



**Ксенія Анатоліївна Андросович,**  
науковий співробітник  
Інституту обдарованої дитини НАПН України,  
м. Київ, Україна

УДК 159: 9.075

## АНАЛІЗ ТРУДНОЩІВ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ПРОФЕСІЙНОГО ЛІЦЕЮ

*В статті представлені результати діагностичного дослідження першокурсників професійного ліцею. Дані анкетування дозволили виділити чотири види проявлень соціальної дезадаптації першокурсників, а саме: порушення навчання, порушення поведінки, порушення контактів, змішані форми соціальної дезадаптації.*

**Ключевые слова:** соціальна адаптація, дезадаптація, першокурсник, труднощі навчання, общение, анкетування.

*The results of diagnostic research of first-year student of professional lyceum are presented in the article. These questionnaires allowed to select four types of displays of social maladjustment of first-year student, namely: violations of teaching, violation of conduct, violation of contacts, mixed forms of social maladjustment.*

**Key words:** social adaptation, maladjustment, first-year student, learning difficulties, communication, questionnaire.

Значні зміни в сучасному українському суспільстві, що відбуваються внаслідок його трансформації, максимально актуалізують роль і значущість соціально-психологічних факторів діяльності людини. Отже, вивчення особливостей і можливостей особистості, умов цілеспрямованого впливу на розвиток її творчих потенцій стали предметом аналізу багатьох галузей наукового знання (філософії, соціології, педагогіки та соціальної психології).

Життя людини від самого початку є адаптацією до середовища. *Соціальна адаптація* – це інтеграція людини в суспільство, у процесі якої відбувається формування самосвідомості й ролі поведінки, здатності до самоконтролю й адекватних зв'язків та відношень. Психологічна адаптація здійснюється шляхом пристосування людини до наявних у суспільстві вимог у процесі узгодження індивідуальних цінностей і переконань та суспільних норм. Соціальна адаптація – це активний процес пристосування до соціального середовища, спрямований на збереження й формування оптимального балансу між особою, її внутрішнім станом і навколишнім середовищем тут і тепер та з перспективою майбутнього. Успішність адаптації залежить не стільки від особливостей та об'єктивних властивостей ситуації, скільки від особливостей та наявності

індивідуальних ресурсів, адекватності й ефективності стратегій їхнього застосування: здатність до адаптації є інстинктом життя та набутими навичками [2, 5].

Як відомо, проблемам соціально-психологічної взаємодії особистості та суспільства, функціонування особистості у великих і малих соціальних групах, пошуку дієвих методів впливу на процес соціалізації особистості присвячували наукові дослідження як зарубіжні (А. Асмолов, Г. Андреева, Ч. Кулі, Г. Мід, Дж. Морено, Р. Немов, Б. Паригін, А. Петровський, А. Свенцицький, Г. Тард, Дж. Хоуманс, О. Шорохова та ін.), так і вітчизняні вчені (О. Власова, О. Донцов, Є. Кузьмін, Р. Кричевський, М. Пірен та ін.).

Відповідність суспільно регламентованої поведінки і діяльності внутрішній структурі особистості, її інтересам, ціннісним орієнтаціям, особливостям темпераменту досягається в ході соціально-психологічної адаптації. Процеси соціально-психологічної адаптації та соціалізації щільно пов'язані. Соціально-психологічна адаптація людини передбачає формування активної особистісної позиції, усвідомлення власного соціального статусу. Умовою і результатом адаптації особистості є сформованість соціально і професійно значущих засобів спілкування, поведінки та діяльності, які суспільство визнає і підтримує.



Вироблення наукових принципів соціальної адаптації молоді і соціальних перспектив її функціонування є важливим завданням соціальної психології. В Україні окремі аспекти цієї проблеми досліджувалися в рамках психофізіології, загальної психології, соціальної психології, педагогіки (І. Бондаренко, О. Борисенко, О. Васильченко, О. Власова, П. Зільберман, О. Каганов, О. Кокун, С. Кулик, В. Невмержицький, В. Розов, А. Скрипко, В. Струкуленко).

Процес соціальної адаптації є певною послідовністю психологічних реакцій на об'єктивну ситуацію, що проявляється у поведінці, спрямованій на розв'язання специфічного завдання [1].

Регуляція відносин із зовнішнім світом забезпечує соціальну адаптацію. Механізмом адаптації, регуляції та саморегуляції є індивідуальний досвід, що полягає в накопичених особистістю знаннях, уміннях та навичках, можливостях інтерпретувати події минулого та сучасного і самого себе в контексті цих подій, взаємодії з навколишнім світом [3].

Вступаючи до професійного ліцею, учні стикаються з проблемами, що пов'язані з недостатньою психологічною готовністю до навчання в освітньому закладі, з руйнуванням вироблених роками установок, навичок, звичок, ціннісних орієнтацій вихованців середнього навчального закладу і виробничих колективів, втрати закріплених роками відносин з колективом та формуванням нових навичок, а також з невмінням здійснювати психологічну саморегуляцію власної діяльності та поведінки. Зі вступом до професійного ліцею юнаки та дівчата потрапляють в нові незвичні умови, що спричиняє ламання динамічного стереотипу і пов'язаних з ним емоційних переживань.

Нерідко соціально-психологічна дезадаптація породжує втрату сформованих позитивних установок і відносин першокурсника. Важким наслідком дезадаптації є стан напруженості та фрустрації, зниження активності учнів у навчанні, втрата інтересу до громадської діяльності, погіршення поведінки, невдачі на першій сесії, а в низці випадків – втрата віри у власні можливості, розчарування у життєвих планах. Це призводить до психічного перевантаження, що знижує адаптивні можливості і, як наслідок, призводить до порушення психічного здоров'я особистості.

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.

У дослідження проблеми адаптації вагомий внесок зробили зарубіжні та вітчизняні вчені, серед яких В. Казміренко, В. Медведєва, Г. Шевандрін та інші.

Необхідно зазначити, що тема роботи, не зважаючи на значущість проблеми, має недостатню теоретичну розробленість та емпіричне дослідження. Значущість адаптаційного періоду на першому році навчання у професійному ліцеї зумовлює актуальність вивчення механізмів регуляції процесів

соціальної адаптації і вимагає розробки соціально-психологічних засобів формування й корекції соціальної адаптованості учнів перших курсів.

Метою статті є виявлення причин дезадаптації учнів першого року навчання професійного ліцею.

Для написання статті ми поставили такі завдання:

- 1) розробити анкету та провести анкетування з першокурсниками професійного ліцею;
- 2) здійснити аналіз причини дезадаптації першокурсників професійного ліцею;
- 3) провести діагностику рівня адаптованості першокурсників;
- 4) розробити та впровадити програму тренінгових занять щодо підвищення рівня соціальної адаптації першокурсників професійного ліцею.

У дослідженні брали участь учні, що навчаються на першому курсі професійних ліцеїв міст Борисполя та Кіровограда (251 чол.).

Для діагностування труднощів і з'ясування причин дезадаптації першокурсників ми провели пілотажне соціально-психологічне дослідження методом анкетного опитування, до якого було залучено 251 учнів-першокурсників професійних ліцеїв. Їм було запропоновано дати відповіді на запитання, сформульовані в анкеті «Особливості сприйняття соціальної ситуації першокурсниками професійного ліцею» (авторська розробка).

Анкетування щодо з'ясування труднощів адаптаційного періоду показало, що п'ята частина студентів (19 %) однією з основних перешкод вважає насиченість навчальної програми. 21 % першокурсників вказав на недостатню середню підготовку, непривченість до самостійної діяльності. Значна частина студентів (11 %) назвала незадовільні житлові умови. Серед об'єктивних труднощів було названо незадовільний стан навчально-технічного оснащення (робочі майстерні) (44 %), стан здоров'я (20 %), сімейні обставини (5 %).

