ЗМІСТ

[**ВСТУП** 3](#_Toc87477836)

[**РОЗДІЛ 1. ДЕЗАДАПТАЦІЯ У ПІДЛІТКІВ: СУТНІСТЬ ТА ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ** 5](#_Toc87477837)

[1.1. Поняття та характеристика адаптації та дезадаптації особистості 5](#_Toc87477838)

[1.2. Чинники розвитку дезадаптації підлітків 8](#_Toc87477839)

[1.3. Психологічні особливості підлітків з розладами адаптації. 10](#_Toc87477840)

[**РОЗДІЛ 2: ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗЛАДІВ АДАПТАЦІЇ У ПІДЛІТКІВ** 13](#_Toc87477841)

[2.1. Методи емпіричного дослідження розладів адаптації у підлітків 13](#_Toc87477842)

[2.2. Результати емпіричного дослідження 14](#_Toc87477843)

[2.3. Методи психологічної допомоги підліткам з розладами адаптації 18](#_Toc87477844)

[**ВИСНОВКИ** 20](#_Toc87477845)

[**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ** 23](#_Toc87477846)

# ВСТУП

Сучасний світ наповнений великою кількістю подій, які несуть в собі позитивний та негативний вплив на оточуючих. Шалений ритм життя, наявність безперешкодного доступу до будь-якої інформації, соціальні мережі – все це робить життя більш уразливим. Чимало факторів, які впливають на життя людини будь-якого віку, котрі в подальшому стають поштовхом до формування психологічних проблем. Одна із часто зустрічаємих проблем, в тому числі, у підлітків − розлади адаптації, які в свою чергу мають негативні соціальні та медичні наслідки.

**Мета курсової роботи:** розкрити, проаналізувати, дослідити, з’ясувати суть розладу адаптації їх причини та визначити методи психологічної допомоги підліткам при наявності таких станів.

**Об’єкт дослідження**: наукові праці сучасних вітчизняних
докторів медичних та психологічних наук.

**Предмет дослідження:** особливості соціально – психологічної адаптації підлітків.

**Структура роботи**. Робота складається з вступу, двох розділів, шести підрозділів, висновків, списку використаних джерел.

# РОЗДІЛ 1. ДЕЗАДАПТАЦІЯ У ПІДЛІТКІВ: СУТНІСТЬ ТА ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ

# 1.1. Поняття та характеристика адаптації та дезадаптації особистості

Визначення поняття адаптації являє собою складну філософсько-методологічну проблему, це пов’язано насамперед з тим що різні автори мають на увазі під ним різні аспекти змін суб'єкта адаптації та адаптогенної ситуації.

Так, такі автори як: А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов визначають «адаптацію» як процес і результат внутрішніх змін, зовнішнього активного пристосування та самозміни індивіда до нових умов існування. [17, с.11]

А. Б. Георгіївськийдаєтаке визначення поняття: адаптація − особлива форма відображення системами впливу зовнішньої та внутрішнього середовища, що полягає у тенденції до встановлення з ними динамічної рівноваги.

# 1.2. Чинники розвитку дезадаптації підлітків

Зазвичай наявність певної проблеми є наслідком власних дій чи оточення, або залежно від ситуацій, які відповідно мають вплив на людину(в тому числі підлітка), що здатні похитнути її соціопсихологічного чи психофізіологічний статус. При нездатності підлітка самостійно впоратись з таким тиском він автоматично набуває статусу причини або чинника, який в подальшому може привести до розладів адаптації. Тому є необхідність у висвітленні чинників розвитку дезадаптації для більшого осягнення теми.

Традиційно чинники розладів адаптації розглядають в залежності від сфери впливу на підлітка(сім’я, навчальний заклад, місце проживання), або від того з якого середовища вони утворюються (внутрішні(особистісні) та зовнішні(оточення)).[3]

Групи факторів дезадаптації поділяються на внутрішні (особистісні) та зовнішні (середовищні). [14, c.88]

# 1.3. Психологічні особливості підлітків з розладами адаптації.

Підлітковий період характеризується інтенсивним фізіологічним та психічним розвитком. В свою чергу соціальні умови в яких перебуває підліток має тісний зв’язок з його психічним розвитком: довірливі стосунки із дорослими та однолітками, сприятливий вплив середовища на демонстрацію власних навичок та здібностей тощо − все це грає велику роль в світі підлітка. В цей період відбувається процес особистісного зростання відповідно становлення власного вибору, понять моралі, саморегуляції, моральних почуттів та переживань. Відсутність порозумінь, підтримки, спілкування, власного бачення вирішення проблем, а також наявність стресу на фоні цих факторів впливає на розвиток и як наслідок може викликати дезадаптацію підлітка для подолання якої необхідно докласти чимало зусиль.[9,с.38]

Розлади адаптації підлітків призводить до наслідків, які зазвичай мають негативний характер. До них належать:

* особистісні деформації;
* недостатній фізичний розвиток;
* затримка психічного розвитку;
* можливі мозкові дисфункції;

# РОЗДІЛ 2: ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗЛАДІВ АДАПТАЦІЇ У ПІДЛІТКІВ

# 2.1. Методи емпіричного дослідження розладів адаптації у підлітків

При дослідженні використовувались такі методи дослідження:

− аналіз психолого-педагогічної та науково-методичної літератури;

 − діагностика;

− методи математичної статистики;

Окрім загальних методів були використані такі методики:

1. Тест шкільної тривожності Філіпса (для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою); [Додаток 1]

Для визначення рівня і характеру тривожності, яка пов’язана зі навчання у школі, у дітей (підлітків) застосовується тест шкільної тривожності Філіпса. Тест складається з 58 питань, які надаються у письмовому вигляді. Кожне питання потребує однозначної відповіді, відповідно написати «так» («плюс») або «ні» («мінус»).

#

# 2.2. Результати емпіричного дослідження

Обробивши відповіді тесту оцінки рівня тривожності Філіпса був отримано такий результат (Діаграма №1):

 У 62 % опитаних підлітків відсутня шкільна тривожність. Вони характеризується спокійним, помірним відношенням до навчання, відсутністю конфліктів з однолітками та вчителями. Навчаються на високий рівень. Мають виважену систему дій стосовно навчання та виконують все вчасно.

 В 32% отриманих відповідях підлітки мають підвищений рівень тривожності. Серед них 28 % підлітків відчувають переживання соціального стресу (емоційний стан дитини, на тлі якого розвиваються його соціальні контракти (перш за все з однолітками)). Таким чином, тривожність пов’язана з колективом в якому находиться підліток, як результат неможливість спокійно реалізовувати себе за наявності певних однолітків і наявність стресу. У 8% опитаних наявний страх ситуацій перевірки знань(негативне ставлення і переживання тривоги в ситуаціях перевірки (особливо публічної) знань, досягнень, можливостей). Цей відсоток підлітків характеризується переживання при публічному оголошені досягнень, пошуку шляхів уникнення присутності при таких виступах.

2.3. Методи психологічної допомоги підліткам з розладами адаптації

До основних шляхів, що сприяють запобіганню та подоланню наслідків розладів адаптації підлітків відносяться:

* створення сприятливих для дитини середовищ;
* недопущення перевантажень через невідповідність рівня проблеми навчання та організації навчального процесу індивідуальним можливостям дитини;
* підтримка та допомога підліткам в адаптації до нових умов;
* спонукання підлітка до самоактивізації та самопрояву у середовищі життєдіяльності, що стимулюють їх адаптацію;
* створення доступної спеціальної служби соціально-психологічної та педагогічної допомоги різним категоріям населення, яке опинилося у важкій життєвій ситуації: телефони довіри, кабінети соціально-психологічної та педагогічної допомоги, кризові стаціонари;
* навчання батьків, вчителів та вихователів методики роботи щодо запобігання та подолання наслідків дезадаптації, підготовка фахівців для спеціалізованих служб соціально-психологічної та педагогічної допомоги різним категоріям людей у важкій життєвій ситуації.

**ВИСНОВКИ**

Підводячи підсумок необхідно наголосити, що «адаптація» − це перебудова психіки особистості під дією об'єктивних чинників оточуючого середовища, і навіть змога індивіда адаптовуватись до будь-яких викликів оточення без почуття внутрішнього дисонансу і розбіжності з оточуючими. Характеризується «здоровими» появами соціалізації та психіки особистості.

В свою чергу «дезадаптацію» можна визначити як неможливість підлаштовуватись під зміни навколишнього середовища без наявності внутрішнього конфлікту, включаючи зміни поведінки та взаємин особистості з оточуючими його людьми.

Тому розлади адаптації можна охарактеризувати як емоційні та поведінкові розлади, що виникають у відповідь на стрес і порушують адаптацію людини

# СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алмазов Б.Н. Психологическая средовая дезадаптация несовершеннолетних. Свердловск: УрГУ, 2013. 150 с.
2. Анопрієнко О. В. Сім’я як чинник виникнення психоемоційних порушень підлітків. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова.* Серія 12. Вип. 37 (61). К. 2012. С. 171−174.
3. Анопрієнко О. В. Стиль батьківської поведінки як чинник виникнення і подолання хронічного стресу в підлітковому віці. 2017. URL: [https://npu.edu.ua/images/file/vidil\_aspirant/dicer/Д\_26.053.10/Anoprienko.pdf](https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/%D0%94_26.053.10/Anoprienko.pdf)
4. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. М.: Издат. центр «Академия», 2010. 192 с.
5. Бурмистрова М.Н., Васильева Л.Л., Петрова Л.Ю. и др.. Социально-педагогический словар. URL: <https://didacts.ru/termin/dezadaptacija.html>
6. Герасименко Л. О. Психосоціальна дезадаптація (сучасні концептуальні моделі). URL: <https://uvnpn.com.ua/upload/iblock/b7a/b7ad05a3807f46310917057e59ac99a8.pdf>
7. Глушко Н. В., Супрун М. О. Дезадаптація підлітків: причини й наслідки. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/708117/1/Глушко%20Н.В.%2C%20Супрун%20М.О.%20%20Дезадаптація%20підлітків-%20причини%20й%20наслідки.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/708117/1/%D0%93%D0%BB%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%BE%20%D0%9D.%D0%92.%2C%20%D0%A1%D1%83%D0%BF%D1%80%D1%83%D0%BD%20%D0%9C.%D0%9E.%20%20%D0%94%D0%B5%D0%B7%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F%20%D0%BF%D1%96%D0%B4%D0%BB%D1%96%D1%82%D0%BA%D1%96%D0%B2-%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%87%D0%B8%D0%BD%D0%B8%20%D0%B9%20%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%BA%D0%B8.pdf)
8. Грись А. М., Голубнюк В. О. Психологічні чинники соціальної дезадаптації підлітків. URL: <http://www.appsychology.org.ua/data/jrn/v11/i14/4.pdf>
9. Гусєв А. І. Психологія соціально дезадаптованої поведінки. URL:<http://osvita-zm.org.ua/wp-content/uploads/2017/02/Psyhologiya-sotsialno-dezadaptovanoyi-povedinky.pdf>
10. Денисов І. Г. Стрес та стресові стани як чинник асоціальної поведінки в підлітковому віці. *Наука і освіта. 2010.* № 3. С. 28−32.
11. Карпенко Є. В. Вікова та педагогічна психологія. URL: [http://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/348/1/Карпенко%20Є.%20вікова.pdf](http://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/348/1/%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%BF%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%84.%20%D0%B2%D1%96%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0.pdf)
12. Кириченко Т. В. Психологічні механізми саморегуляції поведінки підлітків: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. К., 2001. 20 c.
13. Коджаспирова Г. М., Коджаспиров А. Ю. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2001. С. 33−34.
