МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

магістра

на тему **«ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В ЗАКЛАДАХ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ»**

Виконала: студентка 2 курсу, групи 8.2313-сп-з-дн
спеціальності 231 «Соціальна робота»
освітньої програми «Соціальна педагогіка»
А.О. Мотика

Керівник: доцент кафедри соціальної педагогіки
та спеціальної освіти, кандидат педагогічних наук,
доцент М. О. Гладиш

Рецензент: доцент кафедри соціальної педагогіки
та спеціальної освіти, кандидат педагогічних наук,
доцент О. Г. Лещенко

Запоріжжя
2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра соціальної педагогіки та спеціальної освіти
Рівень вищої освіти магістерський
Спеціальність 231 «Соціальна робота»
Освітньо-професійна програма «Соціальна педагогіка»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри _____
«____»_____2024 р.

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ

Мотиці Анжеліці Олегівні

1. Тема роботи: «Психолого-педагогічні особливості соціальної адаптації дітей підліткового віку в закладах професійно-технічної освіти»
керівник роботи Гладиш М.О., канд. пед. наук, доцент
затверджена наказом ЗНУ від «20» лютого 2024 року № 316-с

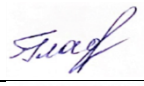
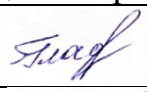
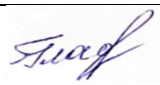
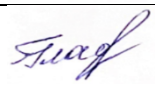
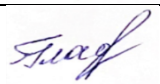
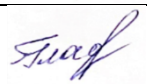
2. Строк подання студентом роботи: 02.12.2024 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали педагогічної практики

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) охарактеризувати соціальну адаптацію та її особливості у дітей підліткового віку; проаналізувати вітчизняний та зарубіжний досвід щодо формування соціальної адаптації у дітей підліткового віку в закладах професійно-технічної освіти; здійснити діагностику особливостей соціальної адаптації підлітків у закладах професійно-технічної освіти.

5. Перелік графічного матеріалу: рисунків – 5, таблиць – 3 з результатами дослідження

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Гладиш М.О.		
Розділ 1	Гладиш М.О.		
Розділ 2	Гладиш М.О.		
Висновки	Гладиш М.О.		

7. Дата видачі завдання: _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	грудень-лютий	виконано
2	Написання вступу	березень	виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень	виконано
4	Робота над другим розділом	червень-серпень	виконано
5	Написання висновків	вересень	виконано
6	Оформлення додатків	жовтень	виконано
7	Оформлення роботи, рецензування	листопад	виконано
8	Захист	грудень	

Студент _____ Мотика А.О.

Керівник роботи  Гладиш М.О.

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер __ _____ __ Лещенко О.Г.

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 60 с., 5 рисунків, 3 таблиці, 2 додатки, 87 джерел.

Об’єкт дослідження: соціальна адаптація учнів закладів професійно-технічної освіти.

Предмет дослідження: чинники та особливості соціальної адаптації учнів до навчання у закладах професійно-технічної освіти

Мета дослідження: дослідити особливості, чинники, умови та перебіг адаптації учнів до навчання у закладах професійно-технічної освіти.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, систематизація, узагальнення), емпіричні (анкетування, бесіда, порівняння, експеримент).

Теоретичне значення роботи полягає у комплексному вивчені умов для формування соціальної адаптації у підлітків в закладах професійно-технічної освіти.

Практичне значення роботи полягає в розробці рекомендацій щодо супроводу процесу соціальної адаптації учнів у закладах професійно-технічної освіти.

Галузь використання: установи професійно-технічної освіти, позашкільні заклади.

СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ, ПІДЛІТКИ, ЧИННИКИ ТА ОСОБЛИВІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ.

SUMMARY

Motyka A. O. Psychological and pedagogical features of social adaptation of adolescent children in vacational education institutions

The qualification work consists of an introduction, 2 sections, conclusions, a list of references (87 titles, 2 of them in a foreign language), 3 tables, 5 illustrations, and 2 appendices on 15 pages.

The problem of social adaptability of an individual in a new society is quite important and relevant. Adaptive capabilities of a subject in a new environment are considered by many sciences and cover a variety of issues: from medical and biological (study of anatomical and physiological changes in the body as a result of environmental changes) to philosophical aspects (adaptation to spatial and temporal changes).

The purpose of the study is the features, factors, conditions, and course of students' adaptation to studying in vocational education institutions.

The object of research is the social adaptation of students in vocational education institutions.

The subject of the study – factors and peculiarities of social adaptation of students to studying in vocational education institutions.

The objectives of the study:

1) to carry out a theoretical analysis of the problem of adaptation of freshmen to studying in educational institutions;

2) to identify the features of successful social and socio-pedagogical adaptation of adolescent students to study in vocational education institutions.

3) to determine the factors and conditions of social adaptation of students to study in vocational education institutions;

4) to develop psychological and pedagogical recommendations for supporting the process of social adaptation of students in vocational education institutions.

5) to study the features, factors, conditions and course of students' adaptation to studying in vocational education institutions.

Section 1 "Theoretical foundations of the social adaptation in vocational education institutions" considers the essence, the content, the forms and types of social adaptation, as well as the peculiarities of social adaptation of adolescents.

Section 2 "Study of Social Adaptation of Students in Vocational Education Institutions" identifies the peculiarities of the organisation and methods of studying the social adaptation of students in vocational education institutions.

Keywords: social adaptation, adolescents, factors and features of social adaptation.

ЗМІСТ

Вступ…… 8
Розділ 1. Теоретичні основи соціальної адаптації в закладах професійно-технічної освіти……...……..……. 11
1.1. Соціальна адаптація: сутність, зміст, форми та види 11
1.2. Особливості соціальної адаптації дітей підліткового віку 21
1.3. Умови соціальної адаптації в закладах професійно-технічної освіти..... 30
Розділ 2. Дослідження соціальної адаптації учнів в закладах професійно-технічної освіти……..... 34
2.1. Організація та методика дослідження соціальної адаптації учнів у закладах професійно-технічної освіти…….....……... 34
2.2. Аналіз результатів дослідження соціальної адаптації учнів у закладах професійно-технічної освіти ……..…… 43
Висновки 58
Список використаних джерел 61
Додатки……..…. 70

ВСТУП

Останнім часом в Україні відбуваються суттєві політичні, соціальні та економічні зміни. Варто зазначити, що умови сьогодення для самореалізації особистості значно ускладнилися, розширився діапазон громадських очікувань та оцінок. Проте, дедалі більшого значення набуває здатність людини до нетипових та нестандартних вирішень проблемних ситуацій. Саме тому проблема соціальної адаптованості особистості у новому соціумі є досить важливою та актуальною. Адаптивні можливості суб'єкта у новому для нього середовищі розглядаються багатьма науками і висвітлюють різноманітні питання: від медико-біологічних (дослідження анатомо-фізіологічних змін організму в результаті змін середовища) до філософських аспектів (пристосування до просторових та часових змін).

Соціальну адаптацію учня до умов нового навчального закладу та нового колективу, а також слід розуміти як процес його активного пристосування до конкретного середовища у вигляді нового викладацького та учнівського колективу, адміністрації і керівництва освітнього закладу.

При вступі до закладів професійно-технічної освіти, кожен учень неодмінно стикається з низкою проблем, пов'язаних з недостатньою психологічною готовністю до нових умов навчання. Зокрема, різке включення в нове для себе соціальне середовище в поєднанні з недостатнім рівнем сформованої здатності до психологічної саморегуляції діяльності спричиняє втрату сформованих раніше позитивних настанов і відносин, призводить до соціально-психологічної дезадаптації особистості. Наслідками даної дезадаптації є різноманітні розлади поведінки, стан зниження активності у навчанні, тощо. І навіть попри значну увагу дослідників-практиків до проблеми адаптації учнів до навчання у закладах освіти, не тільки не знижує актуальність дослідження даної проблеми, а навпаки ставить ще більшу кількість запитань, що потребують уваги психологів, зокрема з

соціальної психології.

У сучасній вітчизняній соціології та психології проведено багато досліджень, присвячених різним психологічним аспектам особистісного розвитку учнів та їх професійної діяльності. Детальний аналіз особливостей соціально-психологічної адаптації учня до нового колективу показує, що одним із найскладніших питань цієї проблеми є пошук шляхів та засобів подолання перешкод у процесі взаємодії учня з групою. Важливі аспекти соціально-психологічної адаптації, зокрема ті, які тісно пов'язані з особистісною, комунікативною та мотиваційною стороною психічної активності, зображено у наукових дослідженнях Г. Балла, Н. Бастун, Л. Закутської, О. Киричука, Г. Ложкіна, С. Максименка, А. Прихожан, А. Фурман та ін. Соціально-педагогічна адаптація розглядається в роботах М. Гладиш, А. Капської, М. Чайковського та ін. Проблема впливу соціально-психологічного оточення на мікрорівні та макрорівні детально розглядається в працях О. Ельконіної, Н. Колизаєвої та ін.

Об'єкт дослідження – соціальна адаптація учнів закладів професійно-технічної освіти.

Предмет дослідження – педагогічні умови соціальної адаптації учнів до навчання у закладах професійно-технічної освіти.

Мета дослідження – дослідити особливості, чинники, умови та перебіг адаптації учнів до навчання у закладах професійно-технічної освіти.

Для досягнення мети дослідження необхідно виконати наступні **завдання:**

1) Провести теоретичний аналіз проблеми адаптації першокурсників до навчання у закладах освіти;

2) Виявити особливості успішної соціальної та соціально-педагогічної адаптації учнів підліткового віку до навчання у закладах професійно-технічної освіти.

3) Виокремити педагогічні та психолого-педагогічні умови успішної соціальної адаптації учнів до навчання у закладах професійно-технічної освіти;

4) Визначити рівні соціальної адаптації учнів у закладах професійно-технічної освіти.

Методи дослідження: соціально-психологічне опитування, теоретичний аналіз психолого-педагогічної, соціально-психологічної літератури з питань соціальної адаптації учнів у новому колективі, метод вивчення документів, метод спостереження, методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда.

Практична значимість дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути застосовані в діяльності соціально-психологічних служб закладів освіти, профорієнтаційній роботі з майбутніми учнями або при роботі викладачів та майстрів закладу з студентськими групами.

Робота пройшла апробацію на матеріалах, розроблених на основі кваліфікаційної роботи, які були представлені у тезисах ІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Спеціальна освіта та соціальна інклюзія: виклики ХХІ століття» (м. Запоріжжя, 21 листопада 2024 р.) з відкритим доступом.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ В ЗАКЛАДАХ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ

1.1. Соціальна адаптація: сутність, зміст, форми та види

Розвиток людини є складним і багатогранним процесом, що формується під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників. До зовнішніх належать природне та соціальне середовище, в якому перебуває людина, а також спеціально організована діяльність, спрямована на виховання у дітей певних особистісних якостей. Внутрішніми факторами є біологічні та спадкові особливості, властиві кожній людині [12].

Розвиток дитини – це перетворення його з біологічного індивіда в соціальну істоту – особистість, що означає проходження процесу соціалізації. Соціальна адаптація – це процес входження особистості в соціально-рольові зв’язки і відносини, оволодіння нею соціальними нормами, правилами, цінностями, соціальним досвідом, соціальними відносинами і діями [8, с. 7-14].

Життя людини від початку до кінця можна розглядати як процес пристосування до навколишнього середовища. Соціальна адаптація передбачає входження особистості в суспільство, під час якого формується самосвідомість, рольова поведінка, здатність до самоконтролю, а також встановлення адекватних зв’язків і відносин. Психологічна адаптація полягає в пристосуванні до вимог суспільства через узгодження власних цінностей і переконань із загальноприйнятими нормами.

На сьогодні існує безліч визначень, які відображають різні аспекти адаптації. Однак здебільшого її розглядають як процес пристосування організмів до умов життя [76].

Соціальна адаптація – це динамічний процес пристосування до соціального середовища, спрямований на підтримання та досягнення гармонійного балансу між внутрішнім станом особистості й зовнішнім оточенням як у теперішньому, так і з огляду на майбутнє. Успіх адаптації визначається переважно не стільки характеристиками та об'єктивними особливостями ситуації, скільки індивідуальними ресурсами людини, а також адекватністю та ефективністю стратегій їх використання. Здатність до адаптації поєднує в собі природний інстинкт самозбереження та набуті життєві навички [1].

Соціально-психологічна адаптація – це своєрідна інтегральна форма суб'єктної активності, що є результатом виходу суб'єкта за межі об'єктивних вимог діяльності. Вона, як інтегральна властивість особистості, визначає характер її ставлення до дійсності, виявляється і реалізується у взаємодії, взаємостосунках особистості й соціального оточення в процесі діяльності [15].

Соціальна адаптація – це процес пристосування індивіда до умов соціального середовища, що включає формування гармонійної системи взаємин із соціальними об'єктами, гнучкість у виконанні рольових функцій, інтеграцію в соціальні групи, освоєння стабільних соціальних умов, а також прийняття норм, цінностей і форм взаємодії нового соціального середовища. Адаптація може проявлятися у вигляді акомодації (повне підкорення вимогам середовища без критичного осмислення), конформізму (вимушене підкорення умовам середовища) або асиміляції (усвідомлене й добровільне прийняття норм і цінностей середовища, засноване на особистій солідарності) [6]. Цей процес тісно пов'язаний із засвоєнням різних соціальних ролей, адекватним сприйняттям себе та своїх соціальних зв'язків, і є ключовим етапом соціалізації особистості. Порушення адаптації проявляється у вигляді асоціальної поведінки, залежності від алкоголю чи наркотиків.

У сучасних дослідженнях провідною є думка, що дослідження адаптації нині має вестися через призму складного механізму соціалізації особистості, який

місить засвоєння людьми нових соціальних ролей, формування мотиваційної сфери, сприйняття індивідами себе, свого оточення, станів та утворень [75].

Соціальна адаптація – це взаємозумовлений процес пристосування індивіда до соціального середовища і пристосування суспільства до потреб особистості через їх задоволення. Відповідність між рівнем соціальних потреб і рівнем їх задоволення визначає рівень соціальної адаптації.

Так, один із засновників теорії соціальної педагогіки в Україні А. Капська зазначає, що поняття «адаптація» використовується для визначення процесу, в ході якого відбувається пристосування суб'єкта до нового середовища (розвиток явища у часі, накопичення його елементів); рівноваги, котра встановлюється між суб'єктом і середовищем; результату пристосування (адаптованість як якісний етап в даному процесі); мети, що ставить перед собою суб'єкт (адаптування до нових умов) [2, с.8].

Виділяють такі компоненти соціальної адаптації: соціально-побутова, економічна, комунікативна, регулятивна і самореалізація.

Соціально-побутова адаптація – пристосування індивіда до нових умов життя, побуту, що передбачає поліпшення його становища, психологічного самопочуття, узгодженість із намірами, інтересами, уподобаннями. Особливо це стосується осіб, які проходять реабілітацію у спеціалізованих закладах, відірвані від сім´ї і звичайного способу життя [29].

Економічна адаптація здійснюється зазвичай в нових соціально-економічних умовах життя і стосується всіх цільових груп населення. У такому випадку держава законодавчо регулює її механізми на різних рівнях соціального захисту населення через надання пільг, субсидій, допомог тощо. У більш вузькому розумінні слова соціальна адаптація здійснюється в умовах безробіття шляхом працевлаштування, перекваліфікації чи підвищення кваліфікації, а також надання допомоги з безробіття, соціально-психологічної підтримки і допомоги [31, с. 184-198]. Економічна адаптація залежить від задоволення фізіологічних потреб людей

(якісне харчування, одяг тощо).

Комунікативна адаптація спрямована на пристосування особистості до нових взаємозв'язків і стосунків, розвиток соціальних навичок, умінь і соціальної компетентності. Це особливо важливо для позитивної адаптації осіб з адиктивною поведінкою, клієнтів, які пережили посттравматичний стрес або екзистенційні кризи. Ефективність комунікативної адаптації залежить від інтеграції людини у здорове соціальне середовище, зберігаючи при цьому її індивідуальність і унікальність. Особи з інвалідністю потребують прийняття свого стану, формування активної життєвої позиції та зосередження на своїх збережених можливостях і потенціалі. Соціальна адаптація є важливою при залученні людини до різних сфер суспільного життя, розширенні її кола контактів і розвитку диференційованої поведінки, яка відповідає її потребам і особливостям психічного стану [75].

Регулятивна адаптація пов´язана з життєвими циклами людини, переходом від одного віку до іншого, перебігом різних життєвих подій і змін, що потребують формування нових якостей характеру, рис особистості та вимог до суспільства, яке має забезпечувати гідне існування громадян. Особливо важливою соціальна адаптація виявляється для статево-рольових взаємовідносин і взаємостосунків на різних вікових стадіях життя людини. Регулятивна адаптація пов´язана із задоволенням потреб у безпеці й повазі [76].

Самореалізація – рівень задоволення духовних потреб особистості, реалізації творчого потенціалу. Соціальна адаптація до нової життєвої ситуації чи умов життя здійснюється через активізацію сильних сторін особистості, самореалізацію в трудовій діяльності чи творчості, розширення кругозору і світогляду, подолання екзистенціальних проблем [77].

Відповідно до умов, які її викликають, розрізняють такі види соціальної адаптації клієнтів соціальних служб: соціальна адаптація до статусу «клієнт соціальної служби»; соціальна адаптація до реабілітаційного соціального фону,

який створює соціальна служба; соціальна адаптація до нових соціальних взаємозв´язків і взаємостосунків; допомога в соціальній адаптації до нових умов праці, проживання, відпочинку тощо.

У психологічній науці предметом вивчення є психологічна адаптація (психічна адаптація, адаптація особистості), яка трактується як зміна, перебудова психіки індивіда (психології особистості) під впливом об'єктивних чинників середовища. Під психологічною адаптацією розуміють зміну форми або змісту психічних реакцій зі зміною енергетичних, динамічних та інформаційних характеристик зовнішніх або внутрішніх подразників психіки. Проблему психічної (психологічної) адаптації відображено у працях Л. Виготського, Б. Асмолова, Г. Балла, І. Кона, А. Петровського, П. Просецького, В. Семиченко та інших [24].

В умовах соціально-економічної кризи успішність, адекватність і конструктивність соціально-психологічної адаптації визначають тенденції соціального те економічного розвитку суспільства. Адаптивність є одним з визначальних і діагностичних критеріїв психічного здоров'я й самоактуалізації й чинників успішної самореалізації. Соціально-психологічну адаптацію, її чинники та механізми різноаспектно й багатопланово вивчають з огляду на соціальну та соціально-економічну значущість проблеми [2]. Науковці досліджували особливості адаптації в умовах звичайних життєвих ситуацій, стресу, життєвої кризи, однак різні психологічні концепції розглядають різні чинники соціальної адаптації. Провідне місце в сучасних дослідженнях соціальної адаптації належить теоретичним підходам когнітивно-біхевіорально-феноменологічної орієнтації.

Соціально-психологічна адаптація є процесом активного пристосування до вимог середовища. З позицій системного підходу це явище треба розглядати як безперервний процес взаємозумовлювального впливу людини та її соціального оточення, успішність і адекватність якого залежить як від індивідуально-психологічних особливостей, так і від чинників середовища. Адаптація

відбувається шляхом поєднання неусвідомлюваного та свідомого моделювання власної поведінки як індивідуальної стратегії та ситуативної тактики з метою досягнення бажаного результату. На формулювання бажаної мети та способів її досягнення впливають зовнішні та внутрішні соціальні регулятори. Зовнішніми соціальними регуляторами є норми поведінки, правила, вимоги та побажання й очікування щодо поведінки. Внутрішніми соціальними регуляторами є інтереси, потреби, ціннісні та сенсожиттєві орієнтації, які разом визначають життєві цілі, критерії оптимуму соціальної адаптації та індивідуально прийнятні способи й форми соціальної адаптації [4, с. 20-24]. Психологічними чинниками, які визначають особливості соціальної адаптації, є психологічні властивості особистості, індивідуальні когнітивні стилі опрацювання інформації, копінг-стратегії та способи й тенденції емоційно-поведінкового реагування залежно від ступеня соціальної адаптації.

Процес соціальної адаптації є певною послідовністю психологічних реакцій на об’єктивну ситуацію, які виявляються в поведінці, спрямованій на розв’язання специфічного завдання [3]. Визначення критеріїв успішної соціальної адаптації є надзвичайно складним завданням, оскільки адаптованість охоплює не лише об’єктивно встановлену рівновагу чи суб’єктивне відчуття задоволення соціальною ситуацією, але й передбачає відсутність негативних наслідків у майбутньому та забезпечення особистісного розвитку. Механізм соціальної адаптації залишається малодослідженим, адже загальний процес являє собою складну систему взаємопов’язаних підсистем, де зміни в одній викликають реакції в інших. Ці реакції можуть позитивно, негативно або нейтрально впливати на характер і результативність адаптації. До загальних критеріїв успішності соціальної адаптації належать суб’єктивне оцінювання свого стану адаптованості, позитивний емоційний фон, наявність перспектив для подальшого розвитку та позитивна ретроспективна оцінка адаптації через певний проміжок часу. Дослідження закономірностей соціальної адаптації зосереджене на розумінні

взаємодії людини із середовищем та пошуку способів підвищення індивідуальних можливостей для успішного пристосування [5].

К. Левін, дослідження якого ґрунтувалися на розумінні поведінки як функції особистості й ситуації, на підставі аналізу індивідуальних особливостей стратегій адаптації до зміни ситуації, визнав важливість соціального контексту як потужного стимулятора або засобу обмеження поведінки. Проведені В. Мішел у 60-х роках дослідження взаємозв'язків особистісних рис із певними поведінковими показниками виявили відсутність статистично значущих кореляцій і крос-ситуативну неузгодженість [4]. Для розуміння й прогнозування специфічних особливостей реакцій, стверджує В. Мішел, необхідно розглядати поведінку не крізь призму особистісних рис, а шляхом аналізу когнітивної компетентності, стратегій опрацювання інформації, цілей, суб'єктивних очікувань та поведінкових стратегій, сформованих у процесі соціального научіння. Принцип суб'єктивної інтерпретації (Е. Аронсон, С. Гоббфол, Р. Лазарус, К. Левін, Р. Нісбетт, Ж. Піаже, Л. Росс) стверджує важливість індивідуального досвіду, когнітивних стратегій для інтерпретації значущості ситуації та необхідних зусиль і способів адаптації. Ефективність адаптації визначається кількістю доступних адаптивних стратегій, вмінням їх застосовувати, креативністю у виборі найбільш доцільних моделей поведінки та гнучкістю, необхідною для змін за потреби. Серед ключових особистісних факторів соціальної адаптації виділяються інтелект (особливо соціальний), егоідентичність, самоефективність, самоактуалізація та відчуття когеренції. Ці індивідуально-психологічні характеристики формують потенційну адаптивність людини, яка дозволяє, незалежно від складності ситуації чи її суб'єктивного сприйняття, мобілізувати власні ресурси, ефективно моделювати оптимальні стратегії поведінки та адаптивно реагувати на зміни обставин. Адаптивність, як індивідуальна властивість і характеристика, виступає своєрідним буфером, що сприяє успішній соціальній адаптації, самореалізації та особистісному розвитку [17, с. 207-215].

Соціальну адаптацію забезпечує регуляція взаємин із зовнішнім світом; механізмом адаптації, регуляції та саморегуляції є індивідуальний досвід, який полягає в накопичених індивідом знаннях, уміннях і навичках, можливостях інтерпретувати події минулого та сучасного і самого себе в контексті цих подій, взаємодії з навколишнім світом [5]. Опосередковує взаємодію людини і світу когнітивна репрезентація як суб'єктивне сприйняття, яке є пусковим елементом початку адаптації і триває як акцептор результату дії протягом цілого процесу адаптації. Суб'єктивне оцінювання здійснюється на підставі критеріїв особистісного інтерпретаційного комплексу як полімодальної сукупності суджень, самооцінок, оцінок, стереотипів, що сформувалися шляхом суб'єктивних узагальнень, та раціоналізації в умовах індивідуального розвитку.

Оцінка ефективності та адекватності адаптації може ґрунтуватися на критеріях самооцінювання або експертного оцінювання; відповідність індивідуальної системи оцінювань соціально прийнятним критеріям не завжди відображає успішність адаптації [45].

Критерії ефективності адаптації як результату пристосування до середовища можуть стосуватися різних сфер:

1) афективної – особливості емоційних реакцій, переживань та почуттів, ступінь емоційного комфорту;

2) поведінкової – особливості копінгу, адекватність докладених зусиль, соціальна прийнятність поведінки, гнучкість та швидкість реагування;

3) когнітивної – самооцінювання відповідності результату запланованому;

4) особистісної – самооцінювання результату адаптації, способу її досягнення відповідно до власних ціннісних орієнтацій та самооцінювання;

5) соціально-психологічного контексту – відповідність усталеним соціальним нормам, соціальним цілям.

Будь-яка адаптація є інтегративним виявом взаємодії значної кількості чинників, що одночасно існують в умовах системи, яка перебуває в ситуації

нестійкої рівноваги. Крім того, розуміння адаптації як напруженої системи (К. Левін) потребує докладнішої уваги до окремих психологічних властивостей особистості, які впливають на соціальну адаптацію. Ці психологічні властивості є різною мірою стабільні, гнучкі чи ригідні, і саме ці властивості визначають конструктивність стратегій адаптації. Головною передумовою ефективної соціальної адаптації є психологічне здоров'я. Психологічне здоров'я – це психологічний стан, який відображає рівень здатності людини до реалізації та розвитку власного потенціалу. До сфери психологічного здоров'я належать потреби, ціннісні орієнтації, інтереси, почуття, ментальність, ідентичність, сенсожиттєві орієнтації, відчуття когеренції, самоактуалізація, Я-концепція. Психологічне здоров'я визначає потенціал і ресурсність соціальної адаптації. Стрижневим елементом психологічного здоров'я є ідентичність, яка виявляється системою переконань щодо власної особи, світу та сенсу життя [46].

Отже, теоретичним підґрунтям досліджень є трюїзм про позитивний вплив психологічного здоров'я на соціальну адаптацію. Дослідження спрямовано на теоретичне розроблення та експериментальне обґрунтування моделі соціально-психологічної адаптації. Відповідно до цієї мети, завдання дослідження – вивчити факторну структуру соціально-психологічної адаптації, її зв'язок із особистісними рисами, самоефективністю та відчуттям когеренції. У дослідженні застосовано комплекс методик: соціально-психологічної адаптації Роджерса й Даймонд, п'ятифакторний питальник (адаптація – Л. Бурлачук, Д. Корольов), шкала самоефективності Р. Шварцера (адаптація – І. Галецька), депресивності, відчуття когеренції А. Антоновського, особистісний питальник «міні-мульт» [47].

О. Безпалько зазначає, що соціальна адаптація особистості – це атрибутивна властивість суб'єктів соціальної життєдіяльності, що реалізується шляхом інтерпретації внутрішніх та зовнішніх інформаційних моделей соціального буття з погляду їхньої відповідності адаптивним установкам, які не суперечать розумінню оточуючої дійсності та були: цілеспрямовано сформовані зовні; стихійно засвоєні

в процесі соціалізації; відкриті самостійно [41, с. 9]. Автор зазначає, що будь-яка адаптація, у тому числі й соціальна, – це складова соціалізуючого процесу, яку необхідно розглядати в діалектичній єдності двох діяльностей: зовнішньої – матеріально-духовної, яка спрямована переважно на зміну умов зовнішнього середовища, та внутрішньої – суб'єктивно-психічної, спрямованої перш за все, на перетворення внутрішнього світу суб'єкта. Тому важливий компонент соціальної адаптації – це узгодженість оцінок, особистих можливостей і прагнень індивіда з цілями, цінностями соціального середовища [54, с. 89].

Соціальна адаптація є динамічним системним процесом, ефективність якого залежить від взаємодії людини й ситуації. Об'єктивні властивості ситуації, без сумніву, впливають на її успішність і на психологічні механізми, які лежать в основі поведінкових стратегій, спрямованих на пристосування. Однак саме суб'єктивне оцінювання ситуації є визначальним і стрижневим елементом соціальної адаптації. Суб'єктивна оцінка стосується як визначення параметрів ситуації та її особистісної значущості, так і власної спроможності подолання ситуації. Індивідуально-типологічні властивості впливають на адаптивні можливості, однак у дорослому віці цей вплив не є прямим, а опосередковується системою переконань та наявних копінг-стратегій. Переконання щодо власної самоефективності та самозарадності, як і зрозумілості та сенсовності світу, є виявом того психологічного ресурсу, який забезпечує успішність соціальної адаптації. У разі високого та низького рівнів адаптивності факторна структура засвідчує про відмінності застосовуваних стратегій. Без сумніву, сприятливим для соціальної адаптації є формування позитивних переконань щодо власних можливостей та ресурсів, хоча питання впливу адекватності таких переконань залишається нез'ясованим [56]. Оптимальним для соціальної адаптації є прийняття себе та інших у поєднанні з прагненням реалізувати власні ресурси та переконанням щодо самоефективності й сенсовності власного життя.

Психологічний зміст поняття «адаптація» є значно ширшим, ніж у

біологічних науках, завдяки соціальному звучанню, а саме: необхідністю пристосування особистості до нового соціального середовища, а також значущості пристосування різних видів активності особистості.

У широкому сенсі «адаптація» – це динамічне утворення, результат і процес пристосування організму чи особистості до умов зовнішнього середовища, а також властивість будь-якої саморегуляційної системи (біологічної, соціальної або технічної), що полягає в здатності пристосування до умов зовнішнього середовища, яке постійно змінюється [59, с. 8]. Це розуміння конкретизується на рівні філософського, соціально-психологічного, педагогічного та психолого-педагогічного видів аналізу.

На філософському рівні адаптацію визначають як процес активної взаємодії саморозвиненої та самокерованої системи (організм, популяція тощо) з середовищем у напрямі підвищення стійкості способів розвитку цієї системи в певних умовах середовища [58, с. 2].

Отже, після розгляду певних підходів до вивчення адаптації виявляється, що соціальна адаптація – це одна з умов розвитку індивідуальності. Показником соціальної адаптації є зіставлення цілей і результатів, що є основою аналізу самодосягнення діяльності.

1.2. Особливості соціальної адаптації дітей підліткового віку

Аналіз підліткового віку – одна з найбільш дискусійних проблем вікової психології: терміни його початку і закінчення, психологічний зміст провідної діяльності, перелік новоутворень - всі ці аспекти неоднозначно тлумачаться вітчизняними і зарубіжними психологами. Іноді цей період цілком відносять до числа кризових, хоча питання про неминучість кризи та її тривалість є також дискусійним [86].

Підлітковий вік характеризується виходом дитини на якісно нову соціальну позицію, пов’язану з пошуком свого місця в суспільстві: підліток починає інтенсивно рефлексу вати на себе, на інших, на суспільство, інакше розставляються акценти – сім’я, школа, однолітки набувають нових значень і смислів. Порівняння себе з дорослими і молодшими дітьми приводить підлітка до висновку, що він вже не дитина, а радше дорослий: він починає відчувати себе дорослим, прагне до визнання оточуючими його самостійності і значущості [66].

Вивчення питання адаптації особистості є безумовно актуальним у контексті тих інтенсивних трансформацій, які переживає сучасне світове, і особливо українське, суспільство. Нестабільність (часом навіть непередбачуваність) соціальних процесів висуває підвищені вимоги до особистості, якій доводиться враховувати зовнішньо зумовлені соціальні вимоги, тобто змінюватися, і зберігати при цьому основні власні внутрішні настанови та переконання, інакше кажучи, залишатися у відносно стійкій рівновазі. Особливо це стосується підліткового та студентського періодів, що пояснюється віковими та соціальними змінами, відсутністю на цьому етапі системи адекватного реагування організму на нові умови соціального середовища й діяльності. Психологічна непідготовленість до нових соціальних умов негативно впливає на загальний стан здоров’я підлітків й студентів, виникає стан емоційного напруження, яке, як відомо, може стати патогенною основою різних захворювань і передумовою асоціальної поведінки у підлітків і студентів.

Соціальна адаптація – це своєрідна інтегральна форма суб’єктної активності, що є результатом виходу суб’єкта за межі об’єктивних вимог діяльності [79]. Соціальна адаптація завжди включає когнітивний рівень адаптації особистості, де тісно переплетені і являють динамічну єдність, як власний життєвий досвід підлітка, так і його творчий потенціал. При визначенні основних показників механізмів адаптації ми розглядали її як таку, динамічну структуру яку складають принаймні три фази :

- перша фаза – аналіз власних адаптивних можливостей та складності ситуації;

- друга – висунення та обгрунтування своїх ідей, гіпотез та моделювання поведінки і моделі ситуацій;

- третя – їх послідовна реалізація.

Особлива роль в процесі адаптації підлітка належить як його адаптивним властивостям, вмінню сприймати й аналізувати ситуацію навчання та життєдіяльності, так і бажанню, готовності, вмінню реалізувати свої задуми в конкретній практичній діяльності. Соціальна адаптація грунтуються на аналізі та розумінні всієї ситуації, вмінні відшукувати загальний принцип (підхід) до вирішення конкретних завдань, здатність проаналізувати, передбачити та спланувати порядок їх виконання, підібрати засоби, за допомогою яких можливе досягнення успіху. Таким чином, основними показниками механізму соціально-психологічної адаптації є здатність аналізувати та співставляти внутрішні і зовнішні умови життєдіяльності, здатність конструювати і творчо підходити до їх планування та реалізації, готовність послідовно здійснювати свої задуми, оцінюючи та аналізуючи їх результати. Соціальна адаптація, як інтегральна властивість особистості, визначає характер її ставлення до дійсності, виявляється і реалізується у взаємодії, взаємостосунках особистості й соціального оточення в процесі діяльності.

Зовнішні (нові умови, життєві обставини, дії оточуючих людей тощо) і внутрішні (індивідуально-типологічні, особистісні) чинники здійснюють вплив на процес адаптації підлітка не безпосередньо, а через структурні компоненти «Я-образу» підлітка. Причини, що впливають на ускладнення адаптивної діяльності у підлітковому віці зумовлюють і формування психічного новоутворення – відкриття внутрішнього «Я», усвідомлення своєї унікальності та неповторності [81, с. 22-23].

Характер, змістовна наповненість, інтенсивність, стійкість та якість

адаптації визначаються співвідношенням взаємозв'язку між компонентами моделі адаптивної діяльності підлітка, а саме: змістовно-інформаційним, когнітивним, цільовим, мотиваційно-потребовим, емоційним, комунікативним, результативним, оцінним, поведінковим, корекційним.

Саме в підлітковому віці адаптивні механізми розвинуті недостатньо. Тому підлітки важко адаптуються до нових умов життєдіяльності. Крім того, труднощі процесу адаптації підлітків підсилюються кризовістю та критичністю цього вікового етапу у розвитку особистості, що виражається у підвищеній тривожності, пов'язаній з особливостями самооцінки, необхідністю вибору майбутньої професії, у труднощах входження у доросле життя, непідготовленістю до виконання нових соціальних ролей, суперечностями у сфері спілкування тощо [27].

Внутрішні чинники успішності адаптації пов'язані з особливостями темпераменту та ознаками адаптивності: особистісний самоконтроль, індивідна саморегуляція, сензитивність, самореалізація, інтелектуальна активність, психодинамічна ергічність і пластичність, здібності до досягнення. Адаптивною психодинамічною властивістю є активність, а неадаптивною – емоційність [83].

Основні психологічні потреби підлітка – прагнення до спілкування з однолітками, прагнення до самостійності і незалежності, до «емансипації» від дорослих, до визнання своїх прав з боку інших людей [66].

В особистісній структурі адаптивних підлітків центральним компонентом, який відображає якісно самоконтроль поведінки, психічного і соматичного стану є особистісний самоконтроль та активність, неадаптивних – такий компонент відсутній.

Механізм соціальної адаптації особистості виступає як єдиний процес діяльності, спілкування, самосвідомості в соціальній діяльності людини, коли відбувається перетворення її внутрішнього світу, реалізація прихованих можливостей, які допомагають повноцінно включитися в процеси соціальної

адаптації, як активності, особистості. Соціальна самосвідомість особистості виступає як механізм соціальної адаптації, при якій відбувається формування й усвідомлення своєї соціальної приналежності й ролі.

Існують такі механізми соціальної адаптації особистості:

1) когнітивний що включає всі психічні процеси, пов'язані з пізнанням: відчуття, сприймання, уявлення, пам'ять, мислення, уява і т.д.;

2) емоційний, що включає в себе різні моральні почуття і емоційні стани;

3) практичний, поведінковий, що пропонує певну спрямовану діяльність людини в соціальній практиці.

Соціальну адаптацію можна охарактеризувати, як відсутність переживання конфлікту із середовищем. Соціально-психологічна адаптація – це процес подолання проблемних ситуацій особистістю, в ході якого вона використовує набуті на попередніх етапах свого розвитку навички соціалізації, що дозволяє їй взаємодіяти з групою без внутрішніх або зовнішніх конфліктів, продуктивно виконувати провідну діяльність, виправдовувати рольові очікування, і, при всьому цьому, самоствердж уватися, задовольняючи свої основні потреби [55, 144 с.].

Вміти пристосовуватися до умов соціального середовища необхідно людині будь-якого віку. Вікові особливості підлітка часто ускладнюють його адаптацію в різних соціальних умовах. Старший підлітковий вік – це час довготривалого переходу дитини до дорослості. Він характеризується фізіологічними змінами, інтенсивним процесом психічного та особистісного розвитку. Зміни, які відбуваються з підлітком, ним усвідомлюються та переживаються, у нього формується нове ставлення до себе, змінюється самооцінка. В цей період розвитку особливого значення для підлітка набуває спілкування з однолітками, проте актуальним залишається благополуччя в стосунках із дорослими, те, наскільки вони розуміють його, приймають його [59].

Головною особливістю підлітка є особистісна нестабільність. Саме в цей час підліток заявляє про себе, як про особистість. Протилежні риси, прагнення,

тенденції, які співіснують і борються один з одним, визначаючи суперечливість характеру і поведінки. Саме це найчастіше і стає найбільш конфліктною стороною при спілкуванні підлітків з більш старшими людьми.

Підлітковий вік – це один з визначальних етапів у житті людини. Це період починань та подальшого становлення особистості, яке відбувається по-різному, залежно від індивідуально-психологічних особливостей особистості [66].

Підлітковий вік багатий драматичними переживаннями, труднощами і кризами. У цей період складаються, оформляються стійкі форми поведінки, риси характеру, способи емоційного реагування. Це пора досягнень, стрімкого нарощування знань, умінь, становлення Я, набуття нової соціальної позиції. Разом з тим, це вік втрат дитячого світовідчуття, появи почуття тривожності і психологічного дискомфорту [67, с. 59-60].

При дорослішанні дитини відбувається її становлення, готовність до життя у дорослому суспільстві, як рівноправного учасника життя.

Таким чином, нова для підлітка позиція виявляється:

- у зовнішньому вигляді;

- у манерах (як частина поведінкової ідентифікації зі своєю статтю);

- копіюванні відносин (як частина статевої ідентифікації);

- включенні в доросле інтелектуальне життя (участь у таких галузях життя, як наука, мистецтво, самоосвіта);

- допомозі у вирішенні щоденних побутових проблем (наприклад, щоденні обов’язки по господарству, допомога втомленою на роботі мами).

Одночасно з цими проявами виникає відчуття дорослості – ставлення підлітка до себе, як до дорослого, відчуття себе дорослим (як особлива форма самосвідомості). При цьому треба відзначити про те, що підліток усіма відомими і доступними для нього методами намагається показати, що він є такою ж вагомою і значущою частиною суспільства, як і всі, хто його оточує, але всі ці докази створюються для отримання додаткових прав, яких у нього / неї раніше не було, а

не для отримання додаткових обов’язків [64, с. 48-49].

Всі раніше висловлені переживання і призводять до найбільш помітних і відомих усім дорослим конфліктів дорослий – підліток. Треба врахувати, що завищені вимоги до себе і оточуючих – це всього лише результат самоствердження підлітка в його новій якості, а не прояв його найбільш негативних рис характеру, які дорослі пов’язують з наявністю таких же негативних рис у родичів підлітка.

Самоствердження – це тривалий та складний процес, під час якого людина сама усвідомлює себе як цілісну і гармонійну особистість. Самоствердження відбувається шляхом вибору стратегії самоствердження [70, с. 29].

Завдяки самоствердженню людина може знаходити спосіб набуття сенсу життя. Це саморозкриття себе, як особистості і постановка свого місця в житті. Пошуки стратегій самоствердження і адаптації підлітка залежать від впливу однолітків і особливо сімейного мікроклімату.

Важливо відзначити й те, що у підлітковому віці відбувається інтенсивне вивчення самого себе. Цей процес пов’язаний із спостереженням за собою та навколишнім світом. Підліток може абстрагуватись на деякий час від захоплень, від спілкування з друзями і зануритись у самого себе, тобто вивчати свій темперамент, характер і можливості. Дослідження власної особистості може призвести до багатьох відкриттів свого потенціалу, до чого також потрібно адаптуватись [61].

Здатність особистості адаптуватися до соціального середовища є однією із запорук її успішного входження в колектив, а як наслідок – внутрішнього комфорту. Адже завданням освіти на сучасному етапі є формування такої особистості, яка буде впевнено почуватися у будь-якому колективі, вірити у власні можливості, знаходити спільну мову з різними людьми. Саме тому так важливо приділяти багато уваги питанню соціальної адаптації особистості на початку її навчання [26].

Слід зрозуміти, що для учнів це не лише зміна навчального закладу, а перш за все – зміна соціального статусу: перехід від дитинства до дорослого життя. А доросле життя вимагає досвідченості, відповідальності за свої вчинки, вміння спілкуватися з різними людьми [77, с. 67].

Щодо спілкування, саме на цьому етапі найчастіше виникають проблеми, адже сучасні підлітки часто не можуть знайти спільної мови із однолітками та дорослими. Причин цього можна назвати безліч: зловживання комп'ютером – одна із головних. Коли підліток починає занадто захоплюватись віртуальним спілкуванням, то згодом розуміє, що знайти друзів у віртуальному світі значно легше, аніж у реальному житті. Така дитина замкнена у собі, не прагне порозумітися із своїми однолітками, а тому стає об'єктом насмішок, погано вчиться [76].

На шляху до дорослого життя підліток переживає багато суперечностей, досягнень і, часом, певних втрат, які підліток повинен пережити з якомога меншими фізичними та психологічними затратами. Відзначимо, що найменші затрати людина може пережити завдяки адаптації та стресостійкості. Здатність до адаптації є надзвичайно важливою характеристикою у житті кожного підлітка, на якого чекають такі стресові та важливі випробування як незалежне зовнішнє тестування, вступ до ВНЗ, входження у самостійне життя. Підлітку у цей час потрібно брати на себе відповідальність та пристосовуватись до нових умов життя, коли здатність до адаптації може відіграти визначальну роль у житті [6, с. 55].

Етичні та моральні переконання формуються під впливом різних чинників і тому дуже різноманітні. Часто формуються помилкові, незрілі, і навіть аморальні уявлення. Підлітки схильні вибирати своїми кумирами сильних, мужніх, сміливих людей. Привабливими для них можуть стати не тільки книжкові пірати і розбійники, але і цілком земні місцеві хулігани. Наслідуючи їм, підлітки, самі того не розуміючи, переходять ту небезпечну грань, за якою сміливість обертається

жорстокістю, повага до себе – насиллям над іншими [88, с. 34].

Холодність, відчуженість батьків у ставленні до підлітка, конфлікти між батьками, фізичні покарання мають негативний вплив на формування свідомості.

Щоб завоювати довіру і повагу підлітків, уникнути негативних сторін дорослості, треба поважати індивідуальність кожної дитини, підтримувати їхнє прагнення до самостійності, максимум спілкування, розуміння, необхідно розвивати відчуття турботи про інших людей [25, с. 2].

У підлітковому віці відбуваються кардинальні перетворення в різних сферах психіки, значним змінам піддається мотиваційна сфера, сфера потреб. Розходження між виникаючими потребами та обставинами життя, що обмежують їх реалізацію, характерно для кожної вікової кризи. Тільки в перехідному періоді виникають та оформлюються моральні переконання, актуалізується таке новоутворення, як самовизначення, що характеризується усвідомленням себе в якості члена суспільства і конкретизується в суспільній позиції [78, с. 12-18]. Саме в цьому віці існує можливість чинити педагогічний вплив, тому, що внаслідок недостатнього морального досвіду дитини моральні переконання знаходяться в нестійкому стані.

Важливим компонентом соціальної адаптації є узгодженість оцінок, особистих можливостей і домагань індивіда з цілями та цінностями соціального середовища. При цьому важливу роль у процесі соціальної адаптації відіграє адаптаційний потенціал людини, який можна визначити як ступінь можливостей особистості ввійти в нові умови соціального середовища або в умови, що постійно змінюються. Адаптаційний потенціал пов’язаний з адаптивною підготовкою особистості, тобто тими уміннями та навичками пристосування, які індивід набуває в процесі життєдіяльності [81, с. 23].

Оптимальними умовами для соціальної адаптації підлітків мають бути розвиток та підтримка інтересів і здібностей, реалізація індивідуального підходу до навчання й виховання.

1.3. Умови соціальної адаптації в закладах професійно-технічної освіти

Сучасні соціально-культурні, соціально-політичні умови розвитку українського суспільства передбачають модернізацію та трансформацію усіх сфер суспільного буття, зокрема освіти. Відродження соціальної педагогіки як галузі педагогічного знання наприкінці ХХ століття уможливило активізацію наукових пошуків щодо вирішення проблеми соціальної адаптації учнів професійно-технічних навчальних закладів (ПТНЗ) [64]. Нагальне вирішення цього питання актуалізується у зв'язку з конкретними причинами. По-перше, соціально-економічна ситуація України потребує появу висококваліфікованих робітників, здатних створювати якісні продукти матеріальної культури, які б задовольняли потреби наших громадян. Натомість все менше випускників ПТНЗ бажають працювати за отриманими спеціальностями, або ж невідповідально ставляться до виконання своїх професійних обов'язків. По-друге, певна кількість контингенту учнівської молоді – це діти-сироти та напівсироти (соціальні, біологічні) з проявами девіантної, асоціальної поведінки, вихідці з педагогічно занедбаних і матеріально незабезпечених родин, що, у свою чергу, ускладнює навчально-виховний процес ПТНЗ, перешкоджає активній соціальній адаптації учнів. У таких дітей нівелюються сімейні цінності, вони майже неготові до життєдіяльності в певній громаді, суспільстві в цілому. По-третє, необхідно констатувати таку тенденцію, яка змінює пріоритети учнів: різке падіння престижу освіти в учнівському середовищі, у зв'язку з тим, що вона не забезпечує гідний життєвий рівень, не гарантує стабільний заробіток [58].

Одночасно ускладнення умов навчання в закладах профтехосвіти (комп'ютеризація, інформаційне навантаження), і, загалом, нова система професійного навчання, практично відмінна від шкільного, незнайоме соціальне середовище ставить першокурсника у складну ситуацію соціальної адаптації. Активний, позитивний характер протікання останньої залежить як від поведінки

самих учнів, так і від організованого навчально-виховного процесу в певному ПТНЗ, де велику роль відіграє налагоджена система соціального виховання за координування соціального педагога. Натомість, у численних ПТНЗ ще відсутня ця посада, або ж часто соціальний педагог виконує обов'язки соціального працівника, практичного психолога [51, с. 172-173].

Усі ці фактори негативно впливають на соціальний розвиток учнів та ускладнюють його, особливо за відсутності чіткого функціонування певної системи педагогічних умов у ПТНЗ, спрямованих на сприяння соціальній адаптації першокурсників [55, с. 155-159].

Теоретико-методологічне осмислення проблеми соціальної адаптації особистості представлено в працях зарубіжних учених, таких як Г. Айзенк, Г. Гартман, Ф. Знанецький, Р. Мертон, Дж. Мід, Т. Парсонс, А. Первін, Ж. Піаже, Г. Селліван, У. Томас, Л. Філіпс, З. Фрейд, Е. Фромм, Р. Хенкі, К. Хорні, Т. Шибутані. Соціальну адаптацію як активний, складний, суперечливий процес досліджували радянські філософи (Ю. Ган, М. Кджанян, І. Милославова, Л. Растова), психологи (Л. Виготський, І. Кряжева, О. Леонтьєв), педагоги (О. Мороз, І. Насирова). За авторством учених, таких як С. Артемов, Е. Ковальчук, О. Кондратюк, Л. Ларіонова, Н. Ничкало, М. Поплавський, В. Синявський, Н. Тульнов, Л. Шпак, Ю. Янченко, з'явилась низка досліджень, присвячених різним аспектам виховання, адаптації, профілактики девіантної поведінки серед учнівської молоді, випускників ПТНЗ.

Науковці досліджують різноманітні аспекти виховання, специфіку соціального становлення та розвитку учнів ПТНЗ, адаптацію останніх, зокрема сиріт, до навчального процесу. Проте проблема соціальної адаптації учнівської молоді у системі соціального виховання є недостатньо дослідженою. Вивчення педагогічних умов соціальної адаптації учнів ПТНЗ залишається поза науковою увагою [49].

Аналіз сучасних умов, у яких навчаються та виховуються учні ПТНЗ,

суспільне ставлення до цієї проблеми засвідчує наявність протиріч між:

- об’єктивною суспільною і державною потребою у висококваліфікованих робітниках та низькою соціальною адаптованістю учнів у зв’язку з недосконалістю сімейного, соціального середовища, де виховувались юнаки та дівчата, і відсутністю спеціальних технологій у ПТНЗ, спрямованих на подолання соціальної дезадаптованості учнів;

- можливостями ефективного соціального виховання учнівської молоді та падінням престижу навчання в ПТНЗ;

- необхідністю забезпечення сприятливого адаптаційного періоду для першокурсників у ПТНЗ та браком відповідних науково обґрунтованих та експериментально перевірених педагогічних умов [34].

Виходячи з найважливішої сфери становлення особистості, основний зміст процесу адаптації студентів молодших курсів, її ядро можна визначити таким чином:

1) нове ставлення до професії;

2) засвоєння нових навчальних норм, оцінок, способів й прийомів самостійної роботи та інших вимог;

3) пристосування до нового типу навчального колективу, його звичаям та традиціям;

4) навчання новим видам діяльності;

5) пристосування до нових умов побуту у гуртожитку, до нових зразків «студентської» культури, нових форм використання вільного часу.

Під адаптацією в даному дослідженні ми розуміємо продукт саморегуляції, спрямованої на досягнення оптимуму ефективності життєдіяльності, на забезпечення особистісного розвитку або, як мінімум, на збереження цілісності особистості [25].

Підвищення ефективності соціальної адаптації учнів професійно-технічних навчальних закладів забезпечується через упровадження таких педагогічних умов:

- соціально-педагогічне забезпечення професійної готовності педагогічного колективу до вирішення завдань соціальної адаптації учнів професійно-технічних навчальних закладів;

- сприяння самоактивізації першокурсників – неформальних лідерів задля виховного впливу однолітків на соціальну адаптацію учнів професійно-технічного навчального закладу;

- організація спрямованості учнівського самоврядування на вирішення проблем соціальної адаптації першокурсників.

Безперечним є той факт, що не всі люди однаковою мірою успішно адаптуються до змін у навколишньому соціальному середовищі. Зокрема, у вищій школі ряд студентів, які демонструють добру виконавську дисципліну, достатній, або навіть високий рівень успішності, можуть відчувати незадоволеність характером навчання, високу тривожність, пов’язану із спілкуванням з однолітками та викладачами, а також мати низький рівень організаційних здібностей і свідомої регуляції своєї поведінки [55].

Тому головна функція соціальної адаптації студента полягає у адекватному розумінні та прийнятті норм і цінностей нового студентського колективу, які нададуть значні можливості реалізації власного потенціалу в умовах навчання у вищій школі, а також отримання потенційних можливостей для майбутньої соціальної реалізації.

РОЗДІЛ 2
ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧНІВ В ЗАКЛАДАХ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ

2.1. Організація та методика дослідження соціальної адаптації учнів у закладах професійно-технічної освіти

Виховний процес у професійних закладах освіти має будуватися з урахуванням поєднання пізнавальних, навчальних і професійних інтересів молоді, що в подальшому сприятиме професійному становленню учнів. Формувати стійку професійну спрямованість особистості можна лише на основі педагогічного наслідування у вихованні в школі, ЗП(ПТ)О, на виробництві за умови спільної та злагодженої праці педагогічного колективу закладу освіти, колективу підприємства, для якого ці кадри готуються, а також при тісній співпраці з батьками учнів.

Виховання здійснюється диференційовано, відповідно до індивідуальних можливостей, інтересів, нахилів, здібностей вихованців, їх психофізіологічних і сенситивних особливостей, у різноманітних організаційних формах, які забезпечують функціонування безперервного виховного процесу.

Перший рік навчання є важливим. У цей період в учня відбувається багато емоційно-особистісних і когнітивних змін – нерідко кількість цих змін перевищує ту, що припадає на період навчання у професійному освітньому закладі. Вони обумовлені ситуацією нових і незвичних вимог для учня-першокурсника.

Значущість адаптаційного періоду на першому році навчання в навчальному закладі зумовлює актуальність вивчення механізмів регуляції процесів соціальної адаптації здобувачів освіти і вимагає розробки соціально-психологічних засобів формування й корекції соціальної адаптованості учнів перших курсів.

Для оцінки рівня соціально-педагогічної адаптації дітей підліткового віку в закладах професійно-технічної освіти та виявлення сприятливих педагогічних умов забезпечення даного процесу було розгорнуто експериментальну роботу.

Для діагностування труднощів і з'ясування причин дезадаптації першокурсників було проведено соціально-психологічне дослідження методом анкетного опитування, до якого було залучено 60 учнів І курсу ДНЗ «Запорізьке вище професійне училище моди і стилю».

Метою констатувального етапу дослідження являється визначення психолого-педагогічних особливостей соціальної адаптації дітей підліткового віку в закладі професійно-технічної освіти.

Констатувальний етап дослідження містив сукупність завдань, що розв'язувалися поетапно:

- аналіз змісту роботи професійно-технічних навчальних закладів за напрямком соціальної адаптації учнів;

- визначення ставлень учнів до проблеми соціальної адаптації підлітків в умовах професійно-технічного навчального закладу;

- розробка критеріального апарату дослідження (обґрунтування критеріїв та визначення показників соціальної адаптації учнів в умовах професійно-технічного навчального закладу);

- виявлення недоліків у процесі соціальної адаптації учнів в умовах професійно-технічного навчального закладу;

- визначення педагогічних умов соціальної адаптації учнів в умовах професійно-технічного навчального закладу;

- прогнозування завдань експериментальної роботи на формувальному етапі.

Вибірку склали 60 учнів - 2 хлопчиків, 58 дівчинок. За даними соціального паспорту це учні ВПО, діти постраждалі від воєнних дій, діти позбавлені батьківського піклування, сироти та напівсироти.

Опитування учнів проводилось із застосуванням сервісу Google Forms,

шляхом проведення анонімного онлайн-анкетування учнів навчального закладу в кінці жовтня 2024 року.

В опитуванні взяли участь 60 здобувачів освіти І курсу ДНЗ «Запорізьке вище професійне училище моди і стилю».

При відповіді на запитання щодо визначення перших вражень здобувачів освіти на початку навчання в училищі, учням було запропоновано обрати відповідний варіант або написати власний коментар. Аналіз результатів опитування щодо перших вражень здобувачів освіти на початку навчання в училищі представлено в таблиці 1.

Таблиця 2.1.

Аналіз результатів опитування щодо перших вражень здобувачів освіти

№ з/п	Частка учнів, що обрали дану відповідь, %	Варіанти відповідей
1.	33,4%	складнощі з переходом зі шкільного дистанційного навчання на змішане чи очне в училищі
2.	20,5%	складнощі з адаптацією до нового міста
3.	17,1%	великий обсяг теоретичного матеріалу
4.	16,5%	виклики з налагодженням контактів з майстрами в/н та викладачами
5.	12,5%	спілкування в учнівському колективі інше, ніж у школі

Запитання щодо початкових складностей та перешкод, що виникли перед першокурсниками у перші місяці навчання в училищі були представлені учням зі змогою надати власну розгорнуту відповідь.

Основна частина учнів надали відповіді «нічого», «важко відповісти», «не можу сказати конкретно».

Використовуючи можливістю надати розгорнуту відповідь, деякі учні обґрунтували її, зазначаючи складності з адаптацією до нового міста, навчального закладу, освоєння нової системи навчання.

Значна кількість здобувачів освіти зазначили, що є певні виклики з налагодженням контактів з майстрами в/н, викладачами, новими одногрупниками та соціальної адаптації загалом.

Учні особливо вказують на складнощі зі звиканням до змішаного або очного навчання після багаторічного дистанційного навчання у школах чи ліцеях, враховуючи ранні підйоми та поїздки до училища, а також до великого щоденного обсягу теоретичного матеріалу та наявності виробничих практик.

Аналіз зазначених відповідей опитуваних показує, що перехід зі шкільного дистанційного навчання на змішане чи очне в училищі викликав певну низку складностей із адаптацією до нових освітніх умов та викликів. Взявши до уваги молодий вік учнів (15-17 років), такі особливості адаптації є цілком виправданими. Отже, перед викладачами, класними керівниками та майстрами виробничого навчання училища постає підвищена необхідність активно залучатись до розмов з учнями та допомогти їм з вирішенням складностей у перші місяці навчання.

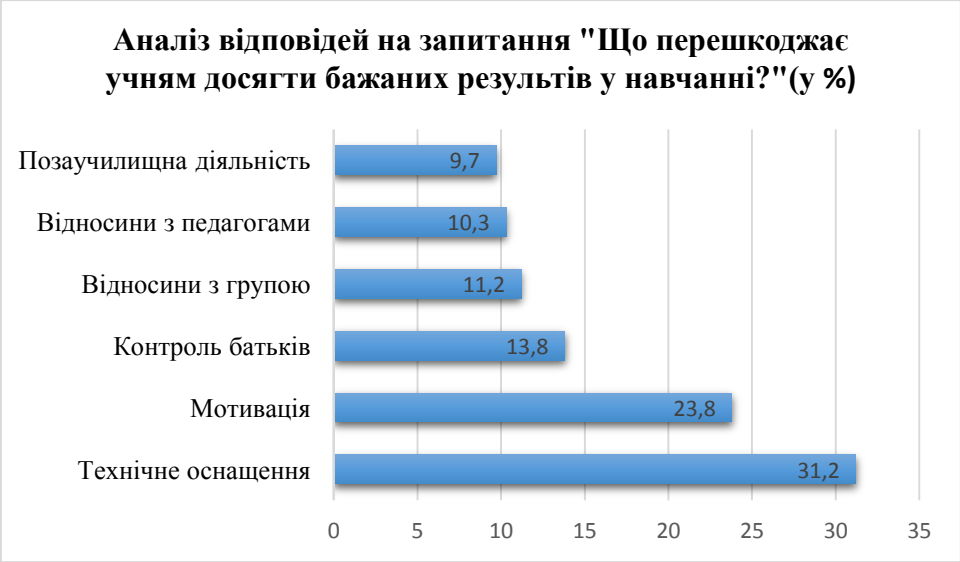


Рисунок 2.1. – Аналіз відповідей на запитання «Що перешкоджає учням досягнути бажаних результатів у навчанні?»

Аналіз відповідей на запитання що перешкоджає учням досягти бажаних

результатів у навчанні показав, що 31,2% відповідей скеровані на варіант «наявність необхідного технічного забезпечення», проте 23,8% відповідей аргументують відсутність правильної мотивації, як основну причину своєчасного виконання завдань, а також відвідування очних занять. Незначна кількість відповідей також стосуються варіантів щодо мінімізації контролю учнів з боку батьків, напружених відносин з групою та педагогічним колективом, активною позаучилищною діяльністю.

Аналізу відповідей на питання щодо задоволеності власними результатами учнів у навчанні поділились майже навпіл, а саме 51,3% респондентів обрали варіант «цілком задоволені», а 48,7% оцінюють свої результати незадовільно.



Рисунок 2.2. – Аналіз відповідей на запитання «Чи задоволені ви вашими результатами у навчанні?»

Дані результати можуть бути аргументовані тривалим дистанційним навчанням у школі та пов’язаними проблемами із засвоєнням навчального матеріалу та, а, також слабкою мотивацією здобувачів освіти до навчання, враховуючи їх безпекову та психологічну нестабільність у зв’язку із військовим станом в країні.

Опитування виявило, що у випадку потреби в отриманні допомоги

(навчальної, організаційної, соціальної, психологічної), здобувачі освіти найчастіше звертаються до друзів (25,9%), до батьків (24,1%) та до одногрупників (15%).

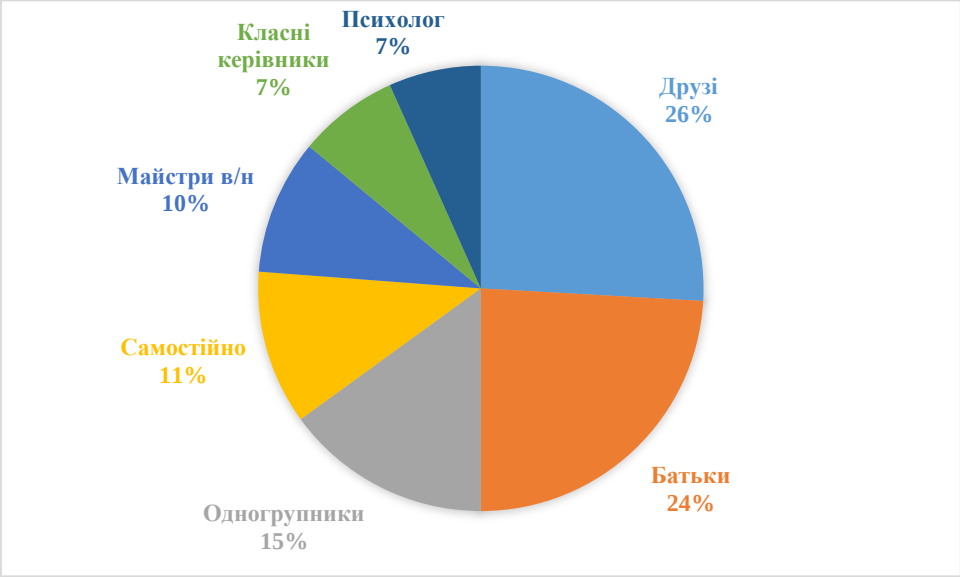


Рисунок 2.3. – Аналіз відповідей на запитання «Які способи вирішення проблем з навчанням та колективом ви обираєте?»

Незначна кількість респондентів (11,2%) зазначають, що по допомогу ні до кого не звертаються, а вирішують особисті питання самостійно. Це свідчить про певну замкнутість учнів, що могло бути спричинено недостатньою соціалізацією з однолітками у школі через виклики та проблеми дистанційного навчання.

Позитивним показником є наявність відповідей, що учні також звертаються до майстрів виробничого навчання (9,8%), до класних керівників (7,3%), а також до психолога (6,7%). Проте зазначені кількісні показники вказують на необхідність підвищеної увагу до замкнутості учнів їх психологічного стану, а особливо позитивної зміни такої ситуації.

Аналіз інформації, отриманої під час проведення опитування, дав змогу оцінити стан адаптації здобувачів освіти І курсу в ДНЗ «Запорізьке вище професійне училище моди і стилю».

Аналіз результатів відповідей учнів на питання щодо адаптації до умов

навчання, викладання та оцінювання знань показав, що більшість здобувачів освіти задоволені якістю навчання, організацією освітнього процесу, переліком та змістом навчальних дисциплін, а також підтверджують об'єктивне оцінювання викладачами т а майстрами виробничого навчання та те, що заняття переважно проводяться в інтерактивній та цікавій формі. Варто відмітити, що виконання значного обсягу самостійних робіт викликало незгоду значної кількості першокурсників. Це свідчить про необхідність проведення додаткових консультацій для учнів щодо виконання самостійних теоретичних та практичних завдань.

Результати опитування допомогли визначити стан адаптації здобувачів освіти І курсів в училищі, а також виявити ключові проблеми, що виникають у період адаптації.

Висновки опитування будуть покладені в основу подальшого розвитку студентоцентрованого підходу у навчанні та вдосконалення виховної та навчальної діяльності ДНЗ «Запорізьке вище професійне училище моди і стилю».

Таке опитування є важливою формою вияву ключових потреб та можливих проблем здобувачів освіти, що виникають у період їх адаптації в училищі, а також реалізації принципу студентоцентрованого підходу у навчанні.

Позитивними результати соціальної адаптації підлітків в закладах професійно-технічної освіти варто вважати: відчуття психологічного комфорту, підвищення соціального статусу в групі, стабілізацію морального та соціально-психологічного стану.

Для реалізації даного дослідження щодо соціально-педагогічної адаптації учнів в умовах закладів професійно-технічної освіти (ЗПТО) були використані методики діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда, за якими визначено рівні соціальної адаптації учнів: достатній, середній, мінімальний.

Рівні сформованості показників соціально-педагогічної адаптації учнів:

- мінімальний рівень передбачає відсутність чи мінімізація проявів показників соціально-педагогічної адаптації учнів. Учні даної групи емоційно нестабільні, часто проявляють агресивність, тривожність, схильні до показових демонстрацій емоційних станів.

- середній рівень сформованості показників соціально-педагогічної адаптації учнів передбачає ситуативний характер проявів. Учні цієї групи не завжди вміють здійснювати саморегуляцію власної діяльності та поведінки. Учні вирізняються ситуативністю поведінки, що виникає під контролем викладача чи в тих ситуаціях, коли безпосередньо учень у цьому зацікавлений.

- достатній рівень передбачає помітність, яскравість та постійність проявів показників соціально-педагогічної адаптації учнів. Учні цієї групи відчувають задоволення від участі в навчально-виховному процесі, демонструють широкий спектр умінь користуватися перевагами середовища навчального закладу, прагнуть брати участь у студентському та громадському житті.

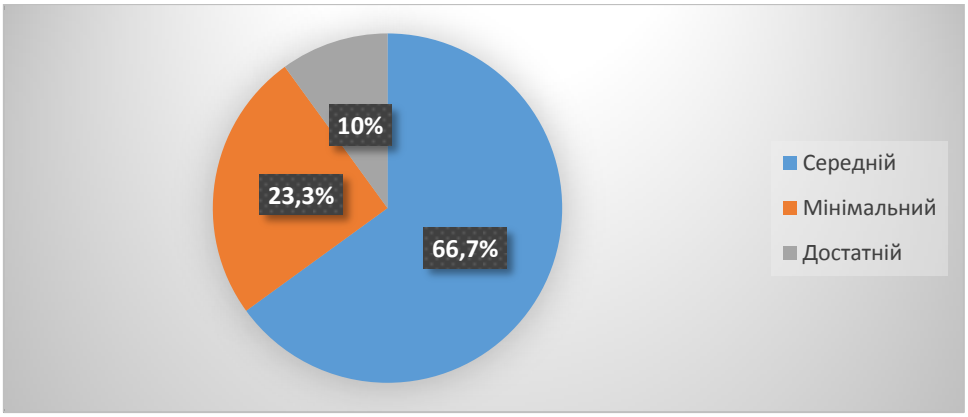


Рисунок 2.4. – Рівні соціально-педагогічної адаптації учнів

У дослідженні приймали участь учні 1 курсу. Встановлено, що на початку навчання в контрольній групі в більшості учнів простежується середній рівень соціально-педагогічної адаптації в умовах ЗПТО (66,7%). Частина учасників показала мінімальний рівень соціально-педагогічної адаптації (23,3%). Достатній

рівень показали менша кількість учнів соціально-педагогічної адаптації (10%).

Аналіз результатів експериментальної роботи та виявлення недоліків у процесі соціально-педагогічної адаптації учнів дозволяє визначити педагогічні умови забезпечення ефективності цього процесу.

До педагогічних умов забезпечення ефективності соціальної адаптації учнів належать такі:

- спрямування роботи училища на створення безбар'єрного середовища для соціально-педагогічної адаптації учнів;

- проведення психолого-педагогічного супроводу соціально-педагогічної адаптації учнів;

- виявлення труднощів взаємодії учнів із викладачами, класними керівниками та майстрами виробничого навчання, проведення семінарів і тренінгів, спрямованих на покращення взаєморозуміння та налагодження співпраці між ними;

- подбати про екзистенційну переоцінку, опанування знань і навичок, які сприяють підвищенню благополуччя та досягненню адаптованості;

- істотне підвищення індивідуальної колективної громадської активності учнів.

- надання консультацій учням для вирішення виявлених психологічних проблем;

- проведення групової роботи: тренінгів, семінарів, котрі сприяли б вирішенню учнями соціальних та психологічних проблем, а також набуттю необхідних навичок для ефективної адаптації до умов навчання.

Отже, ефективність соціально-педагогічної адаптації учнів залежить від створення комплексних педагогічних умов, які включають безбар'єрне середовище, психолого-педагогічний супровід, подолання труднощів взаємодії учнів із викладачами, екзистенційну переоцінку, та підвищення активності учнів. Важливими є також надання психологічних консультацій і групова робота у формі

тренінгів та семінарів для розвитку навичок адаптації. Ці заходи сприяють благополуччю учнів, покращенню їхнього розуміння соціального середовища і навчальних умов, а також налагодженню співпраці з педагогами.

2.2. Аналіз результатів дослідження соціальної адаптації учнів у закладах професійно-технічної освіти

Аналіз результатів дослідження соціальної адаптації учнів у закладах професійно-технічної освіти засвідчив, що перший рік навчання є ключовим у формуванні адаптаційних механізмів, оскільки він супроводжується значними емоційно-когнітивними змінами. Серед основних викликів для першокурсників виділено труднощі переходу зі шкільного дистанційного навчання на очне чи змішане, адаптацію до нового міста, навчального середовища, великий обсяг теоретичного матеріалу, налагодження контактів із викладачами та одногрупниками.

У ході дослідження встановлено, що на констатувальному етапі більшість учнів контрольної групи (20 осіб) демонструють середній рівень соціально-педагогічної адаптації (66,7%), тоді як достатній рівень характерний лише для 3 осіб (10%), а мінімальний – для 7 осіб (23,3%).

Учні експериментальної групи демонструють схожі результати: середній рівень соціально-педагогічної адаптації 60% (18 осіб), достатній рівень характерний для 4 осіб (13,3%), а мінімальний – для 8 осіб (26,7%).

Після впровадження таких педагогічних умов як соціально-педагогічне забезпечення професійної готовності всього педагогічного колективу навчального закладу до вирішення питань та завдань соціальної адаптації учнів та розвиток комунікативних і організаторських здібностей учнів, здатних засвоювати соціальні цінності та розвивати в собі соціальні якості, рівні адаптації змінилися. На

заключному етапі експерименту були отримані наступні результати. Контрольна група: мінімальний рівень соціально-педагогічної адаптації – 16,7%, середній 63,3%, достатній рівень характерний для 20% учнів.

Експериментальна група показала такі результати: мінімальний рівень соціально-педагогічної адаптації – 10%, середній 53,3%, достатній рівень характерний для 36,7%.

Таблиця 2.2.

Рівні соціально-педагогічної адаптації учнів

Групи	Учні	Рівні сформованості показників					
		достатній		середній		мінімальний	
		поч.	зак.	поч.	зак.	поч.	зак.
Контрольна (30 осіб)	осіб	3	**6**	20	**19**	7	**5**
	%	10,0%	**20,0%**	66,7%	**63,3%**	23,3%	**16,7%**
	динаміка	+3 (10,0%)		-2 (6,7%)		-2 (6,7%)	
Експери-ментальна (30 осіб)	осіб	4	**11**	18	**16**	8	**3**
	%	13,3%	**36,7%**	60,0%	**53,3%**	26,7%	**10,0%**
	динаміка	+7 (23,3%)		-2 (6,7%)		-5 (16,7%)	

Більш наочно різницю у сформованості рівнів соціальної адаптації учнів в ДНЗ «Запорізьке вище професійне училище моди і стилю» представлено на рис. 2.5.

На гістограмі представлено динаміку рівнів сформованості показників соціально-педагогічної адаптації учнів у контрольній та експериментальній групах, початкових та заключних етапах дослідження. Можна помітити, як змінилися показники в кожній групі за трьома рівнями.

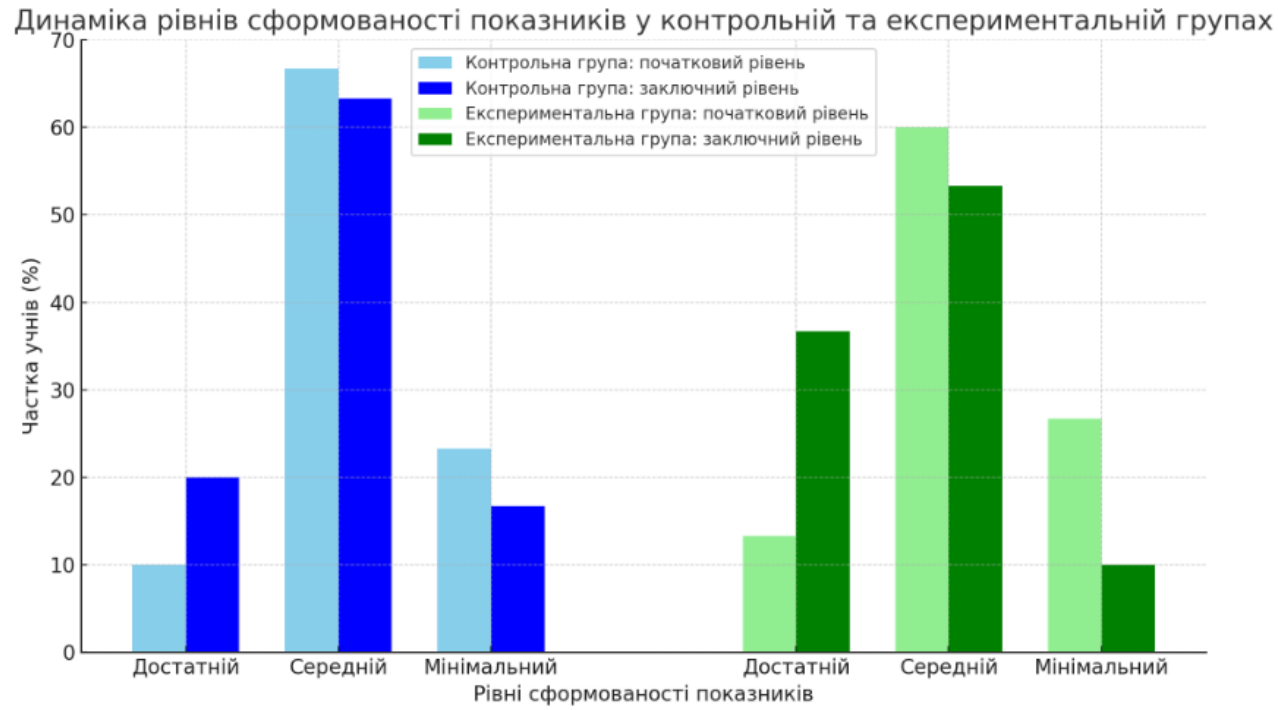


Рисунок 2.5. – Результати сформованості рівнів соціальної адаптації учнів в ДНЗ «Запорізьке вище професійне училище моди і стилю»

Для ефективної адаптації визначено такі педагогічні умови, як створення безбар'єрного середовища, психолого-педагогічний супровід, подолання труднощів у взаємодії з викладачами, проведення тренінгів і семінарів, надання психологічної допомоги та стимулювання активності учнів. Виконання цих умов сприятиме покращенню соціальної інтеграції та підвищенню мотивації учнів до навчання й взаємодії в освітньому середовищі. Саме впровадження цих умов становило формувальний експеримент.

Отже, дослідження адаптації учнів в ДНЗ «Запорізьке вище професійне училище моди і стилю» було спрямовано на вирішення таких основних проблем:

1) Покращення якості освіти, адже розуміння процесів адаптації допомагає удосконалювати навчальні методики та програми, адаптувати їх до потреб учнів та підвищувати ефективність всього освітнього процесу.

2) Визначення та вивчення факторів, що впливають на психологічний стан учнів під час адаптації в училищі.

3) Моніторинг адаптації, який дозволяє своєчасно виявляти можливі проблеми у навчанні та соціальній адаптації, а особливо надавати всю необхідну підтримку учням.

4) Сприяння соціальній інтеграції учнів до училищного середовища, що характеризується розвитком спільноти та підвищенням задоволення від навчання.

Підсумовуючи, варто зазначити, що дослідження адаптації здобувачів освіти в училищі є важливою складовою поліпшення якості навчання, підвищення їх успішності та інтеграції в навчальне та соціальне середовище училища, забезпечення необхідного психологічного комфорту здобувачів освіти.

Так, адаптація учнів-першокурсників до навчально-виховного процесу в училищі – складний процес, який вимагає мобілізації вольових якостей, які характеризують прагнення особистості до досягнення поставленої мети, а саме свідоме регулювання особистістю своєї поведінки, пов’язане з подоланням зовнішніх і внутрішніх перешкод.

Слід зрозуміти, що для учнів це не лише зміна навчального закладу, а перш за все – зміна соціального статусу: перехід від дитинства до дорослого життя. А доросле життя вимагає від них досвідченості, вміння взаємодіяти та спілкуватися з різними людьми, відповідальності за свої дії та вчинки.

Щодо спілкування, саме на цьому етапі найчастіше виникають проблеми, адже сучасні підлітки часто не можуть знайти спільної мови із однолітками та дорослими. Причин цього можна назвати безліч, але зловживання сучасними гаджетами – одна із головних. Якщо підліток починає занадто захоплюватись віртуальним спілкуванням, то згодом розуміє, що знайти друзів у реальному житті значно складніше аніж у віртуальному. Така дитина замкнена у собі, не прагне або не може знайти спільну мову із своїми батьками, однолітками, а тому стає об’єктом насмішок, погано вчиться.

Педагогами постійно повинна проводитися робота з соціальної адаптації підлітків, що спрямована на виховання творчої особистості, впевненої у власних силах, здатної до адекватної самооцінки та активної взаємодії з соціумом.

Ця робота включає в себе:

- виховання емоційної культури підлітків;

- робота з переорієнтації з норм поведінки і цінностей, характерних для дітей, на норми і цінності дорослих;

- створення позитивного психологічного клімату в учнівському колективі;

- створення обстановки, яка ґрунтується на повазі та довірі до учнів, підвищує їх самооцінку;

- розвиток самоусвідомленості підлітка, самокритичності, впевненості у власних силах, здатності до саморегуляції поведінки, вимогливості до себе, відповідальності;

- застосовування методів виховної роботи, які відволікають увагу молоді від шкідливої інформації, яка впливає на свідомість та особистість, виховують людяність, духовність, здатність співпереживати;

- повернення до народних традицій;

- залучення до участі в художній самодіяльності;

- виховання естетичних смаків.

У сприйнятті особистістю загальнолюдських цінностей та виробленні власних ціннісних орієнтацій важливу роль відіграють емоції. Адже усі соціальні цінності сприймаються не лише свідомістю і раціональним мисленням, але й насамперед почуттями та емоціями. Через це на сучасному етапі розвитку педагогічної науки і практики роботи в освіті особливого значення набуває проблема виховання духовної культури особистості та її важливої частини – емоційної культури.

Процес адаптації першокурсника протікає за такими рівнями:

- пристосування до нової системи навчання;

- пристосування до зміни навчального режиму;

- входження в новий колектив.

В цьому процесі виявляються такі труднощі:

- переживання, пов’язані з відходом з шкільного колективу;

- недостатня мотиваційна готовність до обраної професії;

- невміння здійснити психологічну саморегуляцію (відсутність навичок виконання самостійної роботи; невміння конспектувати, працювати на виробничому навчанні чи на виробничій практиці);

- пошук оптимального режиму праці і відпочинку в нових умовах;

- соціально-економічні проблеми у учнів з інших населених пунктів: забезпечення себе житлом і фінансовими засобами, незнання міста, утруднення емоційної підтримки рідних і близьких.

Основними завданнями щодо сприяння адаптації першокурсників до професійної освітнього середовища служить:

- підготовка до нових умов навчання;

- встановлення і підтримка соціального статусу в новому колективі;

- формування позитивних навчальних мотивів;

- попередження і зняття психологічного і фізичного дискомфорту, пов’язаного з новим освітнім середовищем.

Робота, яка розрахована на перший рік навчання учнів і під час якої відбувався формувальний експеримент, безпосередньо проводиться в 3 етапи.

Таблиця 2.3.

Характеристика етапів соціальної адаптації

№ з/п	Етап	Характеристика етапу	Дата реалізації
1.	1 етап	Оцінка соматичного і психологічного статусу першокурсників, їх соціально-психологічна підтримка входження у нову освітню середу, інформування про умови, організацію та зміст навчальної діяльності в закладі освіти,	вересень та жовтень

Продовження табл. 2.3.

		підтримка та допомога у вирішенні поточних проблем класними керівниками та майстрами виробничого навчання, що сприяє зниженню тривожності через зниження ситуації невизначеності	
2.	2 етап	Комплексне індивідуально-психологічне обстеження учнів, вироблення рекомендацій і розробка індивідуальних програм для адекватного засвоєння навчального матеріалу і адаптації першокурсників в новому освітньому середовищі	листопад, грудень
3.	3 етап	Полягає у використанні отриманої інформації для проведення семінарів, індивідуальних і групових консультацій педагогів для запобігання виникнення проблемних ситуацій у навчальному процесі; корекційно-розвивальну роботу з учнями для формування згуртованих учнівських колективів і допомоги дезадаптованим учням; консультацій і освіти батьків учнів, які не адаптувалися до роботи в новому середовищі	другий семестр

Часто приходять вчитися діти, які зростали у такому соціальному середовищі, де не знайшлося людей, серед рідних та педагогів, що допомогли б їм повірити у власні сили, розкрити від природи дані таланти. І як наслідок цього – дитина виросла невпевненою у собі, не маючи віри у власну унікальність.

Велике значення для суспільства має соціалізація особистості, тобто процес свідомого засвоєння людиною моральних цінностей та норм, які існують в даному суспільстві, та її здатність адаптуватися до суспільного середовища, самореалізуватися, а також впливати на суспільні процеси.

Проблема соціалізації є загальновизнаною, а також одним із компонентів багатогранного і складного процесу формування особистості. Емоційна культура підлітків – це сукупність якостей особистості, знань про емоційну сферу людини,

необхідних для її життєдіяльності, комунікативних умінь та умінь реагувати емоційними станами і емоційними реакціями.

Щоб підвищувався рівень емоційної вихованості підлітків, робота педагога повинна бути раціонально організована. Адже виховання емоційної культури зумовлене соціальними умовами життя учня. Педагог може включати учня в різні системи стосунків та спілкування. Створюючи в процесі спілкування і діяльності учня в групі відповідні умови, викладач тим самим впливає на особистість, на її розвиток.

У своїй виховній діяльності педагог повинен враховувати систему чинників, механізмів та умов виховання особистості на конкретному віковому періоді.

Зокрема, необхідно зважати на провідний тип діяльності, що має вирішальний вплив на розвиток особистості, на характер соціальної ситуації розвитку, а також ураховувати основні суперечності психічного та особистісного розвитку підлітка. Все це є основою для добору методів, способів впливу, визначення завдань виховання.

Становлення і розвиток особистості у підлітковому віці зумовлюється якісно новою соціальною ситуацією розвитку. Зміна становища підлітка у суспільстві, підвищення вимог до нього, зміна характеру та ускладнення навчальної діяльності, зростання ролі участі підлітка у різних видах групової діяльності та інші чинники зумовлюють цілий ряд специфічних особливостей у розвитку особистості учнів-підлітків. Тому однією з важливих умов в організації роботи з учнями цього віку по вихованню емоційної культури є врахування суперечливого характеру психічного та особистісного розвитку.

Зокрема, у підлітка виникає суперечливість між його бажаними прагненнями і вимогами дорослості та реальними можливостями, подолання яких стає рушійною силою розвитку. Врахування цієї суперечливості у виховній роботі з учнями цього віку має особливе значення. Тенденція до дорослості та самостійності є важливим явищем в особистісному розвитку підлітка. Вона

пов’язана з його переорієнтацією з норм поведінки і цінностей, характерних для дітей, на норми і цінності дорослих.

У зв’язку з цим педагог повинен адекватно уявляти психологічно обґрунтований рівень розвитку школяра-підлітка.

Підліток має знати, що він відповідає за свої стосунки з іншими людьми, за свою поведінку у різних сферах діяльності, за становлення і саморозвиток свого «Я» та за інших людей.

Важливо, щоб учні брали на себе відповідальність за те, чого від них ніхто не вимагав, виходили за межі актуальної необхідності в потенційну. Важливо спонукати підлітків до проблемного пошуку і формування адекватних критеріїв відповідального виконання обов’язків. Варто допомагати учневі усвідомлювати негативне у власній поведінці та діяльності.

Емоційна атмосфера, сприятлива для розвитку особистості підлітка, також є умовою виховання емоційної культури підлітків. Емоційна атмосфера визначається настроєм, увагою вчителя до своїх вихованців, дітей один до одного і до викладача, розумінням психологічного стану оточуючих людей. Негативний вплив на формування емоційної культури може мати «психологічний клімат», який будується в колективі на засадах несправедливості, приниженні почуття людської гідності, на порушеннях контакту між викладачем і учнем.

Однією з головних причин проблем у спілкуванні викладача з учнями підліткового віку є надмірна авторитарність викладача. Вона виявляється у невмінні вислухати учня та зрозуміти його, стримуванні самостійності та ініціативи учнів, категоричності власних суджень, підвищеній критичності до вчинків оточуючих і недостатньо об’єктивному, самокритичному ставленні до власних. Негативний психологічний клімат у колективі веде до конфліктних ситуацій і закріплює негативні емоції, які можуть передаватися від людини до людини. Будь-яке посягання на гідність особистості може стати причиною депресії або афекту як у вчителів, так і у учнів. Тому варто проводити

психологічні тренінги для педагогів.

Велике значення має як настрій групи в цілому так і настрій кожного учня окремо. Настрій визначається емоційними реакціями оточуючих, їх ставленням один до одного, яке проявляється в словах, міміці, жестах та вчинках. Спілкуючись з батьками, викладачами, одногрупниками, друзями підлітки мимоволі заражаються їх оптимізмом або нудьгою.

Підтримці хорошого настрою в класному колективі сприяють взаємоповага, ввічливість, тактовність по відношенню один до одного.

Усім відомо, як можуть відрізнятися один від одного колективи за зовнішньою поведінкою. В одних колективах емоційні реакції дітей виражаються яскраво, відкрито, а в інших – вираження почуттів відбувається стримано та спокійно. Причому та чи інша поведінка колективу є стійкою. Знаючи це, можна заздалегідь передбачити, як буде вести себе в конкретній ситуації той чи інший колектив.

Особлива роль в установленні позитивного емоційного клімату належить педагогу, його професіоналізму, вмінню впливати на почуття учнів, здібності так захопити дітей, щоб навчання було для них інтерактивним та цікавим. Здатність розуміти настрій учнів і уміння володіти собою, постійний контроль за емоційним станом підлітків та власними емоційними реакціями, прагнення і вміння вносити у стосунки позитивні емоції, засобом виявлення яких є прояв доброти і взаємоповаги, стає позитивним для: створення емоційної атмосфери уроку, яка забезпечує умови для виховання емоційної культури підлітків.

До числа умов виховання емоційної культури підлітків необхідно також віднести задоволення потреби підлітків у спілкуванні.

Встановлено, що з віком потреба у спілкуванні, в розширенні сфери емоційних вражень збільшується. Тому особливо важливо у навчально-виховному процесі створювати всі необхідні умови для задоволення цих потреб підлітків. Класному керівнику або майстру виробничого навчання слід потурбуватися про

організацію спілкування учнів між собою.

Педагог повинен давати можливість кожному учню висловити власну думку, привчаючи одногрупників уважно вислухати його, спробувати зрозуміти, та рахуватися з його думкою. Дуже важливо, висловлювали власну думку тактовно, не ображаючи нікого, щоб учні з повагою ставилися один до одного, на помилки інших вказували обережно, аби того, хто помиляється, не кривдити.

Дотримання етики дискусії допоможе дітям у майбутньому, навчить їх жити серед людей – цінувати, поважати, а особливо водночас ввічливо, але наполегливо відстоювати свої погляди та кордони, не дозволяючи іншим принижувати себе, або ставити нижче ніж інших.

У процесі спілкування на уроці учні відчувають різні емоції: сумнів щодо її правдивості, здивування з приводу почутої незвичайної думки, задоволення від розумових зусиль та ін. Аргументи, що підтверджують неточність або помилковість поглядів, висловлюються спокійно й доброзичливо. Обстановка, яка ґрунтується на повазі та довір'ї до учнів, сприяє їх впевненості в собі, а крім того, стимулює позитивні емоції, на основі яких можуть сформуватися взаємодопомога та чуйність.

Однією з умов виховання емоційної культури підлітків є установка педагога на регулювання емоційного стану й емоційних реакцій учнів на діяння оточуючих і образу власного «Я».

Педагог свою роботу зобов'язаний будувати таким чином, щоб кожен вихованець мав можливість побачити сильні та слабкі сторони своєї особистості, спрямувати зусилля на розуміння свого власного «Я», переконатися в його можливостях.

Підтримуючи прагнення підлітка до дорослості та самостійності педагог створює можливості для соціально цінної спрямованості активності учнів. Така підтримка проявляється у довірі педагога до можливостей підлітка, у нових способах і формах взаємодії з ним, у наданні йому широких можливостей для

прояву ініціативи, творчості, самостійності, а також одночасно, відповідальності. Це винятково важливо для розвитку самоусвідомленості підлітка, розвитку таких якостей, як впевненість у власних силах, вольових якостей і розвитку здатності до саморегуляції поведінки вимогливість до себе, самокритичність, відповідальність.

Умовою виховання емоційної культури підлітків є і накопичення позитивного досвіду, створення в умовах життя ситуацій успіху.

Емоційно вихована людина виростає не з тієї дитини, якій розповідали про кохання, людські радощі та печалі, а з тієї, яка пережила ці емоції у власному житті. Тому неабияке значення у формуванні особи підлітка має педагогічна оцінка. Авторитарний педагог бачить в оцінці насамперед засіб покарання. Проте низькі бали навряд чи сприяють створенню нормальної робочої атмосфери в групі. Низькі оцінки навчальної діяльності спонукають учнів до хитрощів, щоб одержати більш високі. Отже, труднощі в установленні контакту, викликаючи небажані емоційні стани, можуть слугувати поштовхом до розвитку негативних моральних якостей учнів.

Педагог повинен бачити в оцінці перш за все засіб заохочення, виставлена оцінка повинна доповнюватися змістовним словесним оцінюванням. Гуманне ставлення до своїх вихованців дозволить йому в кожному з них помітити й заохотити щось позитивне: в одних – здібність аналізувати окремі факти, встановлювати причинно-наслідкові зв’язки; в інших – пошуки додаткової інформації з даного предмета, а може, й спроби нестандартного підходу до виконання запропонованих завдань.

Головне – педагогічна оцінка має бути оптимістичною, стимулювати в учня віру в свої можливості, підносити його авторитет серед оточуючих. Слід дати можливість самоутвердитися кожному учневі, а не лише обраним, тим самим учитель захистить своїх вихованців від надмірної самовпевненості в одних та заниженої самооцінки й заздрості в інших.

Під час організації роботи з виховання емоційної культури підлітка вчителю важливо забезпечити умови для розвитку здатності до співпереживання та співчуття. Здатність до співпереживання як уміння не байдуже віднестись до того, що хвилює людей, є об'єктом їх різного роду переживань, також може розвиватися у процесі росту і накопичення емоційного досвіду дитини і слугувати засобом збагачення її емоційної сфери.

Суттєвою умовою виховання емоційної культури є також своєчасне набуття учнями таких умінь:

- уміння управляти своїми бажаннями;
- уміння контролювати настрої та емоції;
- уміння правильно розпізнавати і оцінювати емоційний стан інших людей;
- уміння правильно оцінювати і адекватно реагувати на емоційну ситуацію;
- уміння бачити причини і шляхи усунення негативних емоцій.

Емоційна культура підлітків визначається умінням своєчасно неприємні емоції заміняти приємними образами. Завдання педагога полягає в тому, щоб створюючи умови для виховання емоційної культури, допомагати їм покращувати уявлення про себе, свої можливості і здібності зміцнювати віру підлітків в успіх, удосконалювати власний образ.

Отже, у підлітковому віці необхідно вчити учнів можливості ігнорувати старі, неприємні згадки, переживання, концентруючи увагу на приємних епізодах, закріплюючи позитивні емоції. Педагог мусить переконати учнів в тому, що вони може справитися зі своїм минулим досвідом і реально планувати майбутнє.

Важливою умовою становлення емоційної культури підлітків є організація емоційного самовиховання, яке включає в себе заходи, які запобігають розвитку в учнів неадекватних емоційних реакцій. Важливо переконати підлітків в необхідності систематичної роботи над собою, привчити їх обдумувати свою поведінку, емоційні реакції на зовнішні впливи (зауваження вчителів, друзів, однолітків).

Емоційне виховання визначає роль знань, навчання, інтелектуального розвитку. Виховна сила знань знижується на тих уроках, де вчитель фіксує увагу на змісті матеріалу, ігноруючи при цьому почуття вихованців. Емоційний стан має велику зворотну силу впливу на розум, на все інтелектуальне життя учнів. Учитель повинен піклуватися про емоційну насиченість навчального матеріалу.

Виховання емоційної культури можливо тільки за умови позитивного мотивування навчальної діяльності та вмілого використання педагогом емоційних ситуацій, емоційної насиченості навчального матеріалу. Адже не секрет, що лише окремі учні (вибірково) одержують позитивний стимул до навчальної діяльності, здебільшого ті, хто відмінно або добре вчиться. Решта позбавляються сприятливих психологічних умов навчання що підвищує їхню вразливість до негативних зауважень, педагога і призводить до психічних травм. Загальні ж позитивні психологічні настанови, які викликають почуття радості активізують мислення, увагу і почуття всіх учнів.

Система досягнень, як і неуспішності, що фіксується у свідомості учня, формує його ставлення до подальшої навчальної діяльності. Кожне досягнення викликає приплив позитивних емоцій і почуттів, зміцнює впевненість учня у своїх силах, підвищує рівень його інтелектуальних домагань. Невдачі ж, пов’язані з неможливістю виконати визначений учителем обсяг завдань певної складності, в поєднанні з лімітом часу призводить до стресового стану, переважання неприємних емоцій. Рівновага позитивних і негативних підкріплень, або відсутність їх взагалі, формує байдуже, позбавлене домінуючої сили позитивних почуттів, енергії, ініціативи ставлення до навчання.

Отже, названі педагогічні умови створюють основу результативності виховання емоційної культури підлітків в закладах профтехосвіти. Становлення гармонійно розвиненої особистості – це складний та довготривалий процес. Значної ролі набуває емоційно-духовний рівень розвитку особистості, її емоційної культури. Людина майбутнього, духовно багата, зможе подолати не тільки

соціальні, але й психологічні перешкоди, якщо сформує у себе установку на емоційні контакти з іншими людьми, здатність розуміти та управляти своїми емоціями й емоційними станами інших, навчиться контролювати і коригувати емоційні реакції на зовнішні та внутрішні впливи.

Пристосованість до різних вимог навчального процесу без відчуття внутрішнього дискомфорту і безконфліктне співіснування з даним освітнім середовищем – є показником адаптації до нового середовища.

Організація та проведення культурно-масових та соціально-освітніх заходів в закладах професійно-технічної освіти сприяє засвоєнню учнями цінності майбутньої професії як основної життєвої перспективи, усвідомленню корисності соціально активного, здорового проведення вільного часу, поширенню серед учнів-сиріт, вихідців із неблагополучних родин уявлення про сім'ю як важливу сферу самореалізації в майбутньому, засвоєнню цінностей громадського життя, набуттю учнями знань щодо небезпеки різноманітних негативних явищ суспільства, умінь стосовно попередження конфліктів.

Адаптація здобувачів освіти до освітнього процесу є важливою складовою у їх подальшому становленні, адже вона включає не лише здобуття знань та пристосування до нових умов навчання, а також адаптацію до житлових умов, нового соціального середовища, а особливо подальшого життя та розвитку учня. Саме тому проблема соціальної адаптації учнів є наразі актуальною і потребує подальшого вивчення та дослідження.

ВИСНОВКИ

Аналіз проблеми адаптації першокурсників підтвердив значний інтерес фахівців-практиків до дослідження соціально-психологічних чинників та аспектів адаптації молоді до навчання у закладах професійно-технічної освіти та до опанування майбутньої професії.

Соціальна адаптація учнів професійно-технічних навчальних закладів – це процес інтеграції здобувачів освіти в нове соціально-освітнє середовище, який включає засвоєння норм, цінностей і вимог навчального закладу, формування позитивних взаємовідносин із педагогами та одногрупниками, а також розвиток когнітивних, емоційно-мотиваційних і поведінкових навичок, необхідних для ефективного навчання та соціальної взаємодії. Цей процес визначається готовністю учнів до адаптації, рівнем їхньої психологічної стабільності, соціалізації та підтримкою з боку педагогічного колективу через створення відповідних умов і застосування психолого-педагогічного супроводу.

За методиками діагностики соціально-психологічної адаптації К.Роджерса та Р.Даймонда визначено рівні соціальної адаптації учнів (ціннісний, якостей особистості, поведінковий, самоставлення), на основі яких виокремлено високий, середній та низький рівні.

На заключному етапі експерименту були отримані наступні результати. Контрольна група: мінімальний рівень соціально-педагогічної адаптації – 16,7%, середній 63,3%, достатній рівень характерний для 20% учнів. Експериментальна група показала такі результати: мінімальний рівень соціально-педагогічної адаптації – 10%, середній 53,3%, достатній рівень характерний для 36,7%.

Учням, котрі знаходяться на високому рівні соціальної адаптації, притаманно позитивне ставлення до громадських і професійних прав і обов’язків, визнання цінності майбутньої професії як основної власної життєвої перспективи,

освоєння у новому соціальному оточенні, прийняття норм і правил поведінки в навчальному закладі, адекватні взаємовідносини із соціальним оточенням, дотримання та вдосконалення правил поведінки в училищі, розвиненість соціальної активності, соціальної відповідальності щодо засвоєння цінності обраної професії, наполегливе опанування основами обраної професії, дотримання здорового способу життя, активна участь у позанавчальних заходах, у діяльності учнівського самоврядування, проведення соціально-культурного дозвілля, позитивні форми прояву самоставлення.

В учнів, котрі знаходяться на середньому рівні, спостерігається нестійке визнання цінності майбутньої професії/спеціальності як основної власної життєвої перспективи, ситуативний прояв соціальної активності та соціальної відповідальності у процесі засвоєння цінності обраної професії, невизначене ставлення до громадських і професійних прав і обов'язків, освоєння у новому соціальному оточенні, пасивне прийняття норм і правил поведінки в училищі, нестійкість в опануванні основами майбутньої професії, нестійке дотримання здорового способу життя, пасивна, безініціативна участь у позанавчальних заходах, періодичні труднощі у взаємовідносинах із соціальним оточенням.

Учням, котрі знаходяться на низькому рівні, притаманно невизнання цінності майбутньої професії як основної власної життєвої перспективи, негативне ставлення до громадських і професійних прав і обов'язків, практична відсутність прояву соціальної активності, соціальної відповідальності щодо засвоєння цінності обраної професії, освоєння у новому соціальному оточенні, прийняття норм і правил поведінки в училищі, пасивне опанування основами майбутньої професії, неадекватні взаємовідносини з соціальним оточенням, практичне недотримання правил поведінки у навчальному закладі і гуртожитку, прояв девіантної поведінки, відмова брати участь у позанавчальних заходах, у діяльності учнівського самоврядування, а(анти)соціальне проведення дозвілля, негативні форми прояву самоставлення.

Педагогічні умови соціальної адаптації учнів – це сукупність взаємообумовлених педагогічних обставин соціально-виховного характеру, які сприяють процесу активного, позитивного пристосування учнів до соціального середовища професійно-технічного навчального закладу, до соціуму в цілому. Головним ініціатором та координатором педагогічних умов є соціальний педагог.

Перша педагогічна умова – соціально-педагогічне забезпечення професійної готовності всього педагогічного колективу навчального закладу до вирішення питань та завдань соціальної адаптації учнів. Дана умова передбачає формування в викладачів, класних керівників та майстрів виробничого навчання соціальної компетентності, комунікативних умінь, що сприяють процесу соціальної адаптації учнів.

Друга педагогічна умова – ґрунтується на ідеї розвитку комунікативних і організаторських здібностей учнів, здатних засвоювати соціальні цінності, прагнути до творчих перетворень у соціальному середовищі, розвивати в собі соціальні якості, аби власним прикладом стати вагомим фактором позитивної соціальної адаптації решти учнів.

Завдання психолого-педагогічного супроводу в системі професійно-технічної освіти – це складова соціальної адаптації, використовується допомогти налагодити взаємодію підлітка, що має проблеми з адапдацією та комунікацією, з усіма учасниками навчально-виховного процессу, здобути навички для майбутньої професії та повноцінно адаптуватись в суспільстві після випуску.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агарков О. А. Соціальна адаптація студентів-першокурсників як напрям діяльності соціальної служби вищого навчального закладу. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право.* 2013. Вип. 3 (19). С. 78-83.
2. Актуальні проблеми соціально-педагогічної роботи: модульний курс дистанційного навчання / А. Й. Капська, О. В. Безпалько, Р. Х. Вайнола; заг. ред. А. Й. Капської. Київ : ДЦССМ, 2002. 164 с.
3. Алексеєнко Т. Ф. Соціальна педагогіка: словник-довідник. Вінниця : Планер, 2009. 542 с.
4. Андросович К. Феномен адаптації як предмет наукового аналізу. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2016. Вип. 3(46). С. 20-024.
5. Атаманчук Н. М. Адаптація студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти за допомогою психологічних арт-практик. *Проблеми мотивації особистості в сучасному освітньому просторі:* колективна монографія / наук. ред. Л. В. Герасименко, В. Ф. Моргун. Кременчук : ПП Щербатих О. В., 2020. 368 с.
6. Бажміна Е. А. Адаптація студентів до самостійної роботи у вищій школі. *Педагогіка вищої школи: досвід і тенденції розвитку:* матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. (21 берез. 2019 р., м. Запоріжжя) / відп. за вип. О. В. Іщук. Запоріжжя : ЗНУ, 2019. С. 26-27.
7. Балл Г. Інтегративно-особистісний підхід у психології: впорядкування головних понять. *Психологія і суспільство*. 2009. № 4. С. 25-53.
8. Балл Г. О., Мєдінцев В. О. Особистість як індивідуальний модус культури і як інтегративна якість особи. *Горизонти освіти*. 2011. № 3. С. 7-14.
9. Бастун Н. А. Можливості нейропсихологічного підходу в освітній практиці. *Горизонти науки.* 2010. № 2 (30). С. 88-94.

10. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі: навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 208 с.
11. Бех І. Д. Ідентифікація у вихованні та розвитку особистості. *Рідна школа*. 2013. № 4-5. С. 20-25.
12. Блажівський М. І. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ.* 2014. Вип. 1. С. 234-242.
13. Бохонкова Ю. Можливості корекції особистісних чинників соціально-психологічної адаптації. *Соціальна психологія.* 2005. Т. 2. № 10. С. 43-58. URL: file:///C:/Users/P_B/Documents/%
14. Богданова І. М. Соціальна педагогіка: навч. посібник. Київ : Знання, 2008. 343 с.
15. Бойко І. І. Соціально-психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання: автореф. дис. … канд. псих. наук: 19.00.07. Київ : Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова, 2001. 19 с.
16. Болтівець С. І. Теоретико-методичні основи психогігієнічного виховання молоді. *Практична психологія та соціальна робота.* 2009. № 19. С. 60-64.
17. Борисенко Л. Л. Психолого-педагогічні аспекти дослідження функціональних станів студентів. *Вісник Львівського університету. Серія: «Педагогіка».* 2009. Вип. 25. Ч. 2. С. 207-215.
18. Буніна Л. М. Соціальна педагогіка: теорія та практика. Київ : [б.в.], 2012. 194 с.
19. Буніна Л. М. Формування в молодих сімей педагогічної культури засобами соціально-педагогічної підтримки в Північній Ірландії. *Науковий вісник Донбасу.* 2012. № 1. С. Педагогіка сім'ї. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvd_2012_1_21
20. Варій М. Й. Загальна психологія: підр. для студ. вищ. навч. закл. 3-тє вид. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 1007 с.
21. Васюк І. В. Соціальна адаптація особистості студента в періоди суспільних

трансформацій: філософський аналіз : автореф. дис. ... канд. філос. наук: 09.00.0. Переяслав, 2021. 22 с.

22. Васюк І. В., Шуміловська Л. О. Психолого-педагогічна адаптація студентів перших курсів. *Освіта. Технікуми, коледжі*. 2017. № 4. С. 74-76.
23. Галус О. М. Розвиток адаптивних здібностей студентів у контексті неперервної освіти. *Педагогіка і психологія*. 2010. № 1. С. 54-63.
24. Галус О. М. Історіографічна основа досліджень процесу адаптації особистості у працях вітчизняних учених-психологів. *Педагогічний дискурс.* 2013. № 15. С. 140-146.
25. Гладиш М. О. Соціалізація особистості студента в умовах трансформації суспільства. *Вісник Запорізького національного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2007. № 2. С. 45-52.
26. Гладиш М. О., Міщик Л. І. Соціально-педагогічна діяльність ВНЗ як умова адаптації студентів з особливими потребами у соціалізації. *Вісник Черкаського національного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2008. № 122. С. 94-98.
27. Гладиш М. О. Педагогічні умови соціально-педагогічної адаптації студентів з обмеженими можливостями в інтегративному освітньому середовищі. *Teoria i praktyka-znaczenie badań naukowych*: Zbiór raportów naukowych (29.07.2013 – 31.07.2013). Lublin : Wydawca Sp. zo. o. “Diamond trading tour”. 2013. С.21-24.
28. Грушевський В. О. Особливості соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників до навчання у ВНЗ. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки.* 2014. Вип. 2(12). С. 67-72.
29. Губеладзе І. Г. Сільська молодь у місці: пошук ідентичності: монографія Київ : Milenium, 2016. 235 с.
30. Губеладзе І. Г. Психологічні механізми трансформації соціальної ідентичності молоді сільського походження в міській спільноті: дис. … канд. психол. наук: 19.00.05. Київ, 2012. 235 с.

31. Губеладзе І. Г. Зміст і дієвість психологічних механізмів трансформації соціальної ідентичності сільської молоді в міській спільноті. *Наукові студії із соціальної та політичної психології.* 2011. Вип.29. С.184-198.
32. Губеладзе І. Г. Структурно-динамічні особливості соціальної ідентичності сільської молоді в умовах міграції до міста. *Наукові студії із соціальної та політичної психології.* 2012. Вип. 30. С. 101-113.
33. Гулько Г. О. Психологічні чинники актуалізації особистісних властивостей тривожного спектру в досягнення: дис. … канд. псих. наук: 19.00.01. Київ, 2017. 254 с.
34. Деменко О. Ф. Особливості соціальної адаптації особистості в умовах сучасного кризового суспільства. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства*: зб. матеріалів IV всеукр. наук.-практ. круглого столу з міжнародною участю (м. Ірпінь, 24 квіт. 2019 р.). Ірпінь, 2019. С. 18-21.
35. Денисов І. Г. Схильність до асоціальної поведінки в структурі самосвідомості підлітка. *Наука і освіта*. 2009. № 8. С. 189-193.
36. Дерев'янко С. П. Емоційний інтелект як чинник соціальнопсихологічної адаптації особистості до студентського середовища: дисер. … канд. псих. наук: 19.00.05. Київ, 2009. 327 с.
37. Дикань Л. В. Творчі дозвіллєві практики як фактор формування соціальної субєктивності сільських підлітків: автореф. дис. … канд. соціологіч. наук: 22.00.04. Харків, 2019. 20 с.
38. Дикань Л. В. Дозвіллєві практики сільських і міських підлітків Харківщини: порівняльний аналіз (за результатами багатовимірного шкалювання). *Український соціум.* 2018. № 4. С. 70-79.
39. Дикань (Агамір'ян) Л. В. Дозвіллєві практики сільської молоді Харківщини: ціннісна зумовленість вибору. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія: Соціологічні дослідження сучасного*

суспільства: методологія, теорія, методи. 2017. № 39. С. 346-352.

40. Дутчак І. Соціально-психологічні чинники дезадаптації у старшому підлітковому віці: теоретичний аспект. *Магістерський науковий вісник ТНПУ*. 2020. Вип. № 35. С. 122-123.
41. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / за заг. ред. проф. І. Д. Звєрєвої. Київ, Сімферопіль : Універсум, 2013. 536 с.
42. Євдокімова Н. О. Соціально-психологічний тренінг як технологія розвитку особистості студента. *Вісник національного університету оборони України*. 2014. № 4. С. 211-218.
43. Жигайло Н. Психологічні особливості соціальної адаптації студентів першокурсників. *Молодь і ринок*. 2012. № 3 (86). С. 26-31.
44. Завацька Н. Є. Особливості соціальної підтримки осіб з різним ступенем соціальної адаптації. *Актуальні проблеми психології:* зб.наук праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2010. Т. 8. Вип. 7. С. 90-105.
45. Зайченко М. В. Інструментарій соціального педагога. Київ : Шкільний світ, 2011. 127 с.
46. Калашнікова Л. В. Соціально-психологічні аспекти роботи з підлітками, схильними до девіацій. Київ : Каравела, 2012. 368 с.
47. Кесьян Т. В. Формування самодетермінації підлітків у процесі спільної діяльності. *Актуальні проблеми психології.* 2018. Т. 10. С. 923-928.
48. Ковтун О. В. Діагностика стану, рівнів та особливостей адаптації і гнучкості усіх учасників освітнього процесу в умовах карантинних обмежень та соціального дистанціювання. *Вища освіта в умовах карантинних обмежень та соціального дистанціювання*: монографія / С. П. Гринюк, М. О.Желуденко, І. В. Зайцева, А. А. Заслужена, О. В. Ковтун, Л. Ю. Султанова. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. С. 49-57.
49. Колочан Ю. В. Педагогічні умови соціальної адаптації учнів професійно-технічних навчальних закладів: автореф. … дис. канд. пед. наук: 13.00.05.

Луганськ, 2009. 22 с.

50. Король В. С. Психологічні особливості вдосконалення підсумкового та поточного контролю знань студентів. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Сер.: Психолого-педагогічні науки.* 2013. № 5. С. 155-159.
51. Кравченко Т. В., Трубавіна І. М. Допомога батькам у вихованні дітей : методичні рекомендації для соціальних працівників. Київ : Держсоцслужба, 2005. 123 с.
52. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія : курс лекцій: навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Центр учбової літератури, 2010. 128 с.
53. Кучеренко Є. В. Інтеграційно-діяльнісний підхід до проблеми структури професійного самовизначення студента. *Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання незайнятого населення в умовах фінансово-економічної кризи:* зб. наук. праць за матер. IV-ї Всеукр. наук-практ. конф., 30 жовтня 2009 р. / уклад. Л. М. Капченко та ін. Київ : ІПК ДСЗУ, 2009. С. 172-180.
54. Лемак М. В. Психологу для роботи: діагностичні методики / уклад. М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
55. Лєсовий В. Ю. Адаптація першокурсників до навчання у вищих технічних закладах освіти: монографія. Вінниця : ВНТУ, 2017. 144 с.
56. Ложкін Г. В., Волянюк Н. Ю. Лідерський потенціал особистості. *Десяті Сіверські соціально-психологічні читання*: матеріали Міжнародної наукової конференції (29 листопада 2019 року, м. Чернігів) / за ред. О. Ю. Дроздова, І. І. Шлімакової. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2020. С. 45-48.
57. Лукашевич М. П. Соціальна робота (теорія і практика) : підручник. Київ : Каравела, 2009. 368 с.
58. Максименко С. Д. Психологія учіння людини: генетико-моделюючий підхід :

монографія. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2013. 592 с.

59. Максимова Н. Ю. Психологічні механізми адаптації девіантів до сучасного соціокультурного середовища: монографія. Київ : Педагогічна думка, 2015. 254 с.
60. Максимова О. О. Ознайомлення дітей з суспільним довкіллям: навчальний посібник. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. 175 с.
61. Мамаєв Д. Ю. Соціально-психологічна адаптація молоді до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*: зб. наук. пр. Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля. 2009. № 1 (21). С. 1-3.
62. Мандзик Т. М. Прив'язаність до місця проживання молоді у зв'язку з їхніми часовими орієнтаціями. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія.* 2016. Том 21. Випуск 3 (41). С.184-193.
63. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: курс лекцій. Львів : Ліга-Прес, 2013. 129 с.
64. Олексенко Р. І. Економіко-психологічна адаптація суспільства в пострадянські часи. *Інвестиції: практика та досвід.* 2013. № 10. С. 48-50.
65. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія. Київ : Либідь, 2004. Т. 1. 576 с.
66. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник. Київ : Кондор, 2015. 469 с.
67. Петровська Т. Економіко-психологічна адаптація і стиль життя. *Соціальна психологія*. 2004. № 6. С. 59-67
68. Петрочко Ж. В. Дитина у складних життєвих обставинах: соціально-педагогічне забезпечення прав : монографія. Рівне : Видавець О. Зень, 2010. 368 с.
69. Пилипака Ю. І. Стрес як загальний адаптаційний синдром та психічне здоров'я особистості. *Психологія: реальність і перспективи.* 2016. № 6. С. 177-182.
70. Поштаренко С., Коваль С. На допомогу соціальному педагогу. *Соціальний педагог*. 2010. № 4. С. 12-14.
71. Про соціальні послуги: закон України від 01.01.2020 № 2671. URL:

https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19.

72. Про соціальну роботу з дітьми та молоддю: закон України від 01.01.2020. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2558-14.
73. Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні: закон України від 09.08.2019. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2998-12
74. Психологічна адаптація першокурсників до навчаня у ЗВО / під ред. Л. А. Опанасенко. Центр інклюзивних технологій навчання Університету «Україна». 2012. URL: https://uu.edu.ua/psihologichna_adaptaciya_pershocursnikiv
75. Соціальна адаптація дітей з особливими освітніми потребами до навчання в школі: навчально-методичний посібник / уклад. Холодій О. М. Черкаси : [б.в.], 2014. 125с.
76. Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / за заг. ред. проф. І. Д. Звєрєвої. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 336 с.
77. Терлецька Л. Г. Вікова психологія і психодіагностика: підручник. Київ : ВД «Слово», 2013. 65 с.
78. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна профілактика порушень адаптації молоді до повсякденного стресу: метод. рек. / за наук. ред. Т. М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2010. 84 с.
79. Токарева Н. М. Основи педагогічної психології: навчально методичний посібник. Кривий Ріг : [б.в.], 2013. 223 с.
80. Токарева Н. М., Шамне А. В. Вікова і педагогічна психологія: підручник. Київ : [б.в.], 2017. 480 с
81. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: монографія. Вінниця : ВАНО, 2018. 200 с.
82. Тюптя Л. Т. Соціальна робота: теорія і практика : навч. посібник. Київ : Знання, 2008. 574 с.
83. Шевчук І. Процеси адаптації першокурсників на початковому етапі навчання.

Вісник Львівського університету. Серія «Педагогіка». 2009. Вип. 19. Ч. 2. С. 222-228

84. Щербак О. Вивчення стану працевлаштування випускників професійно-технічних навчальних закладів. *Вісник ПТО.* 2006. № 1. С. 34-38.
85. Янц Н. Актуальні проблеми соціалізації обдарованої дитини. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»:* збірник наукових праць. 2009. Вип. 18. С. 283-287.
86. Що таке адаптація в психології: види та етапи / під заг. ред. Кірової І. А. 2021. URL: https://real-life.kr.ua/termini/shcho-take-adaptatsiia-vidi-i-etapi
87. Borustein M., Hahn C. Development pathways among adaptive functions and externalizing and internalizing behavioral problems. *Development science.* 2013. Vol. 17. P. 76-87.
88. Ukrainian referee situation (2022). Operational Data Portal. URL: https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета дослідження адаптації учнів 1 курсу ДНЗ «Запорізького вищого професійного училища моди і стилю»

1. Що для вас було мотивацією для вступу в наше училище?

а) важливо навчатися бажаної професії саме в цьому училищі;

б) під час навчання у школі була проведена профорієнтація даного закладу;

в) бажання або вимога батьків;

г) рекомендація друзів або знайомих;

д) власний варіант_____

2. Чим ви керуєтеся, здобуваючи професійну освіту?

а) бажання стати професіоналом в своїй справі;

б) бажання розвивати творчі та організаціні здібності;

в) бажання пізнати особливості студентського життя;

г) бажання здобути диплом кваліфікованого робітника

д) власний варіант_____

3. Чи задоволені ви зараз обраною професією?

а) так, дуже задоволена;

б) мабуть задоволена;

в) мабуть не задоволена;

г) ні, зовсім не задоволена;

д) власний варіант_____

4. Де ви зараз проживаєте?

а) вдома з батьками;

б) вдома, окремо від батьків

в) орендую квартиру;

г) в гуртожитку.

д) власний варіант_____

5. Чи влаштовують вас умови проживання? Якщо ні – вказати чому

а) так;

б) ні _____

6. Чи задоволені ви вашими результатами у навчанні? Якщо ні – вказати чому

а) так;

б) ні _____

7. Що перешкоджає вам досягти бажаних результатів у навчанні?

а) відсутність мотивації;

б) погані відносини з викладачами та майстрами;

в) відсутність технічного забезпечення;

г) відсутність контролю;

д) погані відносини у групі;

е) власний варіант _____

8. Чи завжди ви розумієте викладача/майстра в/н на заняттях? Якщо ні – вказати причину

а) так;

б) переважно розумію;

в) час від часу все розумію, але є складнощі через великий обсяг матеріалу;

г) як правило, не завжди розумію викладений матеріал.

д) власний варіант _____

9. Що для вас є найскладнішим в училищі?

а) пристосуватися до вимог викладачів;

б) новий учнівський/студентський колектив;

в) освоєння нової системи навчання;

г) змішаний формат навчання;

д) власний варіант _____

10. На вашу думку, які є причини, що перешкоджають процесу адаптації учнів до умов навчання в училищі?

а) неорганізованість учня та лінощі;

б) напруга та втома від очних занять;

в) слабка шкільна освітня база;

г) недостатній інтерес до обраної професії;

д) нерозуміння з боку викладачів та майстрів в/н

е) невміння розподіляти свій час;

є) власний варіант _____

11. Якої необхідної інформації в училищі вам не вистачає:

а) про учнівську раду, права та обов’язки учнів;

б) про роботу гуртків та спортивних секцій;

в) про культурно-масові заходи училища;

г) про наявну навчально-методичну літературу та бібліотеку;

д) власний варіант _____

12. Чи характерні для вас в процесі навчання в училищі такі емоційні стани?

а) невпевненість у власних силах;

б) порівняння себе з іншими учнями.

в) труднощі під час зосередження над матеріалом;

г) підвищення тривожності;

д) постійна внутрішня напруга;

е) порушення сну;

13. Які способи вирішення проблем з навчанням та колективом ви обираєте?

а) самостійно вирішувати проблемні ситуації;

б) нічого не вирішую, ситуація вирішиться сама собою;

в) обговорюю проблеми з одногрупниками;

г) звертаюсь за допомогою до майстра в/н, класного керівника або викладачів;

д) консультуюсь з батьками;

е) власний варіант _____

14. Чи відчуваєте ви допомогу від класного керівника/майстра в/н? Якщо так, то у яких питаннях.

а) так;

б) іноді;

в) рідше ні;

г) немає потреби отримувати допомогу;

д) ні;

е) власний варіант(коментар) _____

15. Які відносини склалися у вас з вашими одногрупниками?

а) доброзичливі;

б) нейтральні

в) кожен сам по собі;

г) інколи виникають конфлікти;

д) недоброзичливі.

16. Чи впливають взаємовідносини у групі на якість вашого навчання?

а) так;

б) інколи;

в) не звертаю увагу на проблеми в групі;

г) ні.

д) власний варіант _____

17. Чи вдалося з усіма одногрупниками налагодити дружні відносини?

а) так;

б) частково;

в) з деякими одногрупниками є труднощі в спілкуванні;

г) не бажаю товаришувати з одногрупниками;

д) ні.

18. Які проблеми зараз вас найбільше турбують:

а) навчання;

б) місце проживання;

в) безпека;

г) взаємовідносини з одногрупниками і друзями;

д) взаємовідносини з батьками;

е) власний варіант _____

19. Дайте розгорнуту відповідь:

В училищі мені найбільше подобається…_____

20. Дайте розгорнуту відповідь:

В училищі мені найбільше НЕ подобається…_____

Додаток Б

Опитувальник К. Роджерса для визначення адаптованості / незадаптованості особистості (Семиченко В.А. Психологія педагогічної діяльності: навч. посібн. Київ : Вища школа, 2004. 335 с.)

Наведений варіант діагностичного питальника К. Роджерса призначений для виявлення рівня успішності соціально-психологічної адаптації.

У пропонованому для роботи переліку частина тверджень характеризує особистість як адаптовану, тобто достатньо успішно пристосовану до умов навколишнього соціального середовища. Природно, що це постійний процес, оскільки соціальне середовище весь час змінюється. Тому ознакою адаптації вважають збереження людиною здатності до подальшого розвитку і змін: змінювати звички, формувати нові навички, розвивати вміння, які б могли допомогти в нових умовах.

Така сама кількість тверджень характеризує неадаптованість людини, тобто відсутність певної соціально-психологічної гнучкості при зміні ситуації, в якій вона перебуває. Така людина продовжує жити так, як жила раніше, незважаючи на те що життя істотно змінилося. Тому природно, що, не змінюючись і не бажаючи змінюватись, вона відстає від соціального оточення, відчуває чимало труднощів.

Інструкція

На всі запропоновані в основному варіанті питальника твердження слід відповісти «так» чи «ні» залежно від того, наскільки ці твердження стосуються вас. Слід прочитати всі твердження і дати відповіді. Тільки тоді результат буде об’єктивним.

Я висуваю до себе підвищені вимоги. В мене великі і серйозні життєві плани. Я прагну постійно вдосконалювати свої знання, формувати якості і вміння, необхідні для досягнення цих цілей.

Я часто сам картаю себе за те, що роблю.

1. Перед людьми, які мене оточують, я ховаю своє обличчя під маскою, щоб приховати те, що в мене на душі.

2. Я часто відчуваю свою меншовартість серед моїх однолітків, у спілкуванні з педагогами, колегами, іншими людьми. Мені здається, що до мене ставляться дещо зневажливо, недостатньо поважають мене, не бачать у мені особистості.

3. У мене теплі, хороші стосунки з однокурсниками, педагогами, з людьми взагалі. Я майже ніколи не конфліктую з ними. Я доброзичлива і рівна в спілкуванні людина.

4. У всіх невдачах, які переслідують мене в житті, я звинувачую тільки себе.

5. Я сумніваюся в тому, що можу сподобатись кому-небудь з дівчат (юнаків).

6. Я відчуваю, що мої зусилля у навчанні, роботі, спілкуванні марні. Я не можу здійснити тих планів, яких прагну.

7. Я відповідальна людина. На мене можна в усьому покластися.

8. Я можу прийняти більшу частину правил і вимог, яких мають дотримуватися люди.

9. Мені бракує власних переконань і правил.

10. У мене часто виникає почуття, нібито я злий на весь світ, усім незадоволений, до всіх чіпляюся, постійно дратуюся, можу зіпсувати настрій тим, хто мене оточує. Важко стримуватися в таких випадках.

11. Я вмію керувати собою і своїми вчинками, наприклад, цілковито відключатися від багатьох розваг, цікавих і привабливих справ у той час, коли потрібно напружено працювати (наприклад, готуватися до контрольної роботи, іспиту або звіту). Самоконтроль для мене не проблема.

12. Усі люди, з якими мені доводилося зустрічатися в житті, як правило, подобаються мені.

13. Мені зараз, у цю хвилину, дуже не по собі. Хочеться все кинути, куди-небудь заховатися.

14. Я схильний бути насторожі з тими людьми, хто чомусь поводиться зі мною більш по-приятельському, ніж я очікую.

15. Я завжди дотримуюся своїх обіцянок, навіть якщо це мені невигідно.

16. Я завжди кажу тільки правду.

17. Я ніколи не запізнююсь.

18. Усі свої звички я вважаю хорошими.

19. Я завжди легко, вільно і невимушено висловлюю свої почуття в спілкуванні з дорослими, однолітками, маленькими дітьми. Я розкутий, незалежний. Спілкування для мене - задоволення; в ньому я можу розкрити себе, цілковито виявити свою індивідуальність.

20. Найчастіше я легко знаходжу спільну мову з тими, хто мене оточує.

21. Найчастіше в житті я відчуваю себе не ведучим, а веденим: мені не завжди вдається думати і діяти самостійно. Є такі люди, які своєю волею здатні підкорити мене собі.

22. Я відчуваю якусь безпорадність, невпевненість. Мені потрібно, щоб хто-небудь був поряд зі мною, постійно підказував, радив, контролював і підтримував мене.

23. Мені найважче боротися із самим собою.

24. У душі я оптиміст і вірю в краще в усіх сферах життя – в навчанні, в стосунках у колективі, в особистому житті.

25. Навіть тоді, коли мені здається, що мої рішення самостійні, вони все-таки прийняті під впливом інших людей.

26. Я відчуваю неприязнь, антипатію до того, що оточує мене.

27. Більшість людей, які мене знають, добре до мене ставляться, люблять і поважають мене.

28. У мене гарна фігура.

29. Я вибитий з колії. Не можу зібратися, взяти себе в руки, зосередитися, організувати себе для того, щоб моя праця стала ефективнішою, давала мені справжнє задоволення.

30. Я відчуваю млявість, апатію на заняттях (на роботі). Спочатку мені було на них цікаво, а тепер я до них збайдужів. Я не відчуваю піднесення, натхнення і радості від своєї роботи.

31. Найчастіше я можу прийняти рішення і твердо слідувати йому.

32. Я всім задоволений: собою, стосунками з людьми, успіхами в навчанні.

33. Я не дуже довіряю своїм відчуттям, інколи вони мене зраджують.

34. У колі незнайомих людей мені досить важко бути самим собою.

35. Я врівноважений, спокійний, у мене завжди рівний настрій.

36. Я імпульсивний: поривчастий, нетерплячий, запальний.

37. Мені здається, що я бачу те, що відбувається зі мною, не зовсім так, як воно є насправді. Замість того щоб розважливо глянути фактам в обличчя, тлумачу їх на свій лад, вигадую зайве, тобто моє сприйняття не можна назвати реалістичним.

38. Я намагаюся ніколи не замислюватися над своїми проблемами.

39. Я розважлива, послідовна людина. Мені здається, що здебільшого я поводжуся розумно.

40. Я терплячий у своєму ставленні до людей і приймаю кожного таким, який він є.

41. Я сором’язливий, легко знічуюся.

42. Мені обов’язково потрібні нагадування, підштовхування, щоб довести справу до кінця.

43. Я вважаю себе цікавою, ерудованою людиною, помітною, привабливою як особистість.

44. Я честолюбний. Небайдужий до успіхів, похвали. У тому, що я вважаю важливим, мені треба бути серед найкращих.

45. У процесі навчання, роботи я ні в чому не можу виявити себе, продемонструвати свої здібності, свою індивідуальність, своє «Я».

46. Я відчуваю зневагу до себе зараз.

47. Буває, що я поширюю плітки.

48. Буває, що я говорю про речі, на яких зовсім не розуміюся.

49. Інколи я люблю вихвалятися.

50. У мене бувають такі думки, якими я ні з ким не хотів би поділитися.

51. Я діяльний, енергійний, ініціативний.

52. Загалом я ставлюся до себе добре, яким би я не був.

53. Коли у мене псуються стосунки з кимось із однолітків, мені неприємно, що про це стане відомо всім.

54. Я довго не можу прийняти рішення, а потім сумніваюсь у його правильності.

55. Я наполегливий, напористий. Мені завжди важливо наполягти на своєму.

56. Я незадоволений собою.

57. Я в якійсь розгубленості, все переплелося, змішалося в мене.

58. Я невдаха. Мені просто в усьому не щастить.

59. Я приємна, симпатична, приваблива людина.

60. Я, може, й не дуже гарний (-а) собою, але подобаюся дівчатам (хлопцям) як людина і як особистість.

61. Я зневажливо ставлюся до будь-якого спілкування з дівчатами (жінками).

62. Я зневажливо ставлюся до будь-якого спілкування з хлопцями (чоловіками).

63. У мене легко і спокійно на душі, немає нічого, що сильно хвилювало б мене.

64. Я вмію наполегливо працювати, якщо це потрібно.

65. Я часто буваю стривожений, стурбований, напружений і на заняттях (на

роботі), і в спілкуванні.

66. Щоб змусити мене щось зробити, треба як слід наполягти – і я поступлюся, зламаюся.

67. Я відчуваю, що змінююсь, росту, дорослішаю. Мої відчуття стають більш зрілими.

68. Я вважаю себе розумним, таким, що вміє розважливо аналізувати й оцінювати себе та інших.

69. Я відчуваю невпевненість у собі майже завжди і в усьому.

70. Я часто змушений захищати себе, шукати виправдання і обгрунтування своїх вчинків.

71. Я прагну покладатися на власні сили, не розраховуючи на чиюсь допомогу завжди і в усьому.

72. Я відрізняюся від інших людей.

73. Я не поважаю себе.

74. Я безнадійний. Приймаю рішення і тут же їх порушую. Зневажаю своє безсилля, а вдіяти із собою нічого не можу. В мене немає волі і немає бажання її виробити.

75. Мені все зрозуміло в собі. Я добре себе розумію.

76. Я товариська і відверта людина, легко сходжуся з навколишніми.

77. Я не дуже надійний. На мене не в усьому можна покластися.

78. Мені здається, що в колективі мене недостатньо поважають.

79. Мої сили і здібності цілком відповідають тим цілям, які я ставлю перед собою.

80. Мої думки занадто займає особиста сфера, яка може серйозно вплинути на мої успіхи у навчанні, роботі.

«Ключ відповідей»

Шкала об'єктивності (відвертості відповідей): відповіді «так» на

твердження 17, 18, 19, 20, відповіді «ні» на твердження 49, 50, 51, 52. Якщо збіглося більше половини відповідей, то всі інші результати потребують певного коригування щодо відвертості відповідей з боку тестованого.

Шкала адаптованості: ствердні відповіді на запитання

1, 2, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 21, 22, 25, 26, 29, 30, 33, 34, 37, 38, 41, 42, 45, 46, 53, 54, 57, 58, 61, 62, 65, 66, 69, 70, 73,74, 77, 78, 81.

Шкала дезадаптованості: ствердні відповіді на запитання

3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 23, 24, 27, 28, 31, 32, 35, 36, 39, 40, 43, 44, 47, 48, 55, 56, 59, 60, 63, 64, 67, 68,71, 72, 75, 76, 79, 80, 82.

Загальний показник адаптованості визначається відношенням суми ствердних відповідей за шкалою адаптованості до суми ствердних відповідей за шкалою дезадаптованості. Що вище отриманий коефіцієнт, то вище рівень соціально-психологічної адаптованості індивіда.

Визначити особливості соціально-психологічної дезадаптованості (причини, що зумовлюють найгостріші форми переживання) можна за допомогою додаткової шкали, побудованої за принципом незакінчених речень. Отримані в результаті матеріали здебільшого дають якісну інформацію, опрацювання якої досить складне. Тому використовувати її доцільно насамперед для самоаналізу.

Додаткова шкала питальника К. Роджерса

Інструкція

Вам треба, прочитавши уважно запропоновані речення, закінчити їх таким чином, щоб вони були логічно завершеними. Безумовно, закінчення має стосуватися вас, ваших типових проявів і звичок.

1. Я відчуваю внутрішню незручність і ніяковість, коли спілкуюся з людьми, у тому числі з однокурсниками (колегами по роботі). Це відбувається тому, що...

2. Я полюбляю змагання: дух суперництва, боротьби. Прагну бути одним з

найкращих у...

3. Я багато в чому живу поглядами, правилами і переконаннями моїх однолітків (людей мого покоління). Проте не поділяю поглядів і переконань щодо...

4. Я люблю мріяти – іноді навіть удень. Це може бути безпосередньо на заняттях (під час праці): я відволікаюсь, і мені важко повернутися від мрії до реальності. Найчастіше я мрію...

5. У мене часто псується настрій: раптом охоплює глибокий смуток, нудьга. Найчастіше це буває...

6. Мене не дуже хвилює все, що стосується інших. Я занурений у свої інтереси, турботи. Мені нецікаво брати участь у колективних заходах, тому що...

7. Якщо я перебуваю серед великої кількості людей, мені буває самотньо, тому що...

8. Я непоступливий і неподатливий. Таких, як я, називають упертими людьми. Проте я можу бути поступливим, якщо...

9. Я критичний до всіх, хто мене оточує, – до однокурсників, педагогів, людей взагалі - і засуджую їх переважно за ...

10. Я часто відчуваю провину перед людьми, з якими спілкуюся вдома, у школі, в інституті, на роботі. Найчастіше це буває після...

11. Розізлившись, я нерідко втрачаю самовладання. Тоді я, як правило, ...

12. Я часто відчуваю себе ображеним. Головна причина ...

13. Я відчуваю внутрішню перевагу перед іншими людьми в ...

14. Мене постійно цікавить і непокоїть, що думають про мене ті, хто мене оточує, передусім...

15. У мене завжди вистачає сил зустрітися в обличчя з труднощами чи складними ситуаціями. Найчастіше я...

16. Я за вдачею ватажок і вмію впливати на інших. Особливо мені подобається...

17. Я м’який, поступливий у стосунках з іншими. Особливо легко мені...

18. Відчуття скутості, власної несвободи виникають у мене, коли...

Результати роботи над додатковою шкалою можна використати для організації колективного обговорення. З цією метою всі члени групи пишуть свої варіанти відповідей (кожну на окремому аркуші) і потім, не підписуючись, складають разом з іншими відповідно до номера. Отримані матеріали дають достатню інформацію для групової дискусії. Можна обговорити такі аспекти, як домінуючі тенденції в групі та їх вплив на самосприйняття осіб з різними проявами дезадаптації. Успіх обговорення залежатиме від гнучкості викладача, його вміння орієнтуватися в ситуації. Наприклад, може виявитися, що на твердження 16 не отримано жодної ствердної відповіді. Тоді аналіз здійснюється у такому напрямі: життя групи, в якій ніхто не вважає себе лідером, причини такого становища, що заважає визначенню лідерів тощо. Якщо «ватажком» відчуває себе більшість, аналіз слід спрямувати на те, як це впливає на стан тих членів групи, які недостатньо адаптовані до соціального середовища. Доцільно обговорити співвідношення зовнішніх і внутрішніх чинників, які зумовлюють адаптованість і неадаптованість окремих індивідів, способи подолання неадаптованості або пов’язаних з нею переживань.