановка проблеми.** Підлітковий вік є важким для будь-якого підлітка, оскільки змінюється його емоційний стан і виникає почуття страху, переживань і невпевненості. У цей період діти, які дорослішають можуть робити багато помилок, які адаптують їх до нових умов життя, а як відбудеться цей процес залежить від зовнішніх умов, які повинні забезпечити спеціалісти, вчителі і сім'я. В останні роки явище дезадаптації у дітей і підлітків стало предметом чисельних медичних,

психофізіологічних і психологічних досліджень. Дослідження в масових школах виявили ознаки дезадаптації без виражених невротичних порушень у 22,5% учнів школи. Відомо, що особливо чутливими у відношенні до розвитку стану дезадаптації школярів є критичні періоди зміни умов виховання і навчання [4, с. 3].

У вирішенні проблем соціальної адаптації дітей істотну роль відіграє система шкільної освіти, яка орієнтована на задоволення різноманітних потреб, інтересів учнів, на безконфліктну інтеграцію в суспільство. У нашому суспільстві гостро постає проблема соціальної адаптації та збереження психічного здоров'я особистості. Система виховання та освіти вимагає суттєвих змін методики, цінностей та змісту підготовки нової генерації до життя [2, с. 18]. Тому проблема соціальної адаптації дітей до школи є актуальна і потребує уваги зі сторони психологів, учителів і батьків.

**Аналіз останніх досліджень.** Аналіз соціологічної і психолого-педагогічної літератури дозволяє констатувати про часткове висвітлення різних аспектів проблеми соціальної адаптації особистості у працях соціологів – І. Кона, А. Харчева, Я. Щепанського та ін.; психологів – Б. Ананьєва, Г. Андрєєвої, Б. Бобнєвої, Л. Божович, Л. Виготського, П.Кряжева, А.Леонтєва, Б. Паригіна та ін.; педагогів – Р. Гурової, А. Мудрик, Ю. Смородської, В. Сухомлинського, Н. Юркевич та ін. Праці А. Альбицької, Б. Ліхачова, В. Лобицького, М. Огурцова присвячені розробці прагматичної орієнтації у вихованні особистості, яка узгоджується з адаптацією, пристосуванням індивіда до наявних соціальних, культурних умов і цінностей суспільства. Безпосередньо соціальну адаптацію та її механізми вивчали Т. Андрєєва, Ф. Березін, Н.Єрмоленко, В. Казначеев, Н. Лукашевич, Г. Медведєв, І. Милославова, М. Мирошнікова, В.Немировський, В. Розов, Б. Рубін, В. Слюсаренко та ін.

**Результати дослідження.** Під соціальною адаптацією розуміється постійний процес активного пристосування індивіда до умов соціального середовища і результат цього процесу. І. Галецька зазначає, соціальна адаптація – це інтеграція людини в суспільство, у процесі якої відбувається формування самосвідомості й рольової поведінки, здатності до самоконтролю й адекватних зв'язків та стосунків [1]. У словнику з соціальної педагогіки подано таке визначення: «соціальна адаптація – це активне пристосування людини до місцевих умов соціального середовища шляхом засвоєння норм, цінностей, стилів поведінки, які є суспільстві» [3, с. 117]. Психічна адаптація – це процес взаємодії особистості із середовищем, при якому особистість повинна враховувати особливості середовища, й активно впливати на нього, щоб забезпечити задоволення своїх основних потреб і реалізацію значимих ланцюгів.

Дезадаптація – це формування неадекватних механізмів пристосування людини до умов навколишнього середовища, порушень в поведінці, конфліктних відносин, психогенних захворювань і реакцій,

підвищеного рівня тривожності, негармонійний розвиток особистості. Деадаптація школярів, яка заважає соціалізації дитини, гармонійному розвитку особистості, перешкоджає подальшій успішності у навчанні, загальній соціально-психологічній адаптації. Тому знаходження шляхів, подолання шкільної деадаптації є важливою проблемою теорії психологічної науки і педагогічної практики.

У процесі емпіричного дослідження використано комплекс взаємодоповнюючих методик, спрямованих на вивчення рівня адаптації та причин деадаптованості молодших підлітків. У дослідженні брали участь учні п'ятих класів від 10 до 12 років. Учням було запропоновано комплекс методик а саме: опитувальник «Соціальна адаптованість» (СА); методика визначення особистісної адаптованості школяра до зовнішнього та внутрішнього світу (А. В. Фурмана); методика діагностики соціально-психологічної адаптації К.Роджерса і Р. Даймонда; методика діагностування міжособистісних стосунків «Соціометрія» Морено; проективна методика «Дерево» Джона та Даян Лампен (модифікований варіант Л.П.Пономаренко).

За результатами опитувальника «Соціальна адаптованість» виявлено, що серед досліджуваних підлітків 8,1% респондентів з високим рівнем адаптованості, 54,1% – з середнім, 32,4% – з низьким та 5,4% з дуже низьким рівнем адаптованості. Отже, серед підлітків переважає середній рівень адаптованості. Але значна частка підлітків має низький рівень адаптованості, також є підлітки з дуже низьким рівнем соціальної адаптованості. Низький рівень адаптованості може збільшувати ризик деадаптації, коли внутрішні психологічні проблеми ускладнюють процес соціалізації.

За результатами методики діагностики соціально-психологічної адаптації К.Роджерса і Р. Даймонда 70,2% підлітків від загальної кількості мають високий рівень адаптації, серед яких більшість – дівчата. Серед хлопців спостерігається дещо нижчий рівень адаптованості.

Явище неадаптованості серед підлітків п'ятих класів має місце серед 24,4% учнів, з яких 8,1% – у дівчат, та 16,2% – у хлопців. Спостерігається, що рівень неадаптованості також вищий у хлопців. Деадаптованість виявилася лише у 5,5% підлітків-хлопців.

За показниками адаптованості за видами соціально-психологічної адаптації виявлено, що високий рівень адаптованості спостерігається у 13,5% підлітків, з яких 11,8% хлопців та 15% дівчат. Середній рівень адаптованості мають 37,8% підлітків, з яких 13,5% – хлопці та 24,3% – дівчата. Низький рівень адаптованості мають 18,9% підлітків, з яких 5,5% – хлопці, та 13,5% – дівчата.

Можна відзначити, що результати діагностики виявлено різницю у співвідношеннях показників адаптованості у хлопців та дівчат. Тому зазначимо, що рівень адаптованості у дівчат дещо вищий, ніж у хлопців.

Співвідношення показників адаптованості у дівчат та хлопців подано на рисунку 1.

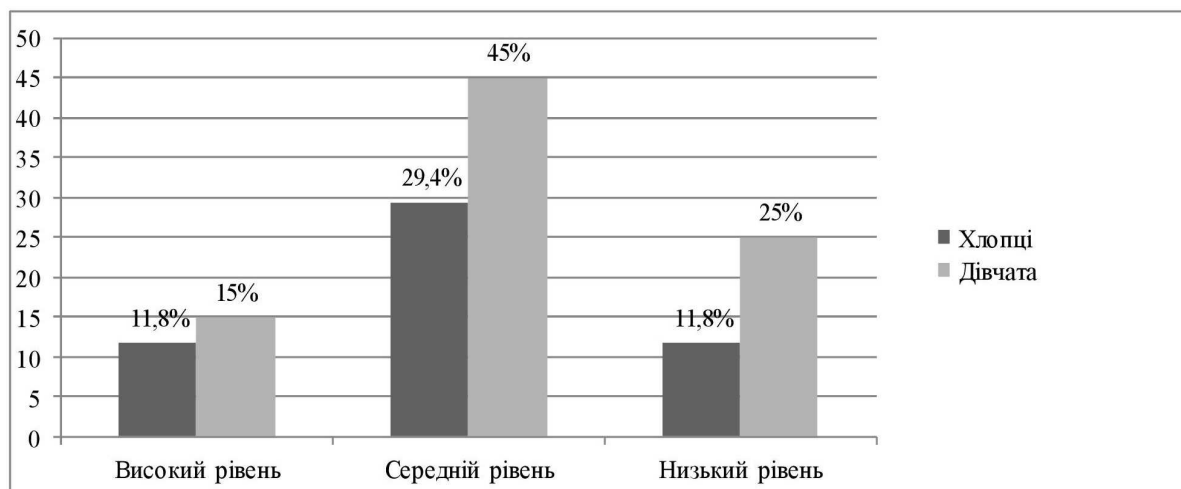


Рис. 1. Показники адаптованості серед хлопців і дівчат

Показник неадаптованості включає в себе очевидний і неочевидний рівні функціонування особистісної адаптації. Результати методики засвідчили неочевидну неадаптованість у 24,3% підлітків, з яких 5,5% – хлопці та 2,7% дівчат. Очевидна неадаптованість виявилася у 16,2% підлітків, з яких 10,8% хлопців та 5,5% дівчат.

Також спостерігається різниця у показниках неадаптованості в хлопців та дівчат. Явище неадаптованості значно переважає у хлопців.

Показник дезадаптованості включає в себе ситуативний, очевидний, критичний і суперкритичний рівні функціонування. В ході дослідження нами виявлено 5,5% підлітків з ситуативною дезадаптованістю. Дезадаптація спостерігалася лише у хлопців.

За результатами методики особистісної адаптованості школяра до зовнішнього та внутрішнього світу А. В. Фурмана виявлено, що явище дезадаптації в підлітковому віці спостерігається лише у 5,5% підлітків, більшими є показники неадаптованості – це 24,3%, а нормальна адаптованість виявилася у 69,8% досліджуваних. Також виявилися гендерні відмінності у процесах адаптованості підлітків, вони полягають у тому, що дівчатам притаманний переважно середній та високий рівні адаптованості, тоді як хлопцям – низький, та явище ситуативної дезадаптації виявилось лише у хлопців.

Досліджувалась кореляція впливу соціометричного статусу на схильність до дезадаптації. Знання соціального статусу члена групи, становище кожного учня в системі міжособистісних стосунків вкрай важливі при аналізі дезадаптуючих ситуацій. Для того, щоб пояснити можливі причини дезадаптації, а саме чи може впливати соціальний

статус підлітка у групі на процес його адаптації. Тому ми провели соціометричне дослідження, використовуючи методику "Соціометрія" Дж. Морено.

Підліткам було запропоновано 4 запитання: "Кого б ти запросив на свій день народження?", "Кого б ти не запрошував до себе на день народження?", "Якби тебе переводили в інший клас, з ким із теперішніх однокласників ти б хотів там вчитися?", "Кого б ти не взяв з собою вчитись в інший клас?".

Зроблено порівняння результатів соціометрії та методики особистісної адаптованості школяра до зовнішнього та внутрішнього світу А. В. Фурмана і виявилось, що підлітки, які входять в групу ризику, тобто мають високі показники неадаптованості та дезадаптованості мають статус відторгнутих та ізольованих в класі. Також виявилось, що підлітки з числа прийнятих також мають проблеми з соціальною адаптацією, але їх кількість є не великою. Також помічено різницю у позиціях, які займають підлітки чоловічої та жіночої статті. Виділили, що дівчата є більш згуртованими і мають більш позитивні соціальні статуси в класі, ніж хлопці.

Таким чином, прослідковується залежність соціальної позиції учня та процесу його успішної адаптації до соціального середовища. Отже, чим краще місце займає підліток серед своїх однолітків, тим краще проходить його адаптація в новому середовищі. Але, соціометричний статус у групі однолітків не може бути єдиним або визначним чинником соціальної дезадаптації підлітків.

Для підтвердження явища дезадаптації підлітків ми провели проєктивну методику «Дерево» Л.П.Пономаренко яка спрямована на виявлення рівня адаптованості учнів, рівня особистісної тривожності та самооцінки. Дітям пропонується бланк із зображенням дерева, на якому у різноманітних позиціях зображені чоловічки. Учні повинні відзначити чоловічка, з яким вони себе ідентифікують. В залежності від обраної позиції діагностуються комунікативні навички, адаптованість, навчальна мотивація, рівень самооцінки та особистісної тривожності. Доцільність методики обумовлена можливістю діагностування учнів одразу за двома критеріями.

Перший критерій – це наявне в даний момент соціальне положення підлітка в класі, учні визначають своє місце в наявних на теперішній час, на їх думку, групових умовах. Другий – бажане власне соціальне положення в класі, підлітки прояснюють своє уявлення про бажане ними соціальне положення в класі, про своє бажане місце в ньому.

Інтерпретація результатів виконання проєктивної методики "Дерево" проводиться виходячи з того, які позиції вибирає дитина, з положенням якого чоловічка ототожнює своє реальне і ідеальне

положення, чи є між ними відмінності. Найбільшу увагу ми приділили першому критерію виборів, оскільки він показує наявне (реальне) становище підлітка.

Отримано такі результати з першого критерію по групам позицій, тобто як підліток бачить своє положення серед однолітків у класі: № 10, 15 – комфортний стан, нормальна адаптація – 12 виборів; № 20 – часто вибирають, як перспективу, діти із завищеною самооцінкою і установкою на лідерство – 2 вибори; № 9 – мотивація на розваги – 3 вибори; № 19, 18, 11, 12, 16 – комунікабельність, дружня підтримка – 7 виборів; № 8 – характеризує усунення від навчального процесу, відхід у себе – 3 вибори; № 1, 3, 6, 7 характеризує установку на подолання перешкод – 8 виборів; № 13, 21 – замкнутість, тривожність, відчуженість – 2 вибори.

Групи позицій поділено на чотири блоки, які характеризують рівень адаптації:

I. Блок це позиції – ці вибори характеризують позитивні показники адаптації, її високий рівень. Загальна кількість таких виборів складає 56,8%.

II. Блок це позиції – ці вибори характеризують позитивні показники адаптації, її середній рівень. Загальна кількість таких виборів складає 21,6%.

III. Блок – ці вибори характеризують низький рівень адаптації, оскільки у підлітків ще не сформовані установки на дорослий спосіб життя, а також психологічна нестійкість, низька самооцінка. Загальна кількість таких виборів складає 16,2%.

IV. Блок – ці вибори характеризують неадаптованість підлітка. Загальна кількість таких виборів складає 5,4%.

Підлітки надали перевагу позиціям, що свідчать про нормальний рівень їхньої адаптованості. Також високі показники серед інших отримали позиції, які засвідчують про наявність підлітків з низьким рівнем адаптації. Інтерпретація значень позицій пояснює низький рівень підліткової адаптації, як явище, що зумовлене несформованістю, в нашому випадку, навчальних мотивів, також значним чинником є відчуття самотності і відкинутості, що спричинює замкнутість підлітка у собі, обмеженість соціальних контактів, можна відзначити, що це притаманне особистості підлітка і зумовлене явищем підліткової кризи. Також в досліджуваній групі виявилися 5,4% підлітків, які обрали позиції, що свідчать про їхню дезадаптованість, що проявляється в замкнутості, тривожності, відчуженості, відсутності контактів з однолітками.

Найбільшу кількість виборів отримала позиція, що свідчить про прагнення підлітків комфортно відчувати себе в соціальному середовищі, про бажання розширення соціальних контактів тощо. Підлітки також віддали перевагу таким позиціям, що свідчать про

позитивні установки в комунікативній сфері, а також потребу у встановленні дружніх зв'язків з однолітками, вираженні себе.

**Висновки.** Отже, більшість учнів підліткового віку мають оптимальний рівень адаптації, але є підлітки, які потребують допомоги, з якими потрібно проводити корекційну роботу, значна кількість підлітків мають середній та низький рівень адаптації. Також є дезадаптовані підлітки, які потребують спеціальної допомоги. Здебільшого явище дезадаптації зумовлене негативним соціальним статусом підлітка у групі однолітків, низькою самооцінкою та зміною вимог до особистості підлітка, як навчальних, так і соціальних. Дезадаптованість значною мірою пов'язана з психологічними особливостями підліткового віку, з переходом підліткової кризи, зміною соціального статусу від дитячого до статусу дорослого.

**Перспективи подальших досліджень.** Проведене емпіричне дослідження не вичерпує всіх аспектів досліджуваної проблеми. Перспективними, на нашу думку, є питання вивчення окремих компонентів структури соціальної адаптації підлітків, подальше вдосконалення змісту соціальної адаптації особистості в основних інститутах соціалізації дитини відповідно до мінливих умов життя суспільства, виявлення механізмів даного процесу; профілактики соціальної дезадаптації підлітків на всіх перехідних етапах розвитку; можливості розвитку адаптивності як особистісної якості.

#### **Список використаних джерел**

1. Галецька І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації / І. Галецька // Вісник Львівського університету. Серія «Філософські науки». – 2003. – Вип. 5. – С. 433-442.
2. Зверева І. Д. Соціальна робота / соціальна педагогіка: Понятійно-термінологічний словник / І.Д.Зверева. – К.: Етносфера, 1994. – 119 с.
3. Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / І.Д.Зверева. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 336 с.
4. Фурман А.В. Умови успішності адаптації учнів до середньої ланки загальноосвітньої школи в системі позакласної диференціації / А.В.Фурман // Психологія. республ. наук.-метод. збірн. – 1992. – №38. – С. 63-73.

#### **Spisok vikoristanih dzherel**

1. Galec'ka I. Samoefektivnist' u strukturi social'no-psihologichnoï adaptacii / I. Galec'ka // Visnik L'vivs'kogo universitetu. Serija «Filosofs'ki nauki». – 2003. – Vip. 5. – S. 433-442.
2. Zvereva I. D. Social'na robota / social'na pedagogika: Ponjatijno-terminologichnij slovník / I.D.Zvereva. – K.: Etnosfera, 1994. – 119 s.



3. Social'na pedagogika: mala enciklopedija / I.D.Zvereva. – K.: Centr uchbovoї literaturi, 2008. – 336 s.
4. Furman A.V. Umovi uspishnosti adaptacii uchniv do seredn'oї lanki zagal'noosvitn'oї shkoli v sistemi pozaklasnoї diferenciacii / A.V. Furman // Psihologija. republ. nauk.-metod. zbirn. – 1992. – №38. – S. 63-73.

**Didyk N. M. Diagnosis of Social and Psychological Adjustment of Adolescents.** The article provides an insight into the specific problems posed by social and psychological adaptation of adolescent school students. Social adaptation is active human adjustment to the conditions of the social environment through the assimilation of norms, values, and behavior patterns that prevail in society. It involves integration into human society, in which the process of the formation of identity and role behavior, capacity for self-control, adequate connections, and relationships takes place. Psychic adaptation is a process of interaction of the individual with the environment in which a person should take into account the peculiarities of the environment and actively influence the latter to ensure the satisfaction of his/her basic needs and establishment of essential relationships.

The paper discusses the findings from diagnostic studies conducted among teenage students as to the estimated level of their social and psychological adaptation. Average adaptability level is found to be prevalent among the respondents.

However, a significant proportion of adolescents has a low level of adaptation, there are also teenagers with very low social adaptability. Low levels of adaptation can increase the risk of social exclusion when the internal psychological problems complicate the process of socialization.

Mostly the social exclusion phenomenon is caused by the adolescent's negative social status in his/her peer group, low self-esteem and changing requirements of the young individual, both educational and social. Social exclusion is largely associated with the psychological characteristics of adolescence, transition to a teenage crisis, changes in social status from child to adult.

The greatest difficulty in social adaptation of adolescents is associated with their inability to resolve personal conflicts arising from adolescent crisis; flawed relations with their classmates, teachers; lack of awareness of themselves as part of the group; low self-esteem; and difficulties in communicating with their peers.

**Key words:** social and psychological adaptation, adolescence, social exclusion, socialization, social adaptation, diagnostics, methods, adaptability, functioning level, integration, social status.

Отримано 20.04.2015 р.