

Хмельницький національний університет
Гуманітарно-педагогічний факультет
Кафедра соціальної роботи і соціальної педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Перший (бакалаврський)
Освітній рівень

**«СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ЗДОБУВАЧІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ
ОСВІТИ В УМОВАХ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ»**

Назва теми

Галузь знань 23 Соціальна робота

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність 231 Соціальна робота

Шифр і назва спеціальності

Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка та коучинг.

Назва освітньої програми

21005

Номер індивідуального навчального плану студента

Виконав: здобувач IV курсу, група СРК-21-1


Підпис

Наталія ВЛАСЮК
Ім'я, прізвище

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент
науковий ступінь, вчене звання


Підпис

Юлія ОВОД
Ім'я, прізвище

До захисту допускаю:
В.о. завідувача кафедри
соціальної роботи і соціальної педагогіки
кандидат педагогічних наук, доцент


Підпис

Олена ВАСИЛЕНКО
Ім'я, прізвище

10 червня 2025 р.

Хмельницький, 2025

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ГОЛОВІ ЕКЗАМЕНАЦІЙНОЇ КОМІСІЇ

керується студент Власюк Наталія Вікторівна на захист дипломного проєкту (роботи)
(прізвище, ім'я, по батькові)

спеціальністю 231 - Соціальна робота

тему: Соціальна адаптація здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу

дипломний проєкт (робота), рецензії до нього та перевірка на плагіат додаються.

Декан факультету



(підпис)

Торієвська Н.В.

(ім'я, прізвище)

ДОВІДКА УСПІШНОСТІ

студентка Н. В. за період навчання на гуманітарно-педагогічному факультеті з 2021 по 2025 роки успішно виконала навчальний план спеціальності з таким розподілом оцінок за різними іональною шкалою: відмінно 0,00 %, добре 77,42 %, задовільно 22,58 %.
полю ЄКТС: А 0,00 %, В 18,18 %, С 56,36 %, D 14,55 %, E 10,91 %.

Методист факультету

(підпис)

Шоайко С.М.

(ім'я, прізвище)

ВИСНОВОК КЕРІВНИКА ДИПЛОМНОГО ПРОЄКТУ (РОБОТИ) ТА ОБГРУНТУВАННЯ ОЦІНКИ

Студентка Власюк Н.В. під час навчання на спеціальності соціальної роботи продемонструвала високий рівень теоретичних знань та практичних навичок, організовує та виконує роботу у виховних закладах. Робота виконана усебічно задовільно.

керівника дипломного проєкту (роботи)

Керівник дипломного проєкту

(підпис)

(ім'я, прізвище)

" 6 " червня 2025 р.

ВИСНОВОК КАФЕДРИ ПРО ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ)

дипломний проєкт (роботу) розглянуто. Студент Власюк Н. В. допускається до захисту цього проєкту (роботи) в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри

соціальної роботи і соціальної педагогіки
(назва)

Олена Василенко
(підпис, ім'я, прізвище)


" 10 " червня 2025 р.

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет гуманітарно-педагогічний
Кафедра соціальної роботи і соціальної педагогіки
Освітній рівень перший (бакалаврський)
Галузь знань 23 Соціальна робота
Спеціальність 231 Соціальна робота
Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка та коучинг

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. завідувача кафедри
соціальної роботи і соціальної
педагогіки

 Олена ВАСИЛЕНКО
протокол № 5 від 19.12.2024 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Наталії ВЛАСЮК

1. **Тема кваліфікаційної роботи:** «Соціальна адаптація здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу».

Керівник кваліфікаційної роботи: Овод Ю.В., кандидат педагогічних наук, доцент.

Затверджено наказом ректора університету 07 лютого 2025 р. № 23

2. **Строк подання студентом роботи на кафедру** 10 червня 2025 р.

3. **Вихідні дані до роботи:** матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: Авторська анкета для педагогічних працівників щодо визначення особливостей соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу, Оцінка рівня тривожності (Тест шкільної тривожності Філіпса), Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою) У дослідженні прийняли участь педагогічні працівники (15 осіб), та учні ліцею: 12 учнів першого класу, 16 учнів п'ятого та 13 учнів дев'ятого класу, разом 56 респондентів.

4. **Зміст кваліфікаційної роботи (перелік питань, які потрібно розробити):** вступ, розділ 1. Теоретичні основи дослідження соціальної адаптації здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу, особливості соціальної адаптації та дезадаптації у розвитку учнів загальноосвітнього навчального закладу, проблеми та чинники успішної соціальної адаптації здобувачів загальної середньої освіти на усіх етапах навчання, зміст роботи соціального педагога щодо соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу; розділ 2. Емпіричне дослідження соціальної адаптації учнів в умовах освітнього середовища, аналіз результатів

емпіричного дослідження особливостей соціальної адаптації учнів на різних етапах навчання, практичні рекомендації учасникам навчально-виховного процесу щодо успішної соціальної адаптації, висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання, додатки.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень) 12 рисунки, 5 таблиць.

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

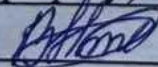
Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7. Дата видачі завдання 19 грудня 2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

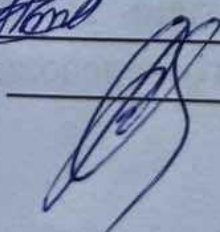
№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи бакалавра	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 10 грудня 2024 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 10 січня 2025 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної роботи.	До 01 лютого 2025 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 березня 2025р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 травня 2025 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 15 травня 2025 р.	виконано
7	Попередній захист кваліфікаційної роботи.	До 20 травня 2025 р.	виконано
8	Оформлення кваліфікаційної роботи. Підготовка до захисту, рецензування.	До 10 червня 2025 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної роботи (відповідно графіку)	До 20 червня 2025 р.	виконано

Здобувач



Наталія ВЛАСЮК

Керівник роботи



Юлія ОВОД

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Соціальна адаптація здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу»

Здобувач: Наталія ВЛАСЮК

Керівник: Юлія ОВОД

Кваліфікаційна робота включає 73 сторінки, з них 60 сторінок основного тексту, 5 таблиць, 12 рисунків, перелік джерел посилання складає 47 найменувань, 3 додатки.