Більшої значущості в процесі адаптації студенти надають суб'єктивним причинам. Більше половини студентів (58 %) відзначили невміння спілкуватися і налагоджувати контакти з ровесниками й старшими людьми, 30 % – невміння розподіляти власний час, 9 % зізналися у недостатній вимогливості до себе, 7 % – у слабких здібностях до деяких навчальних дисциплін, 6 % – у недостатньому бажанні вчитися. Лише 16 % відповіли, що практично не конфліктують з оточенням, 19 % часто вступають у конфлікти, а 49 % опитаних конфліктує рідко.

Що стосується настрою, з яким першокурсники дивляться у майбутнє, то:

- 22 % заявили, що впевнені в ньому;
- 68 % не зовсім упевнені, тому що вважають, що можуть бути труднощі;
- 6 % нічого доброго від майбутнього не чекають.

Так, проблеми в навчанні 16 % студентів пов'язує з відсутністю підручників. Незадовільні умови в гуртожитку вважають причиною уповільненої адаптації 14 %. Серед нових соціально-психологічних



проблем, що гальмують процес адаптації, ми виокремили *незадовільний стан здоров'я* (34 %) (серцеві хвороби, алергія, тиск). При цьому, лише 39 % першокурсників присвячує частину дозвілля спорту. 40 % вважає, що стежить за своїм здоров'ям, а 52,3 % не надає здоров'ю особливої уваги. Не палить і не вживає спиртних напоїв – 13,5 % опитаних; палить або випиває за нагоди – 40,8%, постійно вживає спиртні напої – 22,7%; постійно палить – 23 %; за нагоди вживає легкі наркотики 13,7 % першокурсників; обмеженість місць для дозвілля (19 %); важко поєднувати навчання з роботою (12 %); 18 % опитаних постійно працює; невміння налагодити контакт з педагогами, конфлікти з ними (15 %); небажання брати участь у громадській роботі (21 %); невідповідність умов життєвого середовища до потреб студентів (незадовільний дизайн, бруд, візуальна атмосфера навчання) (12 %).

Дані анкетування дозволили виокремити чотири види проявів соціальної дезадаптації студентів-першокурсників:

1) *порушення навчання* (низький рівень успішності; умовне виставлення оцінок; необхідність повернення до школи або в інший навчальний заклад; необхідність оплати за повторний курс);

2) *порушення поведінки* (систематичні прогули занять; дисциплінарні порушення; грубі форми поведінкових розладів – вживання алкоголю, наркотичних і токсичних речовин, правопорушення);

3) *порушення контактів* (ізоляція, конфлікти з однокурсниками, конфлікти з педагогами, конфлікти з батьками);

4) *змішані форми соціальної дезадаптації* (виражаються в поєднанні названих ознак і зустрічаються найчастіше).

Пілотажне дослідження показало, що нинішня соціальна ситуація породжує значні труднощі в адаптації першокурсників, викликає почуття незахищеності. Це може сприяти формуванню акцентуацій характеру й обумовлює проблему дезадаптації.

Дослідження рівня адаптації здійснювалося за методикою К. Роджерса та Р. Даймонда «Діагностика соціально-психологічної адаптації» [4]. За шкалою «Адаптація» зазначеної методики було виявлено учнів з певним рівнем адаптації. Учні, які набрали балів менше норми, є дезадапованими (з певним ступенем соціально-психологічної дезадаптації). Серед 251 респондентів було виявлено, що 121 учень має низький рівень коефіцієнту адаптації (дезадаптації) (48 %), а це становить майже половину обстежуваних.

Низький коефіцієнт адаптації вказує на певну дисгармонію між поставленими цілями і кінцевими результатами діяльності учня, що є джерелом психічної напруги (стрес, психічний зрив, шок), внутрішнього дискомфорту і нестабільного перебігу психічних процесів (страх, депресія, фрустрація). У таких учнів проявляється дезадаптація, тобто, вони складно пристосовуються до навчального процесу, погано орієнтуються у певному середовищі, відчувають емоційне напруження, погано йдуть на контакт, кожен відстоює

власні інтереси. Мають прагнення до підпорядкування, тобто, учні першого курсу прагнуть, щоб у них був старший наставник, який допоможе їм вирішувати проблеми. Такі учні бояться висловлювати власну думку, схиляються до думок інших осіб, які є для них авторитетом.

Учні відчувають емоційний дискомфорт – невпевненість як в собі, так і в своїх діях. У них проявляється емоційна напруга, стривоженість.

Учні з нормальним та високим рівнями коефіцієнту адаптації відчувають справжню чи відносну гармонійність між суб'єктивними цілями і кінцевими результатами діяльності, що супроводжується позитивним ставленням оцінкою, розумінням, прийняттям особистості до навколишнього світу і себе.

Для покращення соціально-психологічної адаптації першокурсників нами було розроблено програму тренінгових занять, що складається з 12 логічно структурованих занять. Для реалізації програми учнів було розподілено на контрольну та експериментальну групи. Робота здійснювалась протягом 3-х місяців раз на тиждень (1 тренінгове заняття по 1 годині).

Згідно з планом дослідження, контроль результативності впровадження програми здійснювався у другому семестрі (квітень). Для контролю студентам (експериментальної і 2-х контрольних груп) запропонували виконати тести, що пропонувалися на попередньому етапі. Ми перевіряли рівень соціально-психологічної адаптованості та особисті параметри, соціально-психологічної адаптації студентів на початку навчання у професійному ліцею. Щоб відокремити зміни адаптивності, що відбулися в результаті проведеної роботи, від змін, що можна визначити як самоадаптацію, яка розвивається з часом, ми порівняли результати студентів експериментальної групи з результатами студентів контрольної групи № 1 (дезадаповані студенти, які не брали участі у психокорекційній роботі) та контрольної групи № 2 (адаповані студенти).

Насамперед нас цікавила зміна рівня соціально-психологічної адаптованості та її параметрів унаслідок застосування розробленої нами програми тренінгових занять. Порівняння змін соціально-психологічної адаптованості та її параметрів у експериментальній і двох контрольних групах дозволило зробити висновок, що зміни адаптованості в експериментальній групі були наслідком проведеної роботи тренінгових занять, а не самоадаптації першокурсників. Було зафіксовано статистично значущу різницю між студентами експериментальної і контрольної групи № 1 (дезадаповані студенти, які не проходили психокорекційної роботи), а між експериментальною і контрольною групою № 2 (адаповані студенти) статистично значущої різниці (за показниками адаптованості) виявлено не було. Соціометричний аналіз показав покращення соціального статусу учнів, зокрема, за критеріями ізолювані, відторгнуті учні, а також розформування групи ризику на статистично значущому рівні.



Таким чином, на підставі аналізу результатів експерименту можна стверджувати, що розроблена нами програма тренінгових занять знижує ризик дезадаптації першокурсників, сприяє розвитку конструктивного спілкування у групі, підвищує мотивацію навчання та сприяє актуалізації життєвих планів щодо професійної самореалізації, унаслідок чого прилучення першокурсників до навчально-виховного процесу стає ефективним і безболісним для кожного з них. Програма схвалена рішенням Вченої ради Інституту обдарованої дитини НАПН України (протокол № 3 від 26 березня 2014 р.) і рекомендована для впровадження у навчально-виховний процес професійних ліцеїв, колегіумів, професійно-технічних навчальних закладів.

#### Використані літературні джерела

1. *Абабков В., Перре М.* Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии / В. Абабков, М. Пере. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.
2. *Галецька І.* Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації // Вісник Львівського університету, 2003. – Вип. 5. – С. 433–442. – (Серія: «Філософські науки»).
3. *Лактионов А. Н.* Координаты индивидуального опыта / А. Н. Лактионов. – Харьков: Бизнес Информ, 1998. – 492 с.
4. Психологу для роботи. Діагностичні методики: [Збірник] / М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. – Ужгород, 2012. – 616 с.
5. *Bandura A.* Self-efficacy: The exercise of control. – New York, 1997. – 605 p.