14. Костіна В. Теоретико-методичні засади профілактики дезадаптації учнів у різних соціальних інституціях. URL: <https://www.pulib.sk/web/kniznica/elpub/dokument/Bernatova9/subor/Kostina.pdf>
15. Мардахаев, Л. В. Социальная педагогика: педагогика становления и развития личности: ученик. *Российский государственный социальный университет*. Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. 252 с.
16. Миронець М. Г. Психологічні особливості переживання самотності в підлітковому віці. *Наука і освіта*. № 1/2. 2013. С. 66−68.
17. Молодцова Т. Д. Основные виды и типы подростковой дезадаптации. URL:<https://e-koncept.ru/2013/13099.htm>
18. Петрова Е.Ю. Школьная дезадаптация и педагогические условия ее преодоления. *Вестник Томского государственного педагогического университета*. 2012. №11(126). С. 166 – 169.
19. Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. URL: <http://portal.iapm.edu.ua/portal/media/books/1fd5366754d940159f1525e47aaaa992.pdf>
20. Скрипченко О.В. Вікова та педагогічна психологія. URL: <https://westudents.com.ua/knigi/495-vkova-ta-pedagogchna-psihologya-skripchenko-ov.html>
21. Сойма Н.Д. Причини та наслідки формування дезадаптації у підлітків. URL:[https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/11730/1/ПРИЧИНИ%20ТА%20НАСЛІДКИ%20ФОРМУВАННЯ%20ДЕЗАДАПТАЦІЇ%20У%20ПІДЛІТКІВ.pdf](https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/11730/1/%D0%9F%D0%A0%D0%98%D0%A7%D0%98%D0%9D%D0%98%20%D0%A2%D0%90%20%D0%9D%D0%90%D0%A1%D0%9B%D0%86%D0%94%D0%9A%D0%98%20%D0%A4%D0%9E%D0%A0%D0%9C%D0%A3%D0%92%D0%90%D0%9D%D0%9D%D0%AF%20%D0%94%D0%95%D0%97%D0%90%D0%94%D0%90%D0%9F%D0%A2%D0%90%D0%A6%D0%86%D0%87%20%D0%A3%20%D0%9F%D0%86%D0%94%D0%9B%D0%86%D0%A2%D0%9A%D0%86%D0%92.pdf)
22. Суслова О.И., Денисова Ю.А. Феномен социальной дезадаптации в психологи. URL: <https://www.sgu.ru/sites/default/files/conf/files/2017-03/suslova_denisova_idpo_2017.pdf>
23. Татьянчиков А.О. Психологічні особливості адаптації підлітків до навчання в основній школі. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/4984/1/Article2.pdf>
24. Татьянчиков А.О. Розумові операції в контексті адаптації учнів до навчання в основній школі: *Методичні рекомендації педагогічним працівникам загальноосвітніх шкіл та практичним психологам*. Слов’янськ: Вид-во: Б.І. Маторіна, 2015. 114 с.
25. Хоронжук В. І. Психолого-педагогічні особливості старшокласників як фактор ризику виникнення дезадаптації. URL: <https://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/horonzhyk_v.i._psychological_and_educational_characteristics_of_senior_students_is_the_risk_factor_for_the_rise_of_disadaptation..pdf>
26. Швець Т.М. Соціальна дезадаптація підлітків у теоретичному контексті: сутність і причини виникнення. URL: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/551486.pdf>

ДОДАТКИ

**ДОДАТОК 1**

**Оцінка рівня Тривожності (тест шкільної тривожності Філіnca)**

Для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою, у дітей молодшого та середнього шкільного віку застосовується тест шкільної тривожності Філіпса. Тест складається з 58 питань, які можуть зачитуватися школярами, а можуть і пропонуватися в письмовому вигляді. На кожне питання потрібно однозначно відповісти «Так» (ставиться знак «плюс») або «Ні» (знак «мінус»). Перед початком роботи дітям пропонується інструкція: «Діти, зараз вам буде запропоновано опитувальник, який складається з 58 питань про те, як ви себе почуваєте в школі. Намагайтеся відповідати щиро і правдиво, тут немає вірних чи невірних, хороших чи поганих відповідей. Над питаннями довго не замислюйтесь. Bгopi на аркуші напишіть свої ім'я, прізвище і клас. Відповідаючи на питання. записуйте його номер і відповідь: «плюс», якщо ви згодні з ним, або «мінус», якщо не згодні».

***Текст опитувальника Філіпса***

1. Чи важко тобі триматися на одному рівні з усім класом?

2. Хвилюєшся ти, коли вчитель говорить, що збирається перевірити, наскільки ти знаєш матеріал?

3. Чи важко тобі працювати в класі так, як цього хоче вчитель?

4. Чи сниться тобі часом, що вчитель у люті від того, що ти не знаєш урок?

5. Чи траплялося, що хто-небудь з твого класу бив або вдарив тебе?

6. Чи Часто тобі хочеться, щоб вчитель не поспішав при поясненні нового матеріалу, поки ти не зрозумієш, що він говорить?

7. Чи Сильно ти хвилюєшся при відповіді або виконанні завдання?

8. Чи трапляється з тобою, що ти боїшся висловлюватися на уроці, тому що боїшся зробити дурну помилку?

**ДОДАТОК 2**

Тест-опитувальник батьківського ставлення А. Я. Варга і В. В. Столін (ОРО) являє собою психодіагностичний інструмент, орієнтований на виявлення батьківського ставлення в осіб, що звертаються за психологічною допомогою з питань виховання дітей і спілкування з ними.

Батьківське ставлення розуміється як система різноманітних почуттів по відношенню до дитини, поведінкових стереотипів, що практикуються в спілкуванні з ним, особливостей сприйняття і розуміння характеру й особистості дитини, її вчинків.

***Опитувальник складається з 5 шкал:***

1. «Прийняття-відкидання». Шкала відображає інтегральне емоційне ставлення до дитини. Утримання одного полюса шкали: батькові подобається дитина таким, який він є; батько поважає індивідуальність дитини, симпатизує йому; батько прагне проводити багато часу разом з дитиною, схвалює його інтереси і плани. На іншому полюсі шкали - батько сприймає свою дитину поганим, непристосованим, невдахою; йому здається, що дитина не досягне успіху в житті через низькі здібностей, невеликого розуму, поганих схильностей. Здебільшого батько відчуває до дитини злість, досаду, роздратування, образу; він не довіряє дитині і не поважає його.

**ДОДАТОК 3**

**«Карта спостережень» Д. Стотта**

Ця методика використовується для діагностики труднощів в адаптації дитини в школі, аналізу характеру дезадаптації та ступеня нездатності дітей до школи на основі довгострокового спостереження, дає можливість отримати картину емоційного стану дитини, що не дозволяє адекватно адаптуватися до вимог шкільного життя. Карта складається зі 198 «сегментів», згрупованих у 16 синдромів.

* 1. − недовіра до нових людей, речей, ситуацій;
	2. − депресія;
	3. − відхід у себе;
	4. − занепокоєння щодо дорослих;
	5. – ворожість до дорослих;
	6. − занепокоєння стосовно дітей;
	7. − відсутність соціальної нормативності;
	8. − ворожість стосовно інших дітей;
	9. − занепокоєння;
	10. – емоційний стрес;
	11. − невротичні симптоми;
	12. – несприятливі умови довкілля;
	13. − сексуальний розвиток;
	14. − хвороби та органічні порушення;
	15. − фізичні дефекти.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | НД | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Д | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 9 | 10 | 8 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|  |  |  |  |  | В | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ТВ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | ВД | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|  |  |  | ЗД | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 1 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | А | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 | 11 | 7 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Н | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | ВД | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | ЕН | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 9 | 10 | 6 | 7 | 8 | 11 | 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | НС | 2 | 3 | 4 | 1 | 5 | 6 | 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | С | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | СР | 1 | 2 | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | РО | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ф | 1 | 2 | 4 | 5 | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |