

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

**МОЖЛИВОСТІ ГРУПОВОГО ТРЕНІНГУ У
ПОДОЛАННІ ШКІЛЬНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ
УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ**

Курсова робота

Студентки 56 групи
соціально-психологічного факультету
(заочна форма навчання)

ГОРГОЛИ Л.П.

Науковий керівник:

Кириченко В.В.

Житомир-2009

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
Розділ 1. Теоретичний аналіз проблеми шкільної дезадаптації у соціально-психологічній літературі.....	6
1.1. Поняття адаптації та дезадаптації	6
1.2. Шкільна дезадаптація: причини та наслідки	11
Розділ II. Дослідження особливостей шкільної дезадаптації у підлітків.....	21
2.1. Методологічні засади дослідження.....	21
2.2. Дослідження умов соціальної адаптації підлітків методом порівняльного аналізу.....	22
Розділ III. Можливості групового ренінгу у подоланні шкільної дезадаптації підлітків	27
3.1. Груповий тренінг подолання шкільної дезадаптації.....	27
3.2. Результати повторного дослідження проявів шкільної дезадаптації	40
ВИСНОВКИ	42
Список використаної літератури.....	44
ДОДАТКИ.....	46

ВСТУП

Актуальність дослідження. Значні зміни, що відбуваються у житті всього нашого суспільства, сполучаються з багатьма труднощами не лише в економічній, політичній, соціальній сферах, а й в етико-психологічній. Особливо гострі проблеми стосуються підростаючого покоління. За останні роки зросли показники підліткової і, що найбільш тривожно, дитячої злочинності, а також відхилень в емоційному здоров'ї школярів. Багато дітей і підлітків відзначаються підвищеною нервозністю, надмірною чутливістю та гарячковістю, вразливістю та емоційною неврівноваженістю. Але найбільш непокоять батьків, педагогів, психологів, соціальних працівників, громадськість такі прояви поведінкової активності дітей і підлітків, як агресивність, жорстокість, цинізм, відчуженість, духовна спустошеність. Стрімке зростання рівня агресивності багатьох дітей і підлітків – одна з найбільш актуальних проблем сьогодення [4].

Аналіз наукової літератури показав, що ця проблема останнім часом викликає все більший інтерес дослідників і практиків, про що свідчить стрімкий ріст кількості досліджень та публікацій з питань агресії, насильства і конфліктів

Як вітчизняними, так і закордонними дослідниками вивчалися особливості агресивної поведінки осіб різних вікових груп (Г.М.Андрєєва, К.Бютнер, О.В.Гордякова, М.Дерешкявічус, С.О.Завражин, Л.Йовайша, І.Маковська, О.К.Осницький, Л.М.Семенюк, Л.С.Славіна, І.О.Фурманов та ін.), проблеми агресивності у зв'язку з конфліктами (Г.С.Васильєва, В.В.Ковальов, М.Д.Левітов, В.С.Мерлін, М.С.Неймарк, Є.Р.Романін та ін.), емоціями (В.К.Вілюнас, Т.Дембо, Д.Зільман, К.Ізард, Я.Рейковський та ін.), фрустрацією (А.Бандура, Д.Доллард, Л.П.Колчина, М.Мауєр, І.Міллер, Р.Сієре та ін.)[14]. Низку праць присвячено дослідженню взаємозв'язку агресивності з тривожністю, невротизмом, окремими властивостями нервової системи людини, а також вивченню агресивних проявів в осіб з патопсихологічними відхиленнями (М.І.Буянов, І.В.Жданова, О.Ф.Кенберг,

Л.Пожар, О.В.Серебритьська та ін.) й агресивних дій криміногенного характеру (Н.В.Алікіна, І.Б.Бойко, В.В.Знаков, С.М.Єніколопов, Е.Квятковська-Тоховиц, С.В.Кудрявцев та ін.) [14]. Водночас результати досліджень залежності між рівнем агресивності та окремими індивідуально-психологічними характеристиками особистості не надають цілісної інформації про механізми детермінації агресивних поведінкових проявів, тому що їх симптоми розглядаються відокремлено, а не в комплексі.

Описані особливості та протиріччя розвитку особистості дитини під час шкільного навчання мають важливе значення для підлітків, які прагнуть глибше зрозуміти свої психологічні властивості й враховувати їх при плануванні навчання та інших видів своєї діяльності.

Саме тому ми вважаємо, що проблема шкільної дезадаптації та шляхи її корекції за допомогою групового ренінгу є актуальною і потребує ґрунтовного вивчення. За основу дослідження ми взяли підлітковий вік, так як він є найбільш проблемним у процесі шкільного навчання.

Об'єкт дослідження – соціально-психологічний феномен процесу дезадаптації.

Предмет дослідження – шкільна дезадаптація та можливості групового ренінгу у її подоланні.

Мета дослідження полягає у з'ясуванні особливостей перебігу дезадаптаційних переживань у підлітків і визначенні ролі групового тренінгу у її подоланні.

Гіпотези дослідження: внаслідок групового корекційно-розвиваючого тренінгу особистісні характеристики змінюють свої якісні властивості в результаті чого знижується рівень шкільної дезадаптації у підлітків.

Завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми шкільної дезадаптації у соціально-психологічній літературі.
2. Підібрати діагностичний інструментарій до виявлення психологічних механізмів дезадаптаційних переживань у підлітків

3. Вивчити психологічні механізми дезадапційних переживань у підлітків.
4. Розробити та апробувати тренінгову програму по зменшенню тривожності, емоційної напруги та покращенню міжособистісних відносин підлітків з метою кращої їх адаптації до навчання у школі.

Методи дослідження: теоретичний аналіз наукової літератури, спостереження, тестування, бесіда, методи математичної статистики.

Експериментальна база дослідження: учні 6 класу школи №25 м. Житомира.

Теоретичне значення роботи полягає у розширенні і поглибленні знань про психологічний зміст шкільної дезадаптації підлітків, їх ціннісних орієнтацій.

Розділ 1. Теоретичний аналіз проблеми шкільної дезадаптації у соціально-психологічній літературі

1.1. Поняття адаптації та дезадаптації

Поняття "адаптація" відіграє важливу роль у різних галузях сучасної науки, в тому числі в педагогіці та психології. У прикладних галузях процесам адаптації індивіда в тому чи іншому середовищі й подоланню його дезадаптації приділяється чимало уваги. Але при розгляді теоретичних проблем, і особливо в психології особистості, адаптації надають або часткового значення (наприклад, розглядають як першу фазу особистісного становлення індивіда, що вступає у відносно стабільну соціальну спільність або взагалі негативно висловлюються про вживання цього поняття, аж до того, що уявлення про пристосувальну функцію психічного й особистості пояснюється «абсолютно неможливим» [22].

Важливий вклад у розробку широкого поняття адаптації вніс Ж. Піаже. Згідно з його концепцією, адаптація і в біології, і в психології розглядається як єдність протилежно спрямованих процесів акомодатії й асиміляції. Якщо ж перший термін застосовувати в широкому значенні, то потрібно говорити "адаптація до середовища", що забезпечує модифікацію, функціонування організму чи дій суб'єкта у відповідності з властивостями середовища. Другий же процес змінює ті чи інші компоненти цього середовища, переробляючи їх згідно із структурою організму або включаючи у схему поведінки суб'єкта. Вказані процеси тісно пов'язані між собою і опосередковують один одного (що не виключає в кожному конкретному випадку ведучої ролі якого-небудь із них). "Точно так, — писав Піаже, — як немає асиміляції без акомодатії (попередньої чи поточної), так і немає акомодатії без асиміляції"[2].

Розгляд адаптації в єдності цих протилежних напрямків є важливою умовою використання даного поняття як категорії, що відіграє значну роль у поясненні всякого активного функціонування. При цьому, поряд із

загальними закономірностями адаптації, що проявляються на біологічному, психологічному та соціальному рівнях, необхідно враховувати ті особливі форми, яких набула вона в різних типах людської діяльності.

У вітчизняній літературі зустрічається більш широке розуміння соціальної адаптації: це процес змін соціальних, соціально-психологічних, морально-психологічних, економічних і демографічних стосунків між людьми, пристосування до середовища. Серед специфічних особливостей соціальної адаптації виділяють: активну участь свідомості, вплив трудової діяльності людини на середовище, активна зміна людиною результатів своєї соціальної адаптації відповідно до соціальних умов буття. Тут корисні ідеї Є. С. Маркаряна, який говорив, що людське суспільство є не просто адаптивною (як біологічне), а адаптивно-адаптуючою системою, оскільки людська діяльність має перетворювальну природу. Окремі автори і відмічають, що наукове поняття соціально-психологічної адаптації особистості можливе тільки на основі ідеї онтогенетичної соціалізації, якщо визначення цього поняття, у свою чергу, правильно відображає той реальний і складний процес, завдяки якому індивід перетворюється на особистість, що наділена основними рисами соціально-психологічної зрілості.

Оскільки соціалізація особистості не завжди забезпечує її соціально-психологічну адаптацію, то слід виділити два її різновиди [14]:

- а) адаптуючу соціалізацію;
- б) дезадаптуючу соціалізацію.

У кожному випадку, визначаючи адаптуючий чи дезадаптуючий характер соціалізації особистості, слід уточнювати ті соціальні групи чи типові соціальні ситуації, в яких розглядається її адаптованість чи дезадаптованість.

Виділяють такі різновиди психолого-педагогічної адаптації.

Нормальна адаптація. Нормальним можна назвати такий адаптований процес, який призводить до стійкої адаптованості в типових проблемних ситуаціях без паталогічних змін структури особистості й одночасно без

порушень норм тієї соціальної групи, в котрій протікає її активність. Нормальна адаптація буває двох видів: захисна і незахисна.

Нормальна захисна адаптація — ті дії особистості, що здійснюються з допомогою захисних механізмів (агресії, раціоналізації, проєкції, регресії, формування зворотної реакції тощо), якщо ці механізми не стали патологічними. Незахисні адаптивні процеси відрізняються тим, що починаються у нефрустуючих проблемних ситуаціях, які вимагають від особистості прийняття раціональних рішень. Вони здійснюються без участі відомих захисних механізмів з допомогою незахисних адаптивних комплексів. Для досягнення адаптованості в умовах виникнення проблемних нефрустуючих ситуацій використовуються пізнавальні процеси особистості, процеси цілеутворення і групові соціально-психологічні механізми. Вирішення завдань здійснюється з допомогою різних форм соціального відходу (наприклад, комфортної поведінки, але без залучення захисних механізмів), процесу спілкування й обміну інформацією, інтелектуалізації індивідуального життєвого досвіду та ін.

Розрізняють ще мішаний, або середній, тип психолого-педагогічної адаптації особистості. Мішаний захисно-незахисний тип здійснюється в тих проблемних ситуаціях, в яких вона частково фрустрована, але одночасно стоїть перед конструктивними завданнями з очікуванням соціальних ролей. Тут ефективно використовуються пізнавальні здібності та соціальний досвід. Індивід при цьому може проявляти захисну агресивність як нахил до самооправдання (шляхом раціоналізації), звинувачення інших (використовуючи механізми проєкції і атрибуції). У випадку захисної адаптації це "відверто" захисний комплекс; незахисна адаптація — це комплекс незахисних механізмів, і в третьому випадку — це мішані (захисно-незахисні) комплекси.

Девіантна адаптація — такий вид адаптації, який забезпечує задоволення потреб особистості в даній групі або соціальному середовищі, при цьому очікування інших учасників соціального процесу не виправдовуються

такою поведінкою. Вона буває:

1) неконформістська — тобто такий процес адаптації особистості, завдяки якому особистість долає внутрішньогрупову проблемну ситуацію незвичайними для членів цієї групи способами та шляхами, і внаслідок цього опиняється в конфліктних відношеннях з нормами групи і їхніми носіями. У неї виникають нові проблемні ситуації, які вимагають нових адаптивних механізмів і поведінки.

2) Інновативна (новаторська), або творча, поведінка. Це різновид людської діяльності або виконання ролі, в процесі якої особистість створює нові цінності, здійснює нововведення в тій чи іншій галузі культури. Цей різновид девіантної адаптації є найбільш могутнім фактором прогресу, основний засіб попередження застою та регресу.

Патологічна адаптація — це такий соціально-психологічний процес (активність особистості в соціальних ситуаціях), який повністю або частково здійснюється з допомогою патологічних механізмів і форм поведінки і приводить до утворення патологічних комплексів характеру, які входять до складу невротичних психопатичних синдромів.

У процесі патологічної адаптації використовуються такі захисні механізми, які виводять поведінку особистості за рамки нормальної.

Важливо виділити ще два різновиди адаптації і, відповідно, адаптованості:

а) адаптація шляхом перетворення і фактичного усунення проблемної ситуації;

б) адаптація із збереженням ситуації.

У першому випадку адаптивні ресурси й механізми особистості мобілізуються для реконструкції реальної соціальної ситуації, а сама особистість набуває змін порівняно незначних і в основному позитивних (оволодіння новими знаннями, уміннями, навичками соціальної компетентності).

У другому випадку зміни особистості відбуваються більш глибокі, але

такі, які в основному не сприяють її самоактуалізації і самовдосконаленню.

Оскільки поняття "адаптація" має не тільки загальнонауковий, а й системно-дисциплінарний характер, отже, реалізує всі ознаки категорії науки. У цьому зв'язку цілком виправданою є точка зору, згідно з якою "діяльність суб'єкта, функціонування його як особистості можуть бути описані у вигляді системи адаптаційних процесів, кожен з яких розгортається в межах певної психологічної ситуації" [4, с.97]. При цьому найбільш евристичним для розвитку суб'єктивного психологічного знання є широке тлумачення поняття адаптації як єдності процесу акомодатції й асиміляції.

Психологічна адаптація розуміється як один з провідних способів і як необхідна умова соціалізації. Саме так її розглядав Л. С. Виготський (1983), аналізуючи процес входження дитини в Нові соціальні ситуації та процес формування у неї певного ставлення до суспільного оточення: зароджуючись у безпосередніх соціальних контактах дитини з дорослими, вищі психічні функції згодом "врастають" у її свідомість.

У теорії психічної адаптації, як правило, виділяються такі етапи розгортання адаптаційних процесів людини: усталена адаптація, переадаптація, дезадаптація, реадаптація.

Таким чином, спираючись на критерій ступеня адекватності між цілями та результатами діяльності особистості, є об'єктивні підстави чітко розмежувати три різновиди адаптаційних процесів-показників:

1) адаптивність як справжня чи відносна гармонійність між суб'єктивними цілями і кінцевими результатами, яка супроводжується позитивним ставленням (оцінкою, розумінням, прийняттям тощо) особистості до навколишнього світу і самого себе;

2) неадаптивність як більшою чи меншою мірою усвідомлена Невідповідність між цілями та результатами діяльності, яка породжує амбівалентні почуття й оцінки, але яка не справляє психотравмуючого впливу на особистість;

3) дезадаптивність яка певна дисгармонія між цілями та результатами,

яка є джерелом психічної напруги (стрес, психічний зрив, шок, паніка і т. ін.), внутрішньою дискомфорту і нестабільності перебігу психічних процесів (страх, депресія, фрустрація тощо). Висока освоєність навколишнього оточення та усталені темпи перебудови внутрішнього світу студента об'єктивуються, як правило, в адекватній адаптаційній взаємодії.

1.2. Шкільна дезадаптація: причини та наслідки

Однією з важливих проблем сучасної системи освіти є проблема розвитку адаптаційних можливостей особистості і профілактика дезадаптації, а також критичні періоди психічного розвитку. Особлива увага звертається на дітей молодшого шкільного віку. Найважливішим є те, що процес звикання до шкільного життя та його умов є складним. Одні діти проходять цей процес легко без психічних травм, а інші важко з чого і впливає проблема “шкільної дезадаптації”.

Шкільна дезадаптація – втрата дитиною навчальної мотивації, низька успішність, конфліктність у спілкуванні з учителями й однолітками. Схильність до асоціальної поведінки, низька самооцінка, домінування негативного емоційного напруження.

Щоб захистити і підтримати дітей молодшого шкільного віку необхідно усвідомлювати важливість не лише функцій постачальника інформації для розуму, а й оберега, на якому можна покласти, на якого дитина може розраховувати у пліні життя. Підтримка дорослого – важливий гарант гармонійного входження малюка у шкільного життя. Адаптація – пристосування дитини до умов та вимог нового середовища. Її результатом є пристосованість як особистісна, що виступає показником життєвої компетентності дитини, її здатності орієнтуватися та впливати на довкілля [14, с.5]

Термін “Шкільна адаптація” став використовуватися для опису різних проблем і труднощів, що виникають у школі. Із цим поняттям пов'язують відхилення в навчальній діяльності – утруднення в навчанні, конфлікти з однокласниками, неадекватну поведінку. Цілком природно, що подолання

тієї чи іншої форми дезадаптивності повинне бути спрямоване на усунення причин, що її викликають.

Хоча адаптація висуває високі вимоги до власних сил дитини. Якщо вчитель готовий здійснювати догляд за душею малюка, орієнтується в законах психічного розвитку молодшого школяра, сповідує особистісно орієнтовану модель освіти, можна сподіватися, що особливих проблем із звиканням до школи немає. Але в більшості проблема адаптації все-таки є.

Адаптація біологічна – пристосування організму до фізичних умов (температури, тиску, вологості, освітлення, запахів, звуків та змін у власному організмі).

Життя плинне, суперечливе, малопередбачуване: не встиг пристосуватися відчутти стабільність існування, як трапляється таке, що докорінно змінює плани, суттєво впливає на самопочуття, змушує пристосовуватися до нового й незвичного.

Не становить винятку і шкільне життя. Воно на кожному кроці ставить вимоги до компетентності дитини, її гнучкості, вміння виділяти головне і другорядне здатності до даного пристосовуватися, а іншому чинити опір, відстоюючи не передбачувані ситуації, проблеми, що потребують вирішення і випробовують дитину на вміння приймати самостійно рішення, надавати чомусь-комусь перевагу, відмовляти у прихильності, відстоювати власну точку зору.

Адаптація психологічна – пристосування дитини як особистості до існування у школі згідно з її вимогами та власними потребами, мотивами та інтересами. Здійснюється шляхом освоєння норм і цінностей шкільного колективу.

Можливо вперше у житті. У цьому сенсі актуалізується проблема формування у дитини пристосованості до життя як здатності бути придатною до повноти проявів, відповідною вимога життя. В даному конкретному випадку – шкільного.

Адаптація соціальна – інтегративний показник стану дитини який

відображає її здатність адекватно сприймати навколишню дійсність, ставиться до людей, подій вчинків, спілкуватися вчитися, працювати, відпочивати регулювати поведінку відповідно до сподівань інших.

Соціальна адаптація (адаптивна діяльність) містить сукупність усіх видів діяльності, що відбуваються одночасно. З одного боку, це зумовлене орієнтувальними потребами пізнання змін у предметній діяльності, встановлення з цією метою необхідних емоційних контактів і відносин, а також оцінювання на підставі цього особистої та суспільної значущості змін, що відбулися. З іншого боку, це здійснювана в діалектичній єдності з оцінковою діяльністю (та на її основі) корекція поведінки особистості та її предметної діяльності, пов'язаної з перетворенням навколишнього середовища.

Із розуміння єдності орієнтувальної та предметної діяльності логічно випливає пояснення утруднень у соціальній адаптації, що відбувається на сучасному етапі науково-технічної революції. Масштаби, тип і значущість перемін, що відбувається, спричинюють утруднення в пізнанні та оцінюванні особистістю суспільної значущості цих перемін. А також у виробленні програми адекватної корекції взаємодії особистості та середовища. Допомогти подолати ці утруднення покликані освіта й виховання.

Один із засновників наукової психології І.Джеймс розглядав уявлення людини про себе, вплив її на соціальну адаптацію. Він писав, що збудником самопочуття для неї є сприятливе чи несприятливе становище у світі, успіх чи невдача. Людина яка за допомогою власних сил досягла успіху із високим становищем у суспільстві, оточена друзями, не буде ставитися до себе з недовірою. Тим часом особа, яка зазнала підряд кількох невдач, занепадає духом. І тому ускладнюється й ідентифікація, самореабілітація, самореалізація особистості, посилюється невпевненість у собі, що свідчить про неспроможність дітей з особливими потребами “вписатися” в динамічний світ. Тобто в цих дітей важко проходить процес соціалізації.

Соціалізація людини – процес перетворення людської істоти на

суспільний індивід, утвердження її як особистості, включення у суспільне життя, як активної і дійової сили. Термін “соціалізація” стосується лише людського суспільства і означає найвищий щабель у розвитку біологічної і психологічної адаптації людини щодо навколишнього середовища. У людському суспільстві біологічна адаптація відтісняється на задній план, поступаючись місцем свідомій і цілеспрямованій соціалізації людини, яка практично здійснюється шляхом включення особи до певних соціальних груп.

Розуміння взаємозв’язків та взаємо переходів процесів адаптації та соціалізації лягло в основу розробки адаптивно-розвиваючої концепції соціалізації.

Сутність адаптивно-розвиваючої концепції соціалізації полягає в розгляді соціалізації як взаємодії людини, що триває все її життя, з навколишнім середовищем шляхом (за допомогою) адаптації, що змінюють одна одну, у кожній зі сфер її життєдіяльності. Усяка адаптація як особлива діяльність людини, що пов’язана із засвоєнням чергової нової соціальної ситуації (суб’єктивно нової для конкретного індивіда), додає їй соціального досвіду (що об’єктивно існує як елемент культури цього суспільства) і тим самим підвищує рівень її соціалізації. Подальша адаптація індивіда, спираючись на новий вищий рівень його соціалізації, відбувається ефективніше, уможливлуючи його швидше підняти на чергову сходинку соціалізації. Під час сукупної взаємодії індивіда із соціальним середовищем (а отже, і впливу індивіда на суспільство в напрямку задоволення своїх соціальних потреб) здійснюється переміни в суспільстві в бік більшої орієнтації на людину, сукупність її соціальних інтересів. Отже, реалізується другий бік неподільного процесу соціалізації – соціалізація суспільства. Очевидно, що соціальна адаптація і соціалізація – це нерозривні в своїй єдності процеси, що доповнюють один одного й мають у своїй основі (як і всяка взаємодія в природі) обмін інформацією, енергією та речовиною, проте різняться як змістовними, так і тимчасовими параметрами.

На нашу думку, викладена концепція соціалізації створює передумови для найповнішого та най адекватнішого розкриття місця й ролі виховання в процесі становлення особистості, дає змогу скоригувати (а в чомусь по-новому визначити) цілі й функції виховання на сучасному етапі розвитку нашого суспільства (див. рис. 1.1.)

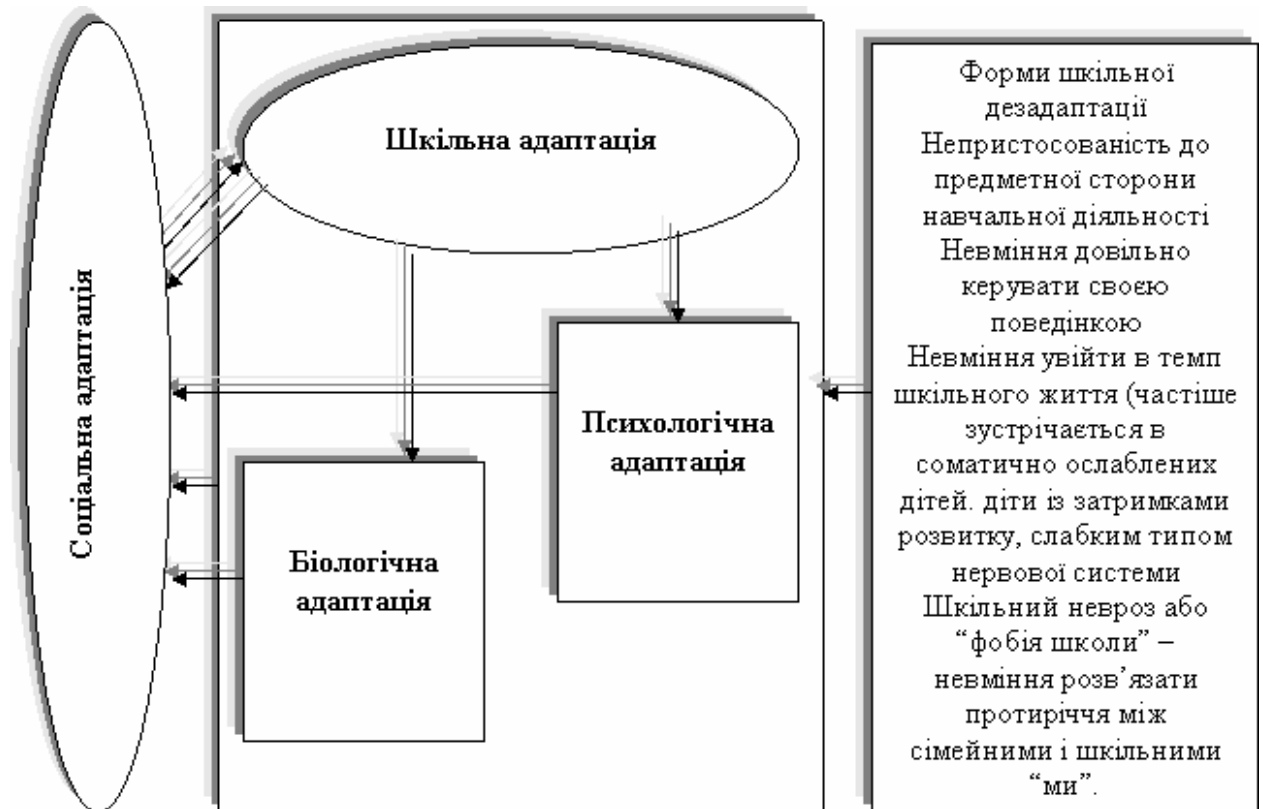


Рис. 1.1. Взаємозв'язок соціальної адаптації із шкільною

Шкільна дезадаптація проявляється у таких формах (див. рис. 1.2.):

- непристосованість до предметної сторони діяльності;
- нездатність керувати своєю поведінкою;
- нездатність прийняти тем шкільного життя;
- шкільний невроз, або "фобія школи"

Аналіз проблеми дезадаптації дає можливість виділити також найважливіші чинники, що впливають на успішність процесі адаптації до школи:

- рівень готовності дитини до школи (фізичної, соціальної, психологічної);

- стан здоров'я;
- психологічні особливості (слабкий тип нервової системи, підвищена сензитивність, надмірна збудженість);
- особливості розвитку (несформованість емоційно-вольової сфери, слабка саморегуляція поведінки);
- неправильне виховання в сім'ї (егоцентричний тип виховання, несприйняття дитини, гіперсоціальне виховання, тривожно-підозріле);
- стиль спілкування вчителя з учнями (авторитарний, демократичний, ліберальний, скандальний, непослідовний тощо).



Рис. 1.2. Схема проявів і форми шкільної дезаптації

Дані чинники ми подаємо на рис. 1.3.

Практичне дослідження впливу зазначених чинників на процес адаптації учнів до школи є необхідною умовою розвитку продуктивної активності та творчої дитини. Вивчення цих показників відкриває можливості розробки стратегії індивідуалізації навально-виховної роботи з

дітьми та психолого-педагогічних рекомендацій щодо подолання різних форм дезадаптації в підлітків. Це є актуальним завданням сучасної школи, робота якої спрямована на гармонійне формування особистості, створення сприятливих умов для самореалізації кожної дитини.

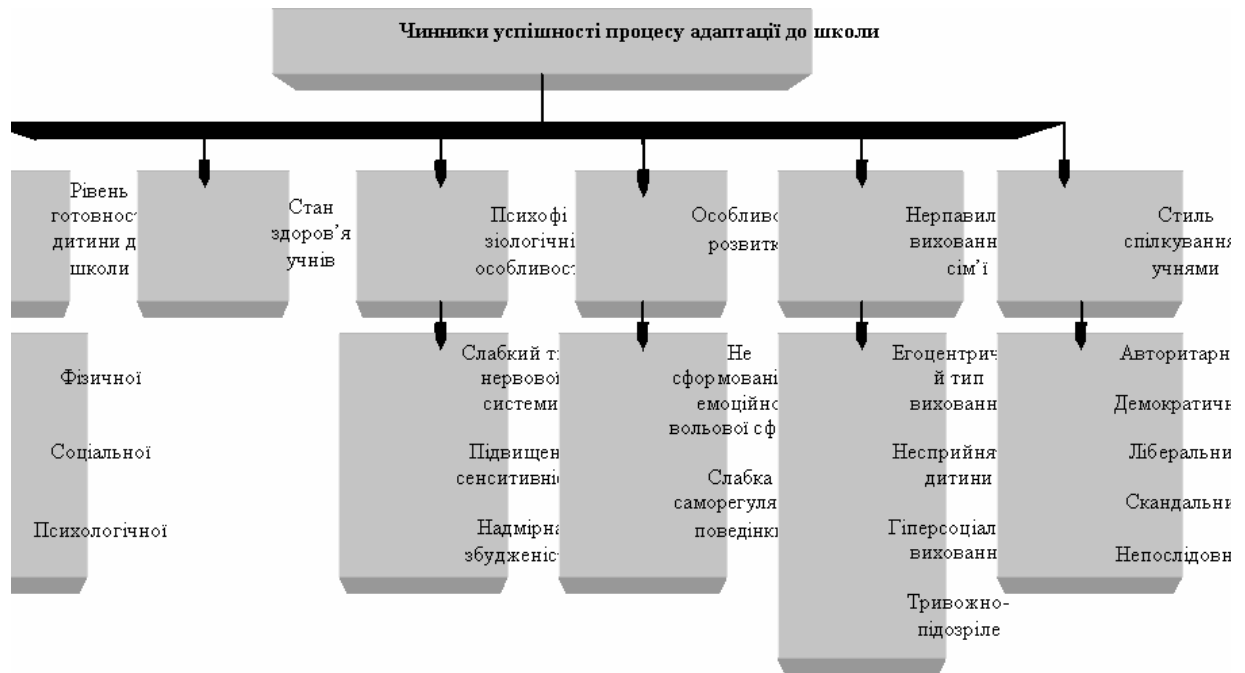


Рис. 1.3. Схема чинників успішності процесу адаптації до школи

Тоді як адаптація – це існування організму в мінливих умовах, шкільна дезадаптація - це відхилення у навчальній діяльності, утруднення у навчанні, конфлікти з однокласниками, неадекватна поведінка. Звідси результат об'єктивних утруднень, небажання відвідувати школу. Цілком природно, що подолання тієї чи іншої форми дезадаптованості повинне бути спрямоване на усунення причин, що її викликають. Дитина потрапляє в нову соціальну групу. Ситуація нового, невідомого для неї є в деякій мірі тривожною.

Дитина переживає емоційний дискомфорт, перш за все через невизначеність щодо вимог вчителів, про умови навчання, цінностей поведінки в колективі. Такий стан можна назвати станом внутрішньої

напруги, настороженості, слабкої здатності у вирішенні інтелектуальних питань.

Неможливо говорити про адекватне сприйняття дитиною оточуючого світу, через призму власної тривоги. Все це ускладнює весь навчально-виховний процес, продуктивність праці на уроці стає проблемною. Навіть потенційний відмінник може стати відстаючим в умовах дезадаптації.

Не менш важливим є процес адаптації вчителя, якщо вчитель не знає своїх учнів, він не може успішно організувати їх самообслуговування, індивідуалізувати, диференціювати навчання. І не має значення яким чином розпочався навчальний рік в школі, процес адаптації все одно йде. Питання в тому, скільки часу, і на скільки ефективно. Суть адаптаційного періоду в школі полягає в тому, щоб створити неминучий процес адаптації більш інтенсивнішим. Ефективність процесу шкільної адаптації значною мірою визначає успішність навчальної діяльності, збереження фізичного і психічного здоров'я дитини.

Дезадаптованість - не процес, а стан, що виникає від незадоволення основних потреб у результаті використання неадекватних способів поведінки. Дезадаптованість учнів приводить до неадекватної, погано контрольованої поведінки, конфліктних стосунків, проблеми у навчальній діяльності.

Період первинної адаптації — найвідповідальніший. Його орієнтовна тривалість складає строк від першого півріччя до кінця першого року навчання. Саме в цей час у дітей формується ставлення до педагогів і школи, класного колективу й навчальної діяльності. У випадку позитивного закінчення первинної адаптації це ставлення стає довірливо-зацікавленим. Якщо ж дитині так і не вдалося досягти певного психологічного оптимуму активності в навчальному колективі, то її переживання будуть недовірливо-тривожними. В останньому випадку необхідно говорити вже про вторинну дезадаптацію [14].

У ситуаціях, коли по закінченні річного строку навчання дитина демонструє погану пристосованість до школи й це може проявлятися у її низькій успішності, негативному ставленні до класного колективу або вчителя, у небажанні відвідувати навчальний заклад і в підвищеній дратівливості або конфліктності в ньому, то є підстави говорити про розгортання процесу її вторинної дезадаптації, яка є наслідком неспроможності учня самостійно подолати ті психолого-педагогічні проблеми, з якими він зіткнувся під час шкільного навчання. В цьому випадку для визначення ступеня й характеру важковиховуваності дитини з метою надання психокорекційних рекомендацій психологові необхідно використовувати спеціальні методи дослідження. Серед таких методів непогано зарекомендували себе карта спостережень Скотта, опитувальник Белла, який спрямовано на виявлення ступеня непристосованості дітей до різних царин життя (сім'я, школа, ставлення до суспільства, до самого себе).

Перспективним уявляється ознайомлення з наступними симптомами дезадаптованості, сформульованими у вигляді запитань опитувальника Белла, адресованого дорослому оточенню таких дітей.

Кожний з виділених симптомів окремо або в сукупності за певних соціальних обставин може виступати пусковим механізмом розвитку шкільної психологічної дезадаптації. А тому констатація їх й врахування у психолого-педагогічній роботі повинно стати предметом особливої уваги як психолога, так і педагогів.

Ще одну проблемну в аспекті адаптації до умов навчання групу учнів у навчальному закладі утворюють обдаровані діти. Основна причина розвитку дезадаптивності таких дітей полягає у невідповідності стандартних навчальних програм розрахованих на навчання дітей з нормативними показниками розвитку, потребам випереджаючого психічного розвитку обдарованих. Окрім того, такі діти характеризуються своєрідними показниками фізичного розвитку й підвищеною психосоціальною чутливістю. Найчастіше дезадаптація проявляється у так званих ефектах

недовантаження обдарованих, коли навчання для них, завдяки легкості виконання завдань, втрачає цікавість, а природна інтелектуальна жвавість і потреба в нових враженнях спонукає розгортання їхньої активності, не пов'язаної зі змістом навчального предмета. Викладач найчастіше сприймає такі прояви активності обдарованого як артефакт навчання, певну перешкоду в роботі класу, що майже неминуче обертається конфліктом між ним і учнем. Тому раннє виявлення такого роду абітурієнтів уже на етапі їхнього вступу до школи, запровадження в навчальний процес елементів диференційованого навчання, розроблення індивідуалізованих програм навчання обдарованих дітей є важливими завданнями профілактики їхньої шкільної психологічної дезадаптації, запобігання розвитку важковиховуваності та конфліктності таких учнів.

Таким чином, з погляду розвитку механізмів дезадаптації особистої зазначимо, що кожна з розглянутих фаз має власні специфічні труднощі, неподолання яких призводить до прояву симптомів дезадаптації. Так, якщо дитині не вдається подолати труднощі фази пристосування, у неї внаслідок нечіткого уявлення про норми й правила групової поведінки набувають розвитку такі риси, як конформність (присосовність) безініціативність, невпевненість у собі. Якщо ж на другій фазі (індивідуалізації) група активно відкидає індивідуальні прояви особистості учня, у нього можуть виникнути такі захисні психологічні механізми, як неадекватно заниженої самооцінка, підозрілість, негативізм та агресивні реакції. Неспроможність інтеграції у групу викликає неприймання дитини або підлітка групою і, навпаки, школярем — групи, що супроводиться його соціально-психологічною ізоляцією, розвитком синдрому аутсайдерства у такої особистості, що здебільшого негативно позначається на дальшому соціальному розвитку людини, негативно впливає на підтримку її психічного здоров'я.

Розділ II. Дослідження особливостей шкільної дезадаптації у підлітків

2.1. Методологічні засади дослідження

З метою встановлення причин та форм перебігу шкільної дезадаптації у рамках курсової роботи, нами було проведене комплексне соціально-психологічне дослідження серед підлітків, учнів 6 класу.

Стратегія дослідження ґрунтується на тому, що найбільш дезадаптивним періодом для дітей у період навчання у школі є перехід з початкової ланки до середньої

Дослідження соціальної адаптації підлітків проводилось нами на базі двох класів Львівської загальноосвітньої школи №25. Кількість учнів, що взяли участь у дослідженні – 45 чол.

Для дослідження проблеми шкільної дезадаптації підлітків ми використовували такі методи та методики:

1. Метод спостереження. Дослідження процесу соціальної адаптації за допомогою психодіагностичних методик:
 - методика малюнок “Мій клас”;
 - методика малюнок “Що мені подобається в школі”;
 - методика малюнок “Моя школа”.
2. Анкетування учителів, батьків по методиках:
 - методика “Експертна оцінка адаптування дитини до школи”;
 - методика “Стиль педагогічного керівника” (за О.Мотковим).

Таким чином, за допомогою цих методик, ми спробуємо виявити показники шкільної дезадаптації підлітків.

2.2. Дослідження умов соціальної адаптації підлітків методом порівняльного аналізу

За допомогою методики “Що мені подобається в школі” діагностувалися особливості мотивації. Малюнкові проби дали змогу визначити:

- мотиваційну незрілість;
- дитячий негативізм;
- високу шкільну мотивацію з позитивним ставленням до школи;
- відсутність шкільної мотивації з перевагою ігрових мотивів;
- пізнавальну мотивацію.

Так порівнюючи дітей двох класів, ми бачимо, що у 6А класі спостерігається висока шкільна мотивація з позитивним ставленням до школи (48,9%), а у 6Б - 46,7%.

Найбільш значущими виявилися розбіжності між двома класами за такими показниками, як асоціальні. Цей симптомокомплекс указує на наявність у дітей невпевненості у схваленні дорослих, що виявляється у різних формах негативізму, а також мотиваційна незрілість.

Досліджуючи взаємини між учителем і учнями, ми використали методику малюнок “Моя школа”, ця методика визначає не тільки взаємини, а й психологічний стан дитини, що виявляє ступінь виразності в дітей таких симптомокомплексів, як захищеність, тривожність, недовіра до себе, відчуття неповноцінності, ворожість, конфліктність, труднощі спілкування, депресивність.

Аналіз результатів малюнкового тесту “Моя школа” показав, що взаємодія між вчителем і учнями у двох класах була однаковою і розбіжності незначні.

Також було проведено методику “Експертної оцінки адаптування дитини до школи”. В ході дослідження нам потрібно було вивчити соціально-психологічну адаптацію дітей до школи за допомогою учителів та батьків.

За результатами в нас вийшла схема для учителів і схема для батьків,

які ми зобразимо у вигляді таблиць 2.2. та 2.3.

Таблиця 2.2.

Результати діагностики вчителів

	Адаптація	Неповна адаптація	Дезадаптація
Показники по 6А класу	89,6	10,3	-
Показники по 6Б класу	76,9	23	-
Різниця показників	12,7	12,7	-

Таблиця 2.3.

Результати діагностики батьків

	Адаптація	Неповна адаптація	Дезадаптація
Показники по 6А класу	85	14,9	-
Показники по 6Б класу	69,2	30,7	-
Різниця показників	15,8	15,8	-

Отримані нами результати показані у стовпчиковій діаграмі для порівняльного аналізу (див. рис. 2.1.)

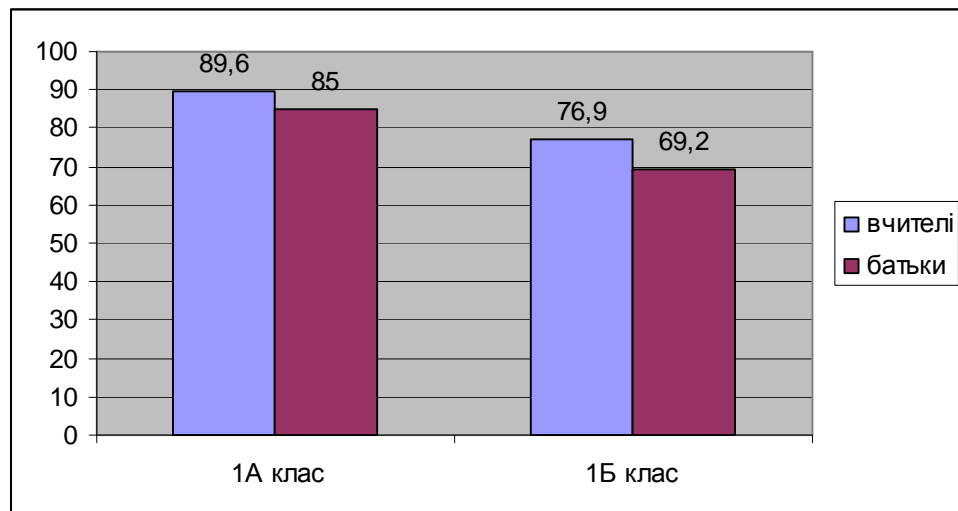


Рис. 1.2. Порівняльний аналіз вчителі-батьки

У нашому дослідженні процес соціальної адаптації дитини розглядається залежно від типу взаємодії педагога з учнями. Щоб це дослідити ми використовували методіку “Стиль педагогічного керівництва (за О.Матковим). Для дослідження було протестовано всіх вчителів молодших класів у двох класах. Всього взяло участь 6 вчителів.

За допомогою аналізу тестування спостерігається високий рівень співпраці педагога з дітьми. Між двома класами розбіжності незначні. Рівень

співпраці педагога з дітьми у 6А класі 84%, а у 6Б класі 79%.

У загальному за даними аналізу вміння встановлювати стосунки співпраці з дітьми 85% учителів, а здатність до емоційного співпереживання, відкритого спілкування 95%. Таким чином, у класі з особистісно-орієнтованим вчителем внутрішнє самопочуття учнів значно краще, вони почуваються захищеними, у них нижчий рівень тривожності, діти більше довіряють собі, їм меншою мірою властиве відчуття неповноцінності, вони не такі ворожі їм легко спілкуватися.

Таким чином, зробимо висновок, що на соціальну адаптацію, шкільну адаптацію дітей, на їх емоційний стан, бажання вчитися впливає характер спілкування вчителя з підлітками.

Учителю слід віддавати пріоритет гуманістичним, демократичним принципам управління навчально-виховним процесом, оскільки вони повною мірою забезпечують успішний перебіг процесу адаптації.

Методом спостереження за навчанням і поведінкою учнів на уроках та в позаурочний час, ми визначили особливості взаємовідносин між учителями і дітьми.

Психодіагностичне обстеження дозволило нам виявити, що в основному процес соціальної адаптації дітей проходить успішно проте існує і ряд специфічних труднощів. Це труднощі у спілкуванні з іншими дітьми, та вчителем класоводом. На основі цього були виявлені типи труднощів соціальної адаптації та встановлені їх рівні. Результати психодіагностики були зіставлені з результатами спостереження, бесід з учителями та батьками.

Проаналізуємо експериментальні дані з кожної психодіагностичної методики.

За проєктивними малюнковими методиками “Мій клас”, “Що мені подобається в школі”, було виявлено нами три рівні соціальної адаптації. Група дітей з низьким рівнем соціальної адаптації, яка становить 13,3% учнів, це діти з певними істотними труднощами у соціальній адаптації. Діти,

які успішно адаптувались до умов нового соціального середовища з високим рівнем становлять 19,9% і середній рівень соціальної адаптації 66,8%.

Особливого значення у соціальній адаптації набуває взаємовідносини з однокласниками. У групі дітей з високим рівнем проблеми такого типу не виявлені, з середнім рівнем соціальної адаптації 23% і з низьким 77%.

Такий результат ми пояснюємо зміною соціального середовища. Новизною соціальної ситуації. По аналізу методик “Мій клас”, “Що мені подобається в школі”, ми побачили, що зміна соціальної ролі дитини поява нових обов’язків позначається на стосунках з однолітками і вчителями.

Спочатку вони захоплені тільки навчанням, мало вступають в контакт з однолітками і вчителями. Стосунки підлітків з однолітками регламентовані, переважно нормами “дорослої” моралі, тобто успішністю у навчанні виконанням норм дорослих. Характерною особистістю взаємин підлітків є те, що їхня дружба заснована як правило, на спільності зовнішніх життєвих обставин і випадкових інтересів. Усе це сприймається дитиною як певний переломний момент у житті, який супроводжується ще й перебудовою системи взаємовідносин з дорослими, найавторитетнішою фігурою серед яких стає одноліток.

Аналізуючи результати діагностичних обстежень ми зробили загальний висновок. Що соціальна адаптація підлітків є важливою психолого-педагогічною проблемою, на яку слід звернути увагу вчителям, психологам і батькам. За результатами експериментального дослідження ми виявили найбільш типові труднощі, які впливають на соціальну адаптацію підлітків:

1. Труднощі дитини у стосунках з вчителем:

- не відчуває емоційну близькість з вчителем;
- боїться вчителя;
- важко вступити в контакт з вчителем.

2. Труднощі дитини у стосунках з однокласниками:

- її кривдять, дражнять;
- вона самотня;

- у неї немає друзів.

3. Низька самооцінка:

- недооцінювання себе;
- недовіра до себе;
- недовіра до людей;
- недовіра досвіту;
- відчуття неповноцінності.

4. Труднощі у спілкуванні:

- малий словниковий запас слів;
- неправильна вимова;
- низький рівень розвитку здібностей у розумінні іншого;
- апатія;
- нерішучість;
- замкненість;
- невиразність;
- чутливість до думки іншого.

5. Неуміння розв'язувати протиріччя між сімейними і шкільними "ми".

Отже, виникнення шкільної дезадаптації підлітків насамперед пов'язані з діяльністю педагога, з шкільним оточенням, неправильним вихованням в сім'ї. Можна передбачити, що категорії дітей з низьким рівнем шкільної адаптації в майбутньому будуть відчувати значні труднощі в шкільному і в повсякденному житті, якщо завчасно не вжити відповідних корекційних і виховних заходів.

Розділ III. Можливості групового ренінгу у подоланні шкільної дезадаптації підлітків

3.1. Груповий тренінг подолання шкільної дезадаптації

Наявність шкільної дезадаптації призводить до значних змін особистісної сфери підлітка, а згодом і юнака. Для того щоб запобігти деструктивним змінам особистісної сфери спочатку підлітків, а потім і юнаків з юнками, треба запровадити заходи по попередній профілактиці цих явищ, та вести просвітницьку роботу не тільки з учнями і вчителями, а і з батьками та членами сімей учнів. Якщо ці зміни виявлені в більш пізньому віці, то необхідно застосувати психолого-педагогічні вправи на корекцію негативних рис особистості.

Усе вищесказане і стало метою розробки і реалізації представленої нами корекційної програми. Аналізуючи результати реалізації корекційної програми, яка була проведена у школі №25 серед 10 підлітків, обраних за результатами експериментального дослідження, ми перевірили і підтвердили її ефективність.

Опанувавши теоретичні положення та літературні джерела, ми створили корекційну програму (тренінг), яка складається з комплексу корекційних вправ. Тренінг містить 10 занять і проводився по одному заняттю на тиждень, з листопада по лютий 2009 р.

Запропоновані сценарії занять можуть використовуватись у роботі практичного психолога із юнаками та юнками як цілком, так і частинами. Відносна самостійність кожної зустрічі дає змогу планувати їх або кілька разів на тиждень (в разі посиленого тренінгу), або раз на тиждень, тобто робити вибір залежно від конкретних умов.

Мета групового тренінгу:

1. За допомогою окремих діагностичних процедур, самоаналізу сформувані уявлення про особисту "Я"-концепцію (самооцінка, "Я" ідеальне, "Я"-реальне, "Я"-фантастичне).

2. Побудувати умови для саморозвитку і адекватного формування "Я"-концепції.
3. Розвинути вміння пізнавати інших людей.
4. Виробити навички ефективної комунікації
5. Розвинути вміння адекватно формувати життєві плани і коригувати ціннісні орієнтації.
6. Отримати навички ефективного планування свого робочого дня.
7. Ознайомитися з методами психічної саморегуляції.

Теоретичною основою для побудови тренінгу послужили такі механізми, психологічної структури особистісного росту:

1. Самопізнання. Для успішного подолання шкільної езадаптації необхідно вияснити для себе свої можливості, свої сильні та слабкі сторони. Самопізнання включає в себе: самоспостереження, самодіагностику, самоусвідомлення, самовідношення, самоаналіз, самооцінку. Пізнання людиною самої себе в значній мірі є процесом трансформації самовідношення у самоусвідомлення. Самовідношення — це "Я"-концепція. Вчинки людини визначаються не тільки "Я"-концепцією, а й самооцінкою — сполученням когнітивних уявлень про властивості своєї особистості.

2. Самостимуляція — використання прийомів, які сприяють внутрішньому спонуканню до саморозвитку. Основні прийоми: самокритика, самостимуляція, само-наказ, самообов'язковість, самопримушування.

3. Програмування — формування мети і завдань, визначення шляхів, ресурсів і методів для самовдосконалення.

4. Самореалізація. Існує три основних елементи самореалізації: прийоми організаційно-управлінського характеру, інтелектуальний розвиток, саморегуляція психічних станів.

5. Самопрезентація — представлення собі форм і методів роботи над собою, адекватних актуальному розвитку особистості.

Організаційні принципи:

1. Формується група з 12— 16 осіб.

2. Місцем проведення занять має бути досить простора кімната (аудиторія). У виборі місця проведення слід орієнтуватися на те, що учасники тренінгу будуть розміщені півколом. Потрібно передбачити зручні стільці і прийнятний температурний режим.

3. Тривалість одного заняття — 1,5—2 години.

Детально ми представляємо лише перше заняття, всі інші проводяться за аналогією.

Заняття №1

Мета: ознайомити з загальною метою, яку переслідує тренінг, з правилами роботи у групі; вивчити уявлення особистості про себе (рівень самооцінки, "Я"-концепція); створити умови для самопізнання та саморозвитку особистості юнака.

1. Заняття розпочинається загальним знайомством ведучого з учасниками тренінгу, ознайомленням з метою занять та логікою їх проведення.

2. Самопрезентація. Учасникам тренінгу надається можливість самопрезентуватися. При цьому їм треба назвати своє ім'я, групу, хобі, думку про те, які риси характеру цінують найбільше в людині.

3. Етап обговорення правил роботи у групі. Тренер пояснює учасникам основні принципи і особливості даної форми роботи.

— Правило персоніфікації. Воно вказує на необхідність звернення не до всієї групи взагалі, а до конкретної людини по імені. Всі вислови мають йти від свого імені.

— Правило довіри у спілкуванні. Учасники мають звертатися один до одного на "ти". На обговорення групи виносити особистісно значимі проблеми. Потрібно намагатись відкрито виражати свої почуття і думки.

— Правило "Тут і тепер". Потрібно говорити про ті проблеми, які хвилюють зараз. Намагатись обговорювати ті процеси, що проходять у групі.

— Правило зворотного зв'язку. Намагайтесь дати відчутти тому, хто говорить, як ви ставитеся до його повідомлення. Той, хто говорить, має вловити цей зв'язок.

— Правило недопустимості безпосередніх оцінок людини. Оцінюємо не людину, а її дії.

— Правило "Стоп". Не можна змушувати людину говорити про те, що вона не бажає, або про те, що вона ще не готова говорити.

— Правило конфіденційності. Все, що робиться чи говориться під час занять, не виноситься за межі групи.

— Правило сумісних пошуків. Говоріть про те, що проходить у групі, тут і тепер. Вчіться довіряти своїм відчуттям. Старайтесь бути відкритими. Не уникайте ризику.

Потрібно обговорити правила, їх має прийняти вся група.

4. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу (КДВ).

КДВ допомагає позбавитися утисків і комплексів, гармонізує енергію людини, створює умови для позитивного настрою, сприяє входженню членів групи у потрібний робочий стан.

КДВ має п'ять періодів. На кожний період відводиться 2—3 хвилини.

1. Потрібно стати прямо і максимально розслабити тіло. Дихайте через ніс — якомога глибше. Не потрібно працювати, як насос, ваше дихання має бути хаотичним і достатньо швидким. Концентруйтеся тільки на своєму диханні. Тіло при цьому може почати рухатися, не заважайте йому. Рухи можуть бути будь-якими.

2. Не лякайтеся: задача цього періоду — стати несповна розуму. Ви можете робити все, що завгодно кричати, стрибати, трястись, сміятися, плакати. Не контролюйте себе! Навпаки, старайтесь підсилити те, що вам хочеться робити. Робіть все якомога енергійніше, намагайтесь перетворитися на згусток енергії.

3. Станьте прямо і підніміть руки вгору. Почніть підстрибувати і викрикувати звук "ху". При цьому у вас має створюватися відчуття, що звук різко падає вниз живота. Під час вигуку намагайтеся викинути із себе всі негативні емоції, все те, що вам заважає, вичерпати себе "до дна". Виконуйте це якомога енергійніше.

4. Різко зупиніться. Нерухомо залишайтеся у тому положенні, в якому ви зупинилися. Зберігайте повну нерухомість. Спрямуйте свою увагу в середину себе. Прислухайтеся до того, що відбувається в середині вас. Не намагайтеся відшукати в собі щось незвичайне, а просто станьте стороннім спостерігачем.

5. Почніть легко танцювати, крутитися, наспівувати. Відчуйте спокій і звільнення від внутрішньої напруги. Вправа повторюється на початку кожного заняття.

5. Вправи на розвиток рефлексії.

Мета: розвиток уваги до оточуючих у процесі сумісної роботи; усвідомлення своїх почуттів, намагання вербалізації.

Єдність групи — важливий фактор ефективної роботи групи. З цією метою учасникам пропонується по команді "викинути" пальці — один, два... п'ять. Вправа повторюється до тих пір, поки всі учасники не викинуть однакову кількість пальців.

6. Хто ви і що ви можете про себе сказати? Тренер прояснює зміст "Я"-концепції для учасників тренінгу.

"Я"-концепція — це відносно стійка, більш чи менш усвідомлена система уявлень індивіда про себе, на основі якої він будує свої стосунки з іншими людьми, і відноситься до себе. Складові — реальне "Я", ідеальне "Я", динамічне "Я", фантастичне "Я". "Я"-концепція — самосвідомість, самоповага, себелюбство, самооцінка.

Метою вправи є дослідження особистих уявлень про себе на основі самооцінки, самоаналізу, самовідношення. Результатом аналізу виконання вправи є усвідомлення особистістю своїх особливостей, про які вона рідко

здумується. Створюються психологічні передумови для саморозкриття і самоприйняття. Розвивається критичність і об'єктивність ставлення людини до самої себе.

Вправа №1. Задайте собі запитання: "Хто Я?" Запишіть відповідь, яка перша прийшла вам у голову. А тепер дайте відповідь на це запитання ще раз, тільки по-іншому. А тепер — ще раз. Проведіть лінію під цими трьома відповідями і дайте ще стільки відповідей, скільки зможете. Виконувати завдання потрібно у розслабленому стані. Виберіть двох людей, чия думка для вас має значення. Запишіть, як би кожний з них охарактеризував вас, відповідаючи на питання "Хто ви?" Чи співпадають їхні відповіді з вашими? В чому відмінність? Чому?

НЕВІДПОВІДНІСТЬ У ТОМУ, З ЯКИМИ СОЦІАЛЬНИМИ СТЕРЕОТИПАМИ ОТОТОЖНЮЄТЕ СЕБЕ ВИ, А З ЯКИМИ ОТОТОЖНЮЮТЬ ВАС ІНШІ ЛЮДИ, МОЖЕ ВКАЗУВАТИ НА ДЖЕРЕЛО МОЖЛИВИХ КОНФЛІКТІВ.

Вправа №2. А тепер зробіть все те, що у вправі №1, тільки відповідаючи при цьому на питання, "Який я?"

Проранжуйте характеристики, отримані в результаті виконання двох вправ, від найбільш важливої до найменш важливої.

Визначте, скільки характеристик можна віднести до таких категорій:

- позитивні (напр. розумний, життєрадісний);
- негативні (напр. товстун, зануда);
- нейтральні (напр. чоловік, вчитель);

Скільки вищевказаних категорій характеристик ви віднесли до:

- фізичних якостей (сила, здоров'я);
- психологічних особливостей;
- соціальних ролей.

Проаналізуйте для себе отримані результати

Інформація для учасників тренінгу. Коли ви усвідомите і приймете себе такими, якими ви є, ви отримаєте нові можливості для свого розвитку. Кожна

ваша якість, кожна риса характеру відкриває вам різні можливості. Робота над будь-якою стороною вашої особистості неминуче змінює ваш характер, поведінку і особистість в цілому. Саме в самому собі, у своїх особливостях ви знайдете ресурси для покращення стосунків з оточуючими, а також для особистого росту.

7. Діагностика рівня самооцінки. (Методика "Рівень самооцінки особистості").

8. Перше враження групи про мене. Дана вправа розрахована на отримання інформації про те, що думають про особистість кожного учасника групи. В результаті кожний член групи зможе порівняти свою думку про себе і думку про нього одногрупників, що значно якісно вплине на формування адекватної "Я"-концепції.

Вправа №3. Кожний учасник приколює собі на спині аркуш паперу. В процесі вільного переміщення по кімнаті один одному має написати декілька фраз про те, якою йому здається дана людина з точки зору рис характеру, поведінки і інших якостей. По завершенні роботи члени групи знімають аркуші з груповою характеристикою.

Виділяється достатня кількість часу для того, щоб члени групи могли проаналізувати групову характеристику на себе і співставити її з особистими уявленнями про себе. Необхідно відмітити схожість та відмінність.

9. Обговорення. Відвести на обговорення достатньо часу. Кожний член групи має висловитися про результати своєї роботи, про ті відкриття, які вдалось зробити на шляху самодослідження та самопізнання. Тренер супроводжує обговорення науково-методичним матеріалом, створює умови для активної групової роботи.

10. Домашнє завдання. Дати письмову відповідь на таке питання: "Чи не властиво людині помічати в інших те негативне, що властиве їй самій?" Проаналізуйте відповідь на своїй особистості.

11. Зворотний зв'язок. Учасники тренінгу висловлюють свої думки і побажання тренеру стосовно заняття.

Заняття №2

Мета: продовжити процес самопізнання своєї особистості; продовжити формувати адекватне уявлення про свою особистість; ознайомитися із можливими станами свого "Я"; дати відповідь на такі питання: "Чому я дію саме так?", "Як я набув цих якостей характеру?"; вивчення принципів ефективного спілкування на основі окремих положень структурного аналізу.

1. Заняття розпочинається із взаємного вітання всіх членів групи. Для цього потрібно сказати щось приємне, передавши свої почуття дотиком.

2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками.

4. Розвиток рефлексії.

5. Дослідження тривожності особистості. (Шкала сомооцінки. Методика Ч.Д. Спілбергера, обробка Ю.Л.Ханіна).

6. Вивчення станів свого "Я". Міні-лекція.

7. Робота по вивченню словесних реакцій на ситуації чи події, у залежності від того, в якому стані знаходиться "Я" людини.

8. Зворотний зв'язок. Учасники тренінгу висловлюють свої думки і побажання тренеру стосовно заняття.

Заняття №3

Мета: актуалізація досвіду та знань; продовжити процес самопізнання майбутніми педагогами своєї особистості; допомогти педагогам усвідомити значення стану свого "Я" для ефективної комунікації; отримати, навички ведення безконфліктних діалогів; створення умов для саморозкриття.

1. Заняття розпочинається із взаємного вітання всіх членів групи. Для цього утворюються пари, які демонструють оригінальний вид вітання.

2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками.

4. Розвиток рефлексії.

5. Стан свого "Я" та контакти з іншими людьми. Робота продовжується в напрямку самопізнання в рамках окремих положень трансактного аналізу.

Міні-лекція. Практикум.

6. Аналіз свого спілкування. Членам групи пропонується проаналізувати свій стиль спілкування з точки зору трансакцій. Потрібно відмітити в якому стані "Я" ви частіше всього схильні перебувати; які були ваші трансакції під час конфліктів?; який у вас стан "Я", коли ви розмовляєте з батьками, дітьми (учнями). Підлітки мають зробити відповідні висновки про рівень навичок конструктивно спілкуватися.

7. Домашнє завдання.

Заняття №4

Мета: вивчення своїх життєвих планів; мети, способів її досягнення; створення умов для усвідомлення рівня серйозності щодо досягнення тієї чи іншої мети; усвідомлення міри особистої стійкості у випадку неможливості досягнення бажаного.

1. Взаємне вітання у довільній формі.

2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками. Тренер збирає шлюбні оголошення. Після їх зачитує. Учасники мають догадатися, чия це шлюбна об'ява. Відмітити основні моменти у характеристиках, які дозволили визначити їх власників. Обговорити, наскільки члени групи задоволені своїми об'явами.

4. Розвиток рефлексії. Мета та процедура виконання: див. заняття №1. Запропонувати декільком учасникам розказати: анекдот, вірш чи уривок з кінофільму. У цей час інші слідкують, які почуття викликають голоси тих, хто розповідає. Обговорення.

5. Психологічний аналіз життєвого шляху, методика розробки особистих планів.

6. Робота з планування своєї мети.

7. Домашнє завдання. Взяти три наступні місяці свого життя. Сформулювати для себе чітко основну мету (декілька) на цей період. Проаналізувати свою мету з точки зору принципів, що розглядалися при плануванні своєї мети на занятті.

8. Зворотний зв'язок. Учасники тренінгу висловлюють свої думки і побажання тренеру стосовно заняття.

Заняття №5

Мета: вивчення ціннісних орієнтацій особистості; виявлення життєвих і професійних цінностей, внесення необхідних коректив.

1. Взаємне вітання у довільній формі.
2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками. Учасникам пропонується висловитися стосовно особистого аналізу своєї мети, яка є головною, у найближчі три місяці. Бажано вказати ті зміни у поглядах на цілі, на засоби їх досягнення, що сталися у результаті набутих знань і навичок на попередньому занятті.

4. Розвиток рефлексії.
5. Дослідження ціннісних орієнтацій.
6. Аналіз та оцінка життєвих цінностей.

7. Домашнє завдання. Необхідно проаналізувати і відмітити ціннісні орієнтації одного з членів своєї сім'ї. Подумати, як впливають ціннісні орієнтації на якісну сторону стосунків між вами і певним членом сім'ї.

8. Зворотний зв'язок. Учасники тренінгу висловлюють свої думки і побажання тренеру стосовно заняття.

Заняття №6

Мета: отримання теоретичних знань та практичних навиків в області планування робочого часу, як фактора, що сприяє розвитку особистості.

1. Взаємне вітання у довільній формі.
2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками. Учасникам пропонується висловитися стосовно якісного взаємовпливу ціннісних орієнтацій членів сім'ї. Розглянути шляхи розв'язання конфліктів, що можуть виникати наданому ґрунті. Відвести достатньо часу.

4. Розвиток рефлексії.

5. Міні-лекція.

6. Практичне планування робочого дня. Учасникам пропонується спланувати свій вихідний день, використовуючи кроки ефективного планування. Проаналізувати його. Використати правила початку, середини і кінця дня. Розглянути під час обговорення формуючі можливості планування робочого часу (якості, які формуються у людини, що постійно планує свій день).

7. Домашнє завдання. Учасникам пропонується спробувати прожити один день за чітким планом дня і робочого часу. Відмітити труднощі, яких зазнали. Які відчули переваги життя за планом?

8. Зворотний зв'язок. Учасники тренінгу висловлюють свої думки і побажання тренеру стосовно заняття.

Заняття №7

Мета: аналіз сильних та слабких сторін особистості, оцінка можливості їх використання для саморозвитку; оцінка своїх відчуттів, що появляються у відповідь на зауваження, критику; оцінка уміння розуміти проблеми/ іншої людини.

1. Взаємне вітання у довільній формі.

2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками. Членам групи пропонується виступити з повідомленням про те, як їм вдалось (чи не вдалось) прожити день за чітким планом. Потрібно відмітити труднощі, яких зазнали при виконанні завдання.

4. В чому проявляються мої сильні сторони.

5. В чому проявляються мої слабкі сторони. Вправа проводиться за тим же сценарієм, що і попередня. Після "інвентаризації" слабких сторін всі підписують і здають свої записи тренеру.

6. Домашнє завдання. Учасникам пропонується подумати, як можна використати свої слабкі сторони для розвитку і удосконалення своєї особистості.

7. Зворотний зв'язок. Учасники тренінгу висловлюють свої думки і побажання тренеру стосовно заняття.

Заняття №8

Мета: розвинути вміння переборювати труднощі в різних складних ситуаціях; набути навиків поведінки під час кризи; розвинути вміння працювати з внутрішніми конфліктами.

1. Взаємне вітання у довільній формі.

2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками. Члени групи діляться своїми думками стосовно можливостей використання своїх слабких сторін для удосконалення особистості.

4. Усвідомлення життєвої кризи. Міні-лекція.

5. З чим би ви порівняли своє життя?

6. Вправа «Прийняття». Мета: формування психічного підґрунтя для прийняття неприємностей, що виникають у житті.

7. Домашнє завдання.

Заняття №9.

Мета: розвиток навиків прийняття рішення, вміння слухати, брати ініціативу на себе, виробляти загальне рішення.

1. Взаємне вітання у довільній формі.

2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками. Учасникам пропонується розказати про головний момент своєї угоди. Які відчуття супроводжували при написанні угоди?

4. Гра: "Безлюдний острів"

5. Вправа «Школа полеміки». Мета: вироблення вміння вислуховувати думку іншої людини, відстоювати свою думку, чітко аргументуючи свої погляди.

6. Домашнє завдання. Учасники мають проаналізувати свою особистість з точки зору тих змін, які відбулися за період роботи у тренінговій групі. Роблять відповідні записи у довільній формі. Готуються до виступу-пу-звіту. На виступ відводиться 2 хв.

7. Зворотний зв'язок. Учасники тренінгу висловлюють свої думки і побажання тренеру стосовно заняття.

Заняття №10

Мета: актуалізація знань, отриманих на попередніх заняттях; аналіз особистісних змін; оцінка рівня самооцінки; побудова моделі особистості; формування реєстру порад для самовдосконалення; прогнозування перспектив розвитку даного типу активного соціально-психологічного навчання.

1. Взаємне вітання у довільній формі.

2. Комплекс динамічних вправ для психоемоційного настрою на роботу — (КДВ).

3. Обмін думками. Учасникам пропонується розказати про головний момент своєї угоди. Які відчуття супроводжували при підписанні угоди?

4. Особистий реєстр. Цей вид роботи завершує процес самопізнання. Дає змогу оцінити якісні зміни в уявленні про свою особистість, намітити шляхи саморозвитку.

5. Сучасне юнацтво. Метою вправи є побудова моделі особистості сучасного юнака чи юнки, усвідомлення орієнтирів для майбутнього росту.

7. Заключний обмін думками. Кожному учаснику тренінга надається можливість виразити своє ставлення до занять в цілому, пропонується

розказати про свої успіхи на терені саморозвитку. Учасники відмічають те, чого не вдалося досягнути і через які причини. Висловлюють побажання стосовно удосконалення занять. Разом з тренером намічають орієнтири для подальшої роботи.

8. Оцінка роботи групи тренером. Тренер допомагає кожному повірити в себе, підсумовує основні навчально-розвиваючі моменти, що були на заняттях, та висловлює подяку всім за співпрацю.

3.2. Результати повторного дослідження проявів шкільної дезадаптації

По закінченні курсу занять нами було проведене повторне дослідження проявів шкільної дезадаптації у підлітків. Отримані результати було порівняно з результатами попереднього дослідження.

риводимо зведену таблицю попереднього і повторного дослідження (див. табл. 3.1.)

Таблиця 3.1.

Рівень дезадаптації	Попередня діагностика	Повторна
Виский	10%	7%
Середній	51%	23%
низький	39%	70%

Таким чином результати нашого дослідження відносно можливостей групового тренінгу у подоланні шкільної дезадаптації учнів підліткового віку демонструють нам прямо пропорційну залежність рівня дезадаптації від використаної нами корекційної програми.

Практична цінність застосування тренінгу визначається:

- 1) благотворним впливом на розвиток особистості, зокрема, на самопізнання та самовдосконалення;
- 2) зняттям і профілактикою причин конфліктів у малих групах, акцентуванням на справді гуманному ставленні до людей і, як наслідок, —

підвищенням рівня спілкування підлітків між собою, з викладачами, батьками;

3) розкриттям індивідуальних особливостей і здібностей підлітків;

4) допомогою класним керівникам у глибшому розумінні особистості вихованців та суті їхніх взаємовідносин.

Висновком нашого дослідження слугуватиме те, що внаслідок групового корекційно-розвиваючого тренінгу особистісні характеристики змінюють свої якісні властивості в результаті чого знижується рівень шкільної дезадаптації у підлітків.

Наявність не стовідсоткового виправлення відхилень свідчить про те, що запропонована корекційна робота потребує подальшого удосконалення, яке буде ґрунтуватися на аналізі сучасних теоретичних та практичних підходів до вирішення проблеми подолання шкільної дезадаптації у підлітковому віці.

ВИСНОВКИ

Проведення дослідження, дає нам можливість узагальнити чинники, що негативно впливають на соціальну адаптацію підлітків та обґрунтувати її психолого-педагогічні умови. Зокрема, були виокремлені такі основні чинники соціальної адаптації:

- рівень соціальної готовності дитини до школи;
- стиль і методи виховання в сім'ї;
- стиль спілкування вчителя з учнями.

Практичне дослідження впливу зазначених чинників на процес соціальної адаптації школярів є необхідною умовою розвитку активності та творчості дитин. Вивчення впливу факторів відкриває можливість розробки стратегій навчально-виховної роботи з дітьми та психолого-педагогічних рекомендацій щодо подолання різких труднощів соціальної адаптації. На нашу думку це є актуальним завданням сучасної школи, робота якої спрямована на гармонійне формування особистості, створення сприятливих умов для самореалізації кожної дитини.

На нашу думку, надзвичайно велике місце в процесі соціальної адаптації підлітків належить значущим дорослим і саме сім'ї. Тому велике значення в профілактиці труднощів адаптації має поглиблена індивідуальна та групова психологічна консультація на основі тестування і спостереження ще на етапі уступу дитини до школи. Батькам необхідно давати рекомендації з урахуванням індивідуальних особливостей дитини. При перших ознаках дезадаптації необхідно проводити індивідуальну роботу з батьками про можливі шкільні труднощі дитини, а також про шляхи надання допомоги з їх сторони.

Отже, розуміння та підтримка в складних ситуаціях створюють почуття захищеності, внутрішнього комфорту у підлітків.

Розроблений нами груповий тренінг показав, що внаслідок групового корекційно-розвиваючого тренінгу особистісні характеристики змінюють свої якісні властивості в результаті чого знижується рівень шкільної дезадаптації у підлітків.

Отже ми, досягли поставленої мети і виконали усі завдання, поставлені на початку роботи.

Список використаної літератури

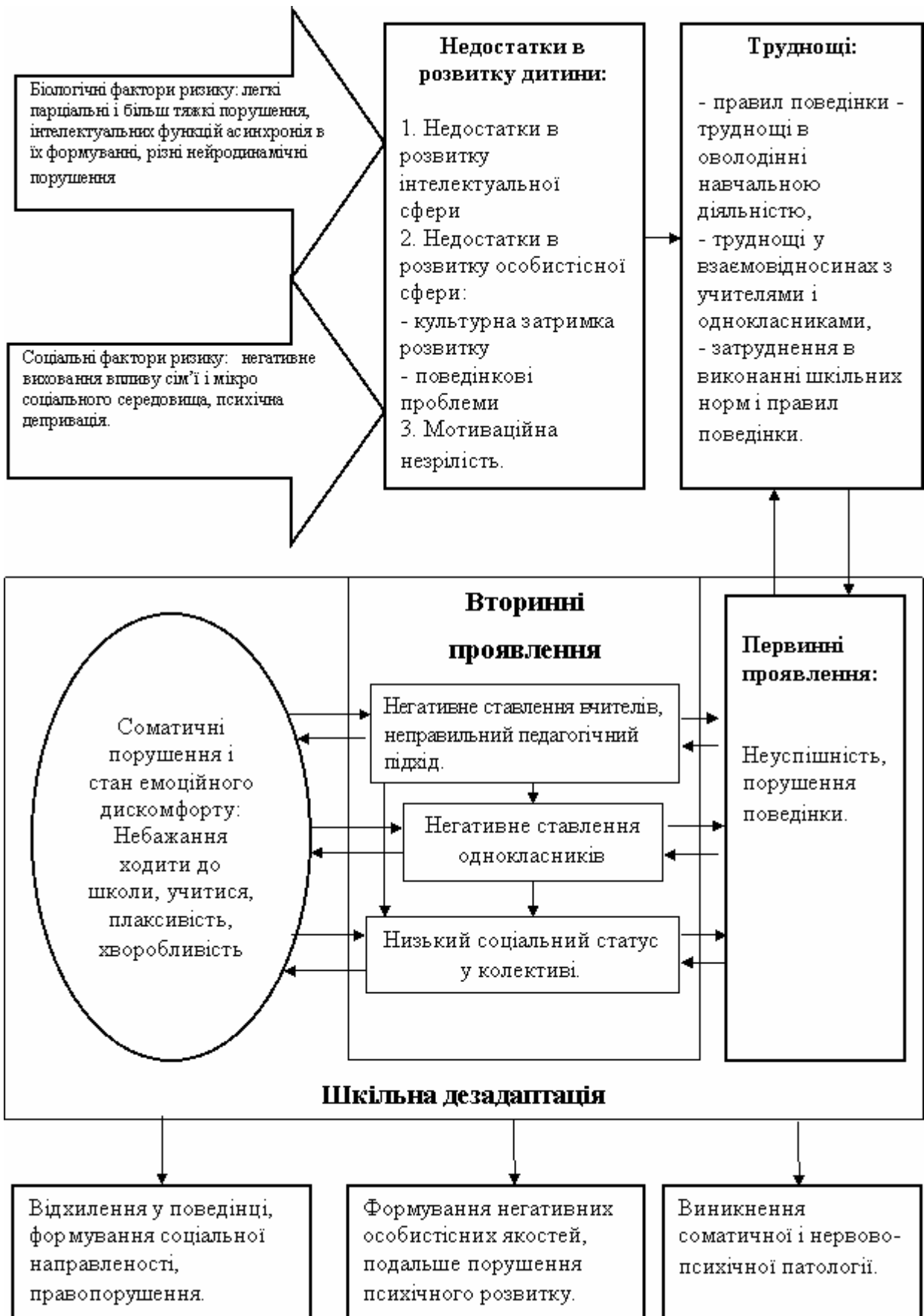
1. Андреева Г.М. Социальная психология. - М.: Просвещение, 1990. - 432с.
2. Архипова С.П., Майборода Г.Я. Соціальна педагогіка. – Черкаси: ЧДУ, 2002.
3. Балашова С. Навчально – рольова гра у формуванні дослідницьких умінь підлітків// Психологія та соціальна робота. - № 6. - 2005.- С.56-59.
4. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности// Вопросы психологии. – 1989. – №1. – С.92-100.
5. Вікова та педагогічна психологія: Навч. Посіб./ О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В.Огороднійчук та ін.-К.:Просвіта, 2001.-С.347-391.
6. Гобова Л.Ю. Психологічний супровід школяра за допомогою курсу «Психологічна готовність до життя» для школярів 1-7кл. // Практична психологія і соціальна робота. – 2004. –т №3. – С. 40-50.
7. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. – Минск: Харвест, 1998. – 800 с.
8. Зверева І.Д. Розробка та впровадження програми з навчання життєвим навичкам: міжнародні та вітчизняні підходи// Практична та соціальна робота. – 2004. -№4. –С. 53-60.
9. Зимняя И.Л. Педагогическая психология. – Ростов-на-Дону: Изд-во "Феникс", 1997 – С. 238-242.
- 10.Зотова І. Структура мотивації і ціннісні орієнтації ліцеїстів// Рідна школа. – 2004. - № 3. – С. 18-20.
- 11.Карпенчук С.Г. Теорія і методика виховання. – К.: Вища школа, 1997. – 234 с.
- 12.Климчик В.О., Грищук Н.В. Мотивація вчителів та учнів: чи існує зв'язок?// Обдарова дитина. - №1. – 2006. – С. 23-24.
- 13.Кон И.С. Психология старшеклассника. – М.: Просвещение, 1982. –

207с.

14. Кононко О.Л. Шкільна адаптація та психологічний вік// Початкова школа – 2002. – №4. – С.5.
15. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования – М.: Академический проект, 1999. – 240 с.
16. Краткий психологический словарь. / Под ред. А. В. Петровского. М. Г. Ярошевского. - М. 1985. Словарь практического психолога/ Сост. С.Ю. Головин. -Минск: Харвест, 1997. - 800 с.
17. Кузь В.Г. Підготовка вчителя до виховної роботи в освітніх закладах різного типу // Шлях освіти. - 2005. -№1.-С.29-33.
18. Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник. – К., 2005.
19. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. – М.: Тривола, 1998.
20. Основы педагогики и психологии высшей школы / Под ред. А.В. Петровского. – М.: Изд-во Моск. Ун-та. 1986. – С 67-74.
21. Пидкасистый М.И., Фридман Л.М., Гарунов М.И. Психолого-дидактический справочник преподавателя высшей школы. – М.: Педагогическое об-во России, 1999. – 200с.
22. Штепа О.С. Превентивна корекція спілкування підлітків з невротичними проявами// Практична психологія та соціальна робота. - №1. - 2002.- С. 26-27.

ДОДАТКИ

Прояви шкільної дезадаптації



Додаток 2

Таблиця 1.1.

Причини шкільної дезадаптації за П.В.Овчаровою

№ п/п	Форма	Причина	наслідок	Локус контролю
1	Не сформованість елементів і навичок навчальної діяльності.	індивідуальні особливості інтелектуального розвитку, педагогічна занедбаність.	погана успішність.	погана успішність з усіх предметів, погане читання, відставання з математики, погана пам'ять, неуважність, учень мовчить на уроках, боїться відповідати, хоча знає; невпевненість у собі; тривалість підготовки уроків, тривожність, занижена самооцінка. Пасивність, песимізм; розчарування школою, пропуск уроків, втечі зі школи.
2	Не сформованість мотивації учіння, спрямованість на інші, позашкільні види діяльності.	інфантилізм виховання, гіперопіка, несприятливі фактори, що зруйнували позитивну мотивацію (шкільні між особистісні відносини, неадекватне оцінювання навчальної діяльності).	погана успішність і поведінка на фоні достатньо високого рівня пізнавальних здібностей.	тривога з приводу індивідуально-особистісних якостей – повільності. Інертності, неорганізованості, стомлюваності, некомунікабельності, егоїстичності, впертості, агресивності, озлобленості, страхів, брехливості.
3	Нездатність до довільної регуляції поведінки, уваги, навчальної діяльності.	особливості сімейного виховання (гіперпротекція або домінуюча гіпопротекція), той самий тип виховання в дитячому садочку і початковій школі.	неорганізованість, неуважність, залежність від дорослих, порушення спілкування слабка успішність	тривога з приводу особливостей поведінки, навчальної діяльності і спілкування дитини з ровесниками і дорослими, нетовариськість. Замкненість, відсутність друзів; невміння дружини із ровесниками; погані відносини з учителями, дитину дражнять у школі, б'ють у класі; погані відносини між дітьми в сім'ї, відсутність бажання грати з ровесниками, тяжіння до "поганих дітей" нерозуміння дитини.

Прояви шкільної дезадаптації в підлітків

Форми дезадаптації	Причини	Корекційні заходи
Неприспособаність до предметної сторони навчальної діяльності	Недостатній інтелектуальний та психомоторний розвиток дитини, відсутність допомоги та уваги з боку батьків та вчителів	Спеціальні бесіди з дитиною, які дають можливість встановити причини порушень навчальних навичок і надати рекомендації батькам
Невміння доволіно керувати своєю поведінкою	Неправильне виховання в сім'ї (відсутність зовнішніх норм, обмежень)	Робота із сім'єю, аналіз власної поведінки вчителем із метою запобігти можливій неправильній поведінці
Невміння увійти в темп шкільного життя (частіше зустрічається в соматично ослаблених дітей, дітей із затримкою розвитку, слабким типом нервової системи)	Неправильне виховання в сім'ї або ігнорування дорослими індивідуальних особливостей дітей	Робота із сім'єю, визначення оптимального режиму навантаження учня
Неприспособаність до предметної сторони навчальної діяльності	Недостатній інтелектуальний та психомоторний розвиток дитини, відсутність допомоги та уваги з боку батьків та вчителів	Спеціальні бесіди з дитиною, які дають можливість встановити причини порушень навчальних навичок і надати рекомендації батькам
Невміння доволіно керувати своєю поведінкою	Неправильне виховання в сім'ї (відсутність зовнішніх норм, обмежень)	Робота із сім'єю, аналіз власної поведінки вчителем із метою запобігти можливій неправильній поведінці
Невміння увійти в темп шкільного життя (частіше зустрічається в соматично ослаблених дітей, дітей із затримкою розвитку, слабким типом нервової системи)	Неправильне виховання в сім'ї або ігнорування дорослими індивідуальних особливостей дітей	Робота із сім'єю, визначення оптимального режиму навантаження учня
Шкільний невроз або фобія школи – невідання розв'язати протиріччя між сімейними і шкільними “ми”	Дитина не може вийти за межі сім'ї	Необхідно залучити шкільного психолога – сімейна терапія або групові заняття для дітей у співвідношенні з груповими заняттями для їхніх батьків