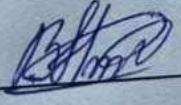
Ключові слова: адаптація, дезадаптація, соціальний педагог, здобувачі загальної середньої освіти, навчально-виховний процес.

Об'єктом дослідження є соціальна адаптація здобувачів загальної середньої освіти.

Предметом дослідження є особливості соціальної адаптації здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу

За результатами дослідження надано практичні рекомендації учасникам навчально-виховного процесу щодо успішної соціальної адаптації учнів.

Одержані результати можуть бути застосовані з метою створення комфортного середовища для навчання, розвитку комунікативних навичок, підвищення успішності та мотивації до навчання, а також формування навичок самостійності, відповідальності та впевненості у собі.

Здобувач  Наталія ВЛАСЮК

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 10 червня 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ.....	11
1.1 Особливості соціальної адаптації та дезадаптації у розвитку учнів загальноосвітнього навчального закладу	11
1.2 Проблеми та чинники успішної соціальної адаптації здобувачів загальної середньої освіти на усіх етапах навчання	19
1.3 Зміст роботи соціального педагога щодо соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу	26
Висновки до розділу.....	30
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧНІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ...	32
2.1 Аналіз результатів емпіричного дослідження особливостей соціальної адаптації учнів на різних етапах навчання	32
2.2 Практичні рекомендації учасникам навчально-виховного процесу щодо успішної соціальної адаптації.	47
Висновки до розділу.....	52
ВИСНОВКИ.....	54
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	58
ДОДАТКИ.....	64
ДОДАТОК А Авторська анкета для педагогічних працівників щодо визначення соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу...	64
ДОДАТОК Б Оцінка рівня тривожності (Тест шкільної тривожності Філіпса).....	66

ДОДАТОК В Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н.Г.
Лускановою)

73

ВСТУП

У загальноосвітньому навчальному закладі на усіх перехідних етапах учні зазвичай зіштовхуються з певними проблемами, коли виникає велике навчальне навантаження, відбувається неприйняття зміни колективу, вороже ставлення вчителів чи однолітків, несприйняття нового укладу життя.

Такі періоди є найскладнішими в плані адаптації до нових умов взаємодії.

Сьогодні у теорії та практиці педагогіки і психології проблема соціально-психологічної адаптації школярів є досить актуальною, оскільки важливо мати глибокі знання щодо адаптації та вміння застосовувати ефективні методики психологічної підтримки.

Адаптація до нових умов та середовища є важливим етапом особистісного зростання кожного учня.

Термін «адаптація» означає властивості кожного, які характеризують його стійкість до умов середовища та рівень пристосування до них. З точки зору навчального процесу адаптація – це результат і процес взаємодії учня та оточуючого середовища, що призводить до оптимального пристосування його до навчальної діяльності.

Питання соціально-психологічної адаптації учнів є складним та різностороннім процесом, який має вплив на усі аспекти життя учнів, а саме:

- успішність у навчанні;
- самопочуття;
- соціальна адаптація;
- засвоєння нових соціальних ролей та цінностей;
- оволодіння та виконання нових функцій і т.д..

Усі дослідження в даній галузі вказують на те, що соціально-психологічну адаптацію варто розглядати як швидко змінний процес, який залежить від

багатьох факторів, таких як емоційний стан учнів, середовище, яке оточує, особистісні особливості та соціальна підтримка.

Дослідженням питання адаптації до шкільного навчання займалися такі вчені як Я. Л. Коломінський, Е. А. Панько, Л. І. Божович, Л. С. Виготський, А. Г. Глушенко, К. Абульханова-Славська, В. С. Мухіна, О. Я. Савченко, В. А. Енгельгард, М. Г. Кджанян, Б. Д. Паригін, Л. Г. Почебут, В. А. Чикер та ін.

Враховуючи вище сказане та актуальність теми зумовили вибір теми нашого кваліфікаційного дослідження «Соціальна адаптація здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу»

Об’єкт дослідження – соціальна адаптація здобувачів загальної середньої освіти.

Предмет дослідження – особливості соціальної адаптації здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу.

Мета роботи полягає у теоретичному вивченні та емпіричному аналізі соціальної адаптації учнів в умовах навчально-виховного процесу.

Для досягнення поставленої мети було сформульовано наступні **завдання дослідження**:

- 1) здійснити теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми дослідження особливостей соціальної адаптації учнів;
- 2) описати проблеми та чинники успішної соціальної адаптації на усіх етапах навчання та зміст роботи соціального педагога щодо соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу;
- 3) провести емпіричне дослідження соціальної адаптації здобувачів загальної середньої освіти в умовах навчально-виховного процесу;
- 4) розробити практичні рекомендації учасникам навчально-виховного процесу щодо успішної соціальної адаптації учнів.

Методи дослідження: *теоретичні:* (систематизація та аналіз наукової літератури, порівняння та узагальнення даних), *емпіричні:* (метод спостереження,

метод бесіди, метод анкетування: Авторська анкета для педагогічних працівників щодо визначення особливостей соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу, Оцінка рівня тривожності (Тест шкільної тривожності Філіпса), Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою)) та *методи математичної обробки результатів дослідження* (кількісний та якісний аналіз результатів дослідження)

Практичне значення дослідження полягає у розробці практичних рекомендацій учасникам навчально-виховного процесу щодо успішної соціальної адаптації учнів. Дані рекомендації можуть бути застосовані з метою створення комфортного середовища для навчання, розвитку комунікативних навичок, підвищення успішності та мотивації до навчання, а також формування навичок самостійності, відповідальності та впевненості у собі.

Експериментальна база дослідження: дослідження проводилося на базі Комунального закладу загальної середньої освіти "Лицею № 9 Хмельницької міської ради". У дослідженні прийняли участь педагогічні працівники (15 осіб), та учні лицею: 12 учнів першого класу, 16 учнів п'ятого та 13 учнів дев'ятого класу, разом 56 респондентів.

Апробація результатів дослідження За матеріалами дослідження опубліковано наукову статтю: Власюк Н. Овод Ю. Психолого-педагогічні механізми підтримки учнів у процесі адаптації. Професійна підготовка фахівців соціальної сфери: надбання, проблеми, перспективи: Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Хмельницький, 22-23 травня 2025 року)/Ред. колегія: Василенко О. та ін./ М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т., каф. соц. роб. і соц. педагог. Хмельницький: ХНУ, 2025. 368 с. (електронне видання) с. 250-253. Доповідала за темою дослідження на IV Всеукраїнській науково-практичній конференції з міжнародною участю Професійна підготовка фахівців соціальної сфери: надбання, проблеми, перспективи. 22-23 травня, 2025 рік.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається з вступу, 2 розділів, висновків, переліку джерел посилань (47 найменувань, з них 3 – іноземною мовою), 5 таблиць, 12 рисунків, 3 додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи – 73 сторінки (60 сторінок – основний текст)

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ

1.1 Особливості соціальної адаптації та дезадаптації у розвитку учнів загальноосвітнього навчального закладу

Проблема шкільної адаптації не нова. Але, враховуючи сучасні умови (мобільність та глобалізація світу, соціальні, економічні та політичні зміни) та сучасну систему освіти (системно-діяльнісний підхід, нові стандарти і т.д.), актуальність даної проблеми лише зростає.

Навчання в школі, перехід з молодшої школи в середню та потім у старші класи вимагають від дитини особливих зусиль. Виділяють ряд факторів, які впливають на особливості сучасної адаптації до школи:

1. технічний прогрес та інформатизація суспільства;
2. державні освітні стандарти вимагають від школярів вагомих зусиль (фізичних, моральних, психологічних);
3. дитина перебуває в новому соціальному статусі та виконує нові ролі, отримує безкінечний потік нової інформації[12].

Адаптація до школи є складною життєвою ситуацією як для дитини, так і для її батьків. Однак, саме первинна адаптація до школи має вплив на весь подальший навчальний, професійний та особистісний шлях дитини.

Проблема шкільної адаптації знаходить своє відображення в педагогіці, психології, медицині та соціології. Але в даному випадку її варто розглядати як соціально-педагогічну проблему.

Соціальна адаптація – це пристосування людини до умов соціального середовища, здатність змінюватися самому в залежності від зміни умов та перебування в новому незвичному оточенні[4].

Соціальна адаптація – це засвоєння людиною культури суспільства, стилю поведінки, норм та відносин[4].

Соціальна адаптація необхідна дітям, коли вони змінюють колектив школи, професійно-технічного, вищого навчального закладу, професію чи місце роботи.

Соціальна адаптація буде успішною лише в тому випадку, коли людина сама приймає нову для неї соціальну роль.

Соціальна адаптація до школи – це складний багатогранний процес, який залежить від фізіологічного, соціального та психологічного розвитку дитини. Це не різні проблеми, а різні сторони її проявів у різноманітних проявах активності, в залежності від того, що виступає об'єктом уваги педагогів, психолога та батьків в конкретній ситуації. Навички взаємодія з вчителями, однокласниками, прийняття правил перебування у навчальному закладі, успішність засвоєння знань свідчать про фізіологічну, психологічну та моральну готовність дитини до освітнього процесу[36].

На думку багатьох дослідників даної проблеми[2,5,14] основним критерієм успішної соціальної адаптації є внутрішня позиція школяра. Виділяють *чотири етапи соціальної адаптації*:

- перший етап (початковий) - індивід, який адаптується, засвоює правила поведінки, але система цінностей нового середовища йому не притаманна на внутрішньому рівні;
- терплячість – і середовище і індивід визнають рівноцінність еталонів кожного поведінки;
- третій етап – безпосередньо пристосування, етап взаємних поступок – не лише індивід визнає систему цінностей оточуючого середовища, а й представники даного середовища визнають певні його цінності також;
- четвертий етап – повна адаптація, тобто індивід приймає нові зразки поведінки та цінності[8].

В залежності від багатьох факторів, рівень соціальної адаптації школярів до нових умов може бути різним. *Виділяють три рівні соціальної адаптації школярів:*

- високий – ставлення до школи у дітей позитивне, адекватна реакція на зауваження дорослих, легко запам'ятовує навчальний матеріал, проявляє цікавість до самостійної роботи, активність;
- середній рівень – позитивне ставлення до школи, розуміння навчального матеріалу, виконання домашніх завдань не викликає труднощів, мають приятельські стосунки з багатьма однокласниками;
- низький рівень – негативне ставлення до школи, часті прояви поганого самопочуття, порушення дисципліни, складність самостійного виконання завдань, друзів у класі немає, потребує систематичного контролю[29].

Спільна колективна діяльність має сприятливий вплив на формування соціальної адаптації в школі. Прагнення приймати участь у колективній діяльності, допомагати друзям, домовлятися, працювати та виконувати певні доручення в колективі – все це формує позитивне ставлення на навчального закладу. Виконання завдань у різних підгрупах сприяє взаємодії один з одним, коли самостійно розподіляються ролі та обов'язки. Співпраця у групах допомагає досягнути єдиного результату спільної діяльності, тобто сформувати позитивні емоції та досягнути згуртованості дитячого колективу, що допомагає швидкому та легкому проходженню адаптаційного періоду.

Успішна соціальна адаптація школярі напряму залежить не лише від зусиль педагогів, але й адекватного ставлення батьків дитини. Від сприятливих відносин та умов у сім'ї залежить емоційний стан школяра і як наслідок – успішна адаптація до нових умов життя[13].

Період адаптації відіграє важливу роль для подальшої успішної навчальної діяльності, формування сфери інтересів, спілкування, самооцінки та врешті

решт фізичного розвитку. Тому створення сприятливого мікроклімату є першочерговим завданням батьків та вчителів.

Існує ряд причин, коли адаптація школярів є не надто успішною. У змінених умовах життя дитина не завжди здатна сприйняти та адаптуватися до змін життєдіяльності. Індикаторами труднощів процесу адаптації в школі є негативні зміни у поведінці дитини: надмірне збудження, агресивність, або навпаки депресивність та замкнутість. Може з'являтися відчуття страху та небажання відвідувати школу.

Під час несприятливого перебігу адаптаційного періоду у дітей зупиняється зріст, втрачається маса тіла.

Неповноцінна адаптація може призвести до психологічної нестабільності та психосоматичних захворювань. У дітей, які не пройшли успішно адаптаційний період, можуть спостерігатися неврози, швидка втомлюваність, школа для них є стресовим фактором, в результаті чого може настати емоційне та фізичне виснаження[40].

Дітям з низьким рівнем адаптації необхідна психолого-педагогічна допомога, супровід, консультування та корекційно-розвивальна робота. Корекційно-розвивальна робота полягає у формуванні внутрішньої мотивації, розвитку уваги, емоційно-вольового розвитку, комунікативності та інших важливих якостей успішної навчальної діяльності.

Неуспішна соціальна адаптація в науковій літературі визначається як соціальна дезадаптація – порушення адаптації, пристосування організму до постійних змін внутрішнього та зовнішнього середовища. Це стан постійної невідповідності між живим організмом та зовнішнім середовищем, які призводять до порушень фізіологічного функціонування, зміни форм поведінки, розвитку патологічних реакцій.

Іншими словами – дезадаптація це неможливість пристосуватися до змінних умов та долати труднощі.

Соціальна дезадаптація проявляється у слабкому оволодінні новими соціальними ролями, порушенні спілкування з однолітками, емоційним відчуженням та негативним психоемоційним станом, порушеннями в процесі соціалізації.

Причинами соціальної дезадаптації можуть стати відсутність елементарних комунікативних навичок, завищена або занижена самооцінка дитини, підвищені вимоги до оточуючих, емоційна нестабільність, замкнутість, тривожні стани і т.д.[22]

Діти, які успішно не пройшли адаптаційний період, згуртовуються між собою і тоді основним завданням вчителів, соціального педагога та психолога школи є створення психолого-педагогічних умов для вирішення проблемних моментів у навчанні, поведінці, та психологічного самопочуття школярів, які мають труднощі адаптації в школі.

Діяльність **соціального педагога** в школі зводиться до наступних напрямків:

- педагогічна діагностика рівня та змісту шкільної адаптації;
- проведення нарад за підсумками проведеної діагностики;
- розробка стратегії та практики супроводу дітей, в яких є труднощі соціальної адаптації;
- просвітницька та консультативна діяльність з батьками, індивідуальні консультації;
- педагогічна допомога школярам з труднощами соціальної адаптації[9].

Адаптація в школі поділяється на декілька **видів**, які описані в таблиці 1.1.

Таблиця 1.1 – Види адаптації та її ознаки

Види адаптації	Ознаки
<i>Соціальна адаптація</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ слухати; ➤ реагувати на зауваження вчителя; ➤ самостійно виконувати завдання; ➤ організовувати та аналізувати їх виконання; ➤ вміння налагоджувати контакти, об'єктивно оцінювати себе та інших;
<i>Фізіологічна адаптація</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ передбачає втому організму від навантаження; ➤ можливі перевтоми організму
<i>Психологічна адаптація</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бажання вчитися та виконувати завдання; ➤ прагнення до успішного виконання та розуміння завдань; ➤ здатність до запам'ятовування та обробки інформації;

Із проаналізованого матеріалу можна зробити висновок, що шкільна адаптація має вплив на весь організм та особистість в цілому.

Можна виділити три основні сфери та характерні для них зміни за умов несприятливої адаптації

Таблиця 1.2 – Компоненти та критерії адаптації

Компоненти адаптації	Критерії	Показники
Когнітивний	Рівень розвитку самосвідомості, наявність вмінь, думо, установок, стереотипів, поглядів та думок про школу	Усвідомлення дитиною своїх прав та обов'язків, уявлення про те, навіщо потрібна школа
Емоційний	Самооцінка, рівень домагань	Адекватна самооцінка, високий рівень домагань
Поведінковий	Поведінка дитини в школі, взаємовідносини з іншими	Бажання відповідати очікуванням дорослих, уявлення про нові соціальні ролі, відповідна поведінка

Успішність адаптації в школі залежить від багатьох як внутрішніх, так і зовнішніх факторів. До зовнішніх факторів відносяться взаємовідносини з класом, вчителями та сім'єю, внутрішні – навчальна мотивація, готовність до школи, здоров'я та стресостійкість дитини. Всі перераховані фактори взаємопов'язані, серед них немає головних та другорядних, хоча багато педагогів та психологів вважають першочерговою в даному питанні саме сім'ю, оскільки від дитячо-батьківських відносин залежить здоров'я дитини (фізичне, психологічне та психічне) та вміння встановлювати соціальні контакти.

На думку багатьох вчених [3,9,15,19] дитячо-батьківські відносини є основним фактором адаптації дитини.

- В сім'ях з типом «симбіоз» у дітей спостерігається підвищений рівень тривожності;
- Високий рівень контролю батьків призводить до зниження мотивації;
- Зниженню рівня тривожності сприяє здатність батьків сприймати невдача власних дітей[27]

Найкраща позиція (стиль) у сім'ях, де дитину визнають активним суб'єктом сімейних взаємовідносин – адекватний контроль у вигляді емоційного прийняття дитини та чітких, послідовних вимог. Як наслідок – активність та ініціативність дитини, емпатія та доброзичливість. Втім доволі часто переважає суб'єкт-об'єктне ставлення батьків до дитини, а це призводить до проблем з адаптацією та соціалізацією дитини.

До прикладу, коли учні початкової школи переходять у середні класи, то цей період співпадає із початком підліткової кризи, для якої характерними є зміни фізичних та психологічних характеристик, зростання інтересів та потреб, а також формування особистості. В такому випадку школярі зіштовхуються із багатьма труднощами, такими як порушення самооцінки, невпевненість у власних здібностях, зниження рівня мотивації, труднощі соціальної взаємодії з однолітками та вчителями[39].

Досить важливою є підтримка школярів та допомога їм в адаптації до нових умов. Саме тому у школах реалізуються різноманітні програми підтримки, класні години, індивідуальні консультації та робота з психологом. На таких заняттях діти мають можливість вивчати основні правила участі у навчальному процесі, орієнтуватися у шкільному розкладі, правильно розподіляти власний час та здобувають навички самоконтролю.

Така практика допомагає інтегруватися в освітній процес, відчувати себе більш впевненими та успішними.

В цілому досить важливо підтримувати школярів на усіх етапах їх навчання, особливо у школі, щоб допомогти їм пристосуватися до нових умов, отримати додатковий ресурс та відчувати себе комфортно в освітньому середовищі.

Адаптація допомагає учням подолати такі труднощі як зміни навчального режиму, нові вчителі, розклад занять, завдяки адаптації діти звикають до багатьох вимог нових умов перебування, стають більш самостійними та вміють долати різноманітні труднощі, які виникають у школі[24].

Соціально-психологічна адаптація школярів включає в себе пристосування до соціального середовища, вона може проявлятися не лише у взаємовідносинах із класом, а й педагогічним колективом та батьками. Позитивним фактором є підтримка вчителів та працівників школи, участь батьків у житті школи та класу.

Таким чином, активна соціальна взаємодія є незмінною частиною процесу адаптації школярів до умов освітнього середовища. Взаємодія учнів, вчителів та батьків допомагає створити позитивне та ефективне оточуюче середовище для кожного школяра. Оволодіння даними навичками сприяє успішному подоланню кризового періоду та відкриває нові можливості для навчання в будь якій наступній освітній сфері.

1.2 Проблеми та чинники успішної соціальної адаптації здобувачів загальної середньої освіти на усіх етапах навчання

Соціальна адаптація це не лише пристосування до нових умов, але і здатність людини створювати їх для комфортної життєдіяльності. Соціальний розвиток відбувається постійно. Будь-яке спілкування, сприйняття будь чого формують досвід і людина стає іншою. Соціальну адаптація варто розглядати з точки зору духовних потреб, ціннісних орієнтацій та соціалізації як засобів засвоєння соціального життя. В процесі спілкування засвоюються культурні та духовні цінності. Саме тому можливості адаптації тісно пов'язані із змістом її діяльності.

Як соціальна істота людина постійно потребує соціальних контактів. Для соціальної адаптації характерною ознакою є задоволення потреби спілкування. Вона передає з одного покоління в інше переконання, етичні норми та етичні смаки[6].

Соціально-педагогічна адаптація являє собою складний безперервний, багаторівневий, керований процес взаємодії особистості та соціального середовища, змістом якої є активне пристосування особистості до змінних соціальних умов, в засвоєнні та реалізації соціальних норм та цінностей, у взаємній інтеграції особистості та середовища.

Враховуючи типологічні характеристики вікових особливостей розвитку школярів, соціальну адаптацію на період навчання їх в школі можна поділити на такі 4 *етапи*:

- адаптація до шкільного життя (початкова школа);
- засвоєння індивідуальних засобів адаптації (5-7 клас);
- соціальна адаптація в просторі школи (8-10 класи);
- інтеграція у відкритий соціальний простір (11 клас);[33]

На соціальну адаптацію школярів в освітньому середовищі впливають фактори та умови їх життєдіяльності та організації соціальної адаптації в школі.

Виділяють дві *групи факторів*:

1. загальні фактори – мега, макро-, мезо- та мікро- фактори, які визначають якість життя, можливості, межі реалізації людиною її потенціалу в умовах школи, виступають як механізми та фактори розвитку людського ресурсу, соціальної адаптації та соціалізації;
2. специфічні фактори – сукупність соціальних компонентів, міжособистісних зв'язків та відносин учасників педагогічного процесу, тобто соціально-педагогічне середовище школи.

Макро та мікро умовами організації соціальної адаптації є наступні:

макро умови - особливості соціальної організації, характер спілкування;

мікро умови – вікові, статеві, етнічні особливості[6].

Для того, щоб адаптаційний період був ефективним, виділяють такі *етапи його організації*:

1. розробка соціальним педагогом, психологом школи та вчителями-предметниками програми адаптації школярів;
2. сприйняття усіма класними керівниками ідеї адаптаційного періоду та усвідомлення його змісту, необхідності та підготовки;
3. розробка програми адаптаційного періоду, враховуючи можливості вчителів та дітей на основі освітньої програми;
4. створення усіма членами педагогічного колективу організаційних умов, які забезпечують адаптаційний період для дітей (накази та розпорядження по школі, зміни в розкладі, створення відповідних кабінетів і т. д.);
5. залучення інших фахівців для допомоги учням у їх адаптації[38]

Орієнтовна програма адаптаційного періоду включає певні моменти, представлені в таблиці 1.3

Таблиця 1.3 – Орієнтовна програма адаптаційного періоду для учнів 5 класу

Етапи	Зміст
1 – підлітковий вік	<p>Логіка розвитку учнів 5 класу адаптаційного періоду передбачає самостійну роботу та спеціально організовану творчу діяльність. Оскільки основною референтною групою для даної вікової категорії є однокласники, тому важливо підліткам надати можливість усі норми та правила на новому етапі шкільного життя виробляти та встановлювати самим, враховуючи вже отриманий раніше досвід</p> <p style="text-align: right;">(5 клас)</p>

	Роботу слід організувати переважно у формі тренінгів, тривалість занять – 4 дні по 1-1,5 години	
Перший етап адаптаційного періоду	Учні знайомляться, розповідають про те, що вони люблять, чим цікавляться, що цінують в інших та в собі, чи комфортно їм у школі. На даному етапі підлітки намагаються знайти спільне з іншими та одночасно підкреслити власну індивідуальність та неповторність	
	Важливо на даному етапі створити доброзичливу атмосферу, яка буде сприяти продуктивному вирішенню спільних практичних завдань. Для молодшого підліткового віку характерні потреба у самореалізації та самоствердженні, тому роботу варто організувати у формі творчої дискусії, пошуку. Позитивним елементом стане участь вчителів та класного керівника, які зможуть розповісти про себе та своє життя, захоплення.	
Другий етап адаптаційного періоду	Надати можливість взаємодії у великих та малих групах із зміною її членів, спільно встановлювати власні правила. Наприклад, розробити диференційовані правила для різних видів взаємодії – інтелектуальної, творчої, трудової і т.д.	

Адаптація допомагає дітям долати такі труднощі як зміни навчального режиму, зміну вчителів, зміни розкладу занять. Завдяки адаптації учні звикають до багатьох вимог, які виникають у новому середовищі. Це довготривалий процес, який пов'язаний із посиленою роботою усіх систем організму дитини. Місяці необхідні для того, щоб дитина відчувала себе зручно у школі.

Соціально-психологічна адаптація протягом навчання у школі (три етапи: молодша, середня та старша школа)

Якщо розглядати процес адаптації протягом усього періоду шкільного навчання, то на початковому етапі (перший клас) дитина постає перед багаточисельним сценарієм, який включає усі сторони життя та навчального процесу: як правильно отримувати знання, будувати взаємовідносини з ровесниками та вести себе в колективі, як ставитися до різноманітних вимог і т.д.

Для того, щоб адаптація була успішною на даному етапі, варто розвивати емоційно-позитивне ставлення до спільної діяльності, бажання приймати у ній участь, пропонувати свою допомогу друзям та вміти приймати її від інших, планувати та домовлятися, працювати у колективі.

Наступним важливим етапом адаптації школярів є закінчення початкової та перехід до середньої ланки. На даному періоді варто зупинитися більш детально, оскільки це кризовий період[12].

Одним із основних завдань адаптаційного процесу є дотримання зв'язку та залежності між початковою та середньою школою, оскільки середні класи вимагають від учнів моральної готовності до ускладнень навчального процесу, появ нових, незнайомих вчителів, нових предметів та вимог. Неготовність до сприймання збільшених об'ємів інформації може призвести до проявів дезадаптації. Якщо дитина проявляє активність та бажання засвоїти

навчальну програму, то її адаптивні механізми розвиваються досить швидко і тоді дитина без труднощів входить у нове шкільне середовище.

Середній вік школяра – це етап, коли дитина може самостійно оволодіти індивідуальними формами роботи, період становлення інтелектуальної та пізнавальної активності, яка підтримується навчально пізнавальною та суспільною мотивацією[6].

На противагу адаптації тривалий процес дезадаптації особистості може призвести до проявів девіантної поведінки, агресії та насилля, дитина стає некерованою, відстає у навчанні, не хоче ходити до школи, не проявляє цікавості до спілкування з однокласниками та вчителями. Більшість учнів п'ятого класу вважають себе дорослими та самостійними, швидко засвоюють навчальну програму та легко адаптуються до нового середовища, а іншим навпаки важко долати перехідний період та зміни у шкільному житті, і як наслідок, процес адаптації затягується. Для них характерними є прояви тривожності, замкнутість або навпаки гіперактивність.

За даними соціологічних досліджень готовність та бажання відвідувати школу можуть бути пов'язані із явищами, які не мають відношення до навчального процесу: новий одяг, канцелярські товари, новий рюкзак, підвищена увага зі сторони батьків протягом року – можуть відігравати ключову роль для дитини[18].

Для успішної адаптації важливою є взаємодія школи та сім'ї. Допомога батьків для дитини є дуже важливою у подоланні труднощів навчального процесу щоб уникнути відчуття самотності та відчуження.

Одна із важливих проблем, яка виникає під час переходу дитини із середніх класів у старшу школу – це труднощі адаптації у новому колективі, оскільки в десятому класі з'являються нові учні, а частина залишає школу після закінчення дев'ятого класу, хтось взагалі змінює школу, переходить у

паралельний клас, за потреби об'єднують класи, тобто звичний класний колектив змінює свою структуру і виявляється зовсім новим та незнайомим.

На третьому етапі ступінь адаптивності дитини визначається рівнем оволодіння шкільною програмою, загальними та профільними знаннями, вміннями та навичками, які необхідні для взаємодії у новому середовищі.

У старших класах школи особливо важливими є здібності та бажання учнів приймати участь у спільних видах діяльності, пристосовуватися до умов колективу та приймати позицію більшості[7].

Труднощі адаптації на даному етапі можливі за умови зниження рівня успішності, завантаженість додатковими заняттями з репетиторами або підготовчими курсами у заклади професійно-технічної або вищої освіти, які проявляються у змінах поведінки та дисципліни.

Роль соціального педагога у старших класах є надзвичайно важливою, оскільки саме він має допомогти кожній дитині зробити правильний професійний вибір, на підставі діагностики та здібностей і нахилів майбутніх абітурієнтів.

При підвищеному інтересі до адаптації дитини у школі на будь якому етапі навчання, не варто забувати той факт, що адаптація та соціалізація можуть проявлятися як пристосування школярів до нового середовища, нового колективу, нових вимог, оволодіння якими відбувається за допомогою різних соціальних засобів та соціальних груп (вчителі, батьки, однолітки).

З метою досягнення максимального рівня адаптації на будь якому етапі навчання необхідно відстежувати процес оптимізації взаємовідносин учнів та класу, зближення їх діяльності, ціннісних орієнтацій та норм, засвоєння індивідом норм та правил групи, в якій він перебуває.

1.3 Зміст роботи соціального педагога щодо соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу

Навчання у школі для кожної дитини виступає новим етапом її розвитку, який пов'язаний із змінами звичного раніше способу життя і кожна дитина проходить його тричі за період шкільного навчання: перше знайомство зі школою (1 клас), перехід до середніх класів (замість одного вчителя з'являються різні вчителі) та старші класи (багато дітей продовжують навчання поза школою, подекуди класи об'єднують, в класах з'являються нові діти). Це щоразу принципово нова ситуація, перехід до якої пов'язаний із певними змінами. У школі учні здійснюють соціально важливу діяльність, вони перебувають у новій позиції у відношенні до дорослих та однолітків, проходять зміни у самооцінці та взаємовідносинах із батьками та друзями[31].

Соціальне благополуччя дитини багато в чому залежить від її здатності пристосовуватися до змін умов життя та зберігати стійкість до впливу несприятливих факторів середовища у кризові періоди розвитку.

В учнів виникає ряд труднощів в адаптації до вимог школи, щоразу нового статусу і внаслідок цього виникають проблеми в адаптації до нового соціального середовища та соціального оточення.

Причинами труднощів в адаптації виділяють наступні:

- особливості шкільного режиму, що призводить до втомлюваності;
- необхідність налагоджувати дружні взаємовідносини з незнайомими людьми, вчителями, однокласниками;
- зміни у взаємовідносинах з батьками;
- відсутність інтересу та байдужість до навчання[14];

З метою профілактики дезадаптації і створенню умов і допомоги для успішної соціальної адаптації в навчальних закладах соціальний педагог та вчителі з адміністрацією школи проводять ряд заходів, спрямованих на створення сприятливих умов для соціальної адаптації учнів.

Одним із пріоритетних напрямків роботи з соціальної адаптації є створення сприятливого адаптаційного середовища.

Діяльність фахівців побудована на наступних принципах:

- психологічний комфорт, створення предметно-розвивального середовища, яке забезпечить сприятливі умови начального процесу;
- можливість самостійної діяльності, самостійні відкриття та дії, спрямовані на вивчення предметів та явищ, розвиток дрібної моторики рук;
- можливість отримувати досвід власної творчої діяльності;
- наочність матеріалу у відповідності до вікових психофізіологічних особливостей розвитку дітей[8].

Враховуючи все вище сказане, можна виділити такі елементи діяльності, які спрямовані на створення сприятливого адаптаційного середовища:

- забезпечення рухової активності учнів;
- наочність навчального матеріалу;
- використання в навчальній та виховній діяльності прийомів гри, створення умов та емоційно значущих ситуацій для самостійної практичної діяльності;
- зміни стилю взаємодії учнів та вчителів з авторитарного на співробітництво;
- введення до навчального процесу різноманітних видів творчої діяльності;
- застосування різних форм навчання неурочного типу;
- створення взаємозв'язку життя та навчальної діяльності[23].

Оптимізація навчальної діяльності в період соціальної адаптації спрямована на полегшення адаптації до навчального процесу.

Завданням вчителів є налагодження доброзичливих та уважних відносин з кожним учнем, важливо створити сприятливі умови для того, щоб кожен відчував себе впевнено у новому незнайомому оточенні.

Якщо дитині не вдається увійти в нову для неї діяльність це може стати причиною несприятливого адаптаційного періоду в школі.

З метою створення сприятливих умов навчальна діяльність має бути побудована таким чином, щоб учні поступово входили у новий вид діяльності.

Дотримання режиму шкільного життя також є одним із напрямків соціальної адаптації в загальноосвітньому навчальному закладі. Така робота має розпочинати із налагодження взаємовідносин між вчителем та учнями. Важливо пам'ятати і про дотримання санітарно-епідеміологічних вимог організації навчання у загальноосвітньому закладі. До таких вимог відносять:

1. дотримання температурного режиму у приміщеннях школи;
2. рівномірний розподіл навчального процесу та канікул;
3. дотримання вимог тижневого навантаження;
4. створення розкладу занять відповідно до розумової працездатності учнів[17].

Діяльність школи щодо соціальної адаптації включає в себе оздоровчо-медичну роботу заради збереження психічного, фізичного та соціального здоров'я школярів.

Діти проводять у школі значну частину дня, тому збереження та зміцнення їх фізичного та психічного здоров'я є справою не лише сім'ї, а й педагогів та працівників навчальних закладів.

До організації оздоровчої діяльності входять наступні заходи:

1. діагностика стану здоров'я учнів та медико-психолого-педагогічна їх підтримка;
2. профілактика захворювань;
3. формування вмінь та навичок здорового способу життя;
4. дотримання гігієнічних норм режиму перебування на повітрі та провітрювання класів;
5. проведення фізичної зарядки та спортивних заходів[8].

Щодо першокласників, то їх поза навчальна діяльність займає половину часу в школі з учнями усієї початкової школи. Необхідно правильно побудувати позанавчальну діяльність в адаптаційний період для того, щоб соціальна адаптація проходила якомога сприятливіше.

До роботи щодо соціальної адаптації активну залучаються і батьки учнів, яка включає в себе:

1. батьківські збори, які є важливою формою роботи усього педагогічного колективу з сім'єю учня, засобом підвищення якості навчально-виховного процесу, формою взаємодії та співпраці сім'ї та навчального закладу;
2. психолого-педагогічне просвітництво батьків з метою ознайомлення з психологічними особливостями дітей, методами навчання та виховання;
3. проведення тестування для батьків «Чи знаєте ви власну дитину» з метою з метою визначення рівня адаптації дитини до самостійної діяльності;
4. регулярні контакти з батьками, повідомлення про успіхи, досягнення та проблеми дітей;
5. соціально-психологічний супровід сімей з порушеннями дитячо-батьківських відносин, тобто надання своєчасної психологічної та педагогічної допомоги сім'ї та система корегувальних впливів на складні взаємовідносини між її членами. В процесі безперервного та систематичного супроводу соціальний педагог має можливість обговорити та розвивати ставлення батьків до навчання та виховання дітей[20].

Профілактична робота щодо соціальної адаптації включає в себе:

- психолого-педагогічну діагностику;
- моніторинг результатів процесу адаптації;
- розробку планів адаптаційних занять для профілактики дезадаптації

Таким чином, напрямки роботи щодо соціально-психологічної адаптації у загальноосвітньому навчальному закладі мають різноплановий характер

взаємодії усіх фахівців навчального закладу та стосуються усіх сфер шкільного життя учнів[2].

До напрямків роботи по соціально-психологічній адаптації належать: створення сприятливого адаптаційного середовища, оптимізація навчальної діяльності, оздоровчо-медична робота заради збереження психічного, фізичного та соціального здоров'я учнів, оптимізація позанавчальної діяльності, профілактична робота з метою попередження дезадаптації.

Діяльність щодо соціально-психологічної адаптації повинна носити організований та систематичний характер та виконуватися усіма суб'єктами навчально-виховного процесу.

Висновки до розділу

У якості висновків до першого розділу кваліфікаційної роботи варто виділити такі психолого-педагогічні новоутворення учнів як: формування його самооцінки та самостійності, контроль над емоційною сферою, зміна соціального статусу. Навчання у загальноосвітньому навчальному закладі розвиває в учнів такі психологічні процеси як пам'ять, увага, мислення. На формування особистісних характеристик суттєвий вплив має шкільний простір, новий колектив учнів та вчителі.

Навчальний заклад стає для учнів місцем акумулювання усіх його інтересів, тому саме тут відбувається і соціалізація.

У роботі з учнями виділяють таку соціально-педагогічну проблему як соціальна адаптація.

Адаптація – це перебудова організму у зв'язку із змінами умов, а соціальна адаптація – це пристосування до змінених соціальних умов. На успішну соціальну адаптацію впливають такі фактори як: внутрішня позиція учня, підтримка зі сторони батьків, прийняття учнями нових вимог, прийняття нового

колективу, налаштування товариських взаємовідносин, вміння керувати власними емоціями.

Труднощі соціально-психологічної адаптації школярів полягають у змінах звичного способу життя, високі фізичні та інтелектуальні навантаження, необхідність налагоджувати дружні стосунки з однолітками, неприйняття нової соціальної ролі та відсутність інтересу до навчання.

Деадаптовані учні витісняють ровесників з колективу, мають прояви роздратування. Ознаками соціальної дезадаптації є відсутність бажання розмовляти, спілкуватися з ровесниками, неврівноваженість, різкі зміни настрою, демонстрування емоцій та асоціальної поведінки.

Соціальна дезадаптація призводить до таких наслідків як затримка фізичного, психічного та соціального розвитку, розладів нервової системи, замкнутості, тому досить важливо проводити профілактичні заходи.

РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧНІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

2.1 Аналіз результатів емпіричного дослідження особливостей соціальної адаптації учнів на різних етапах навчання

Визначення рівня соціально-психологічної адаптації учнів на різних етапах навчання проводилося на базі Комунального закладу загальної середньої освіти "Ліцею № 9 Хмельницької міської ради". Основною метою загальноосвітнього навчального закладу є формування загальної культури особистості школяра на підставі засвоєння змісту основних освітніх програм, а також адаптація до життя та суспільства, створення підґрунтя для усвідомленого професійного вибору, виховання працелюбності, патріотизму, поваги до прав та свобод громадян, любов до Батьківщини, сім'ї, формування здорового способу життя.

Діяльність усього колективу освітнього закладу спрямована на збереження та зміцнення здоров'я учнів, підвищення якості надання освітніх послуг, врахування індивідуальних особливостей кожної дитини, створення сприятливих умов для соціалізації.

Згідно з робочими планами соціального педагога ліцею тут проводиться ряд заходів, спрямованих на успішну соціально-психологічну адаптації учнів. Даний напрямок включає в себе роботу з батьками, де вони мають можливість ознайомитися з змістом навчально-виховного процесу, розширити та поглибити знання про виховання дітей та отримати практичні поради, батьків активно залучають до навчально-виховного процесу (батьківський комітет, заходи за участі батьків), мають можливість отримати інформацію щодо особливостей соціально-психологічної адаптації учнів на різних етапах навчання. Зокрема мова йде про перший клас (вступ дитини до школи), п'ятий клас, де відбувається перехід від одного вчителя до багатьох вчителів та дев'яті класи – змінюється

загальна структура класу та звична кількість учнів, зростає навчальне навантаження у зв'язку із підготовкою до вступу у ЗВО.

Зацікавленість в успішній соціально-психологічній адаптації учнів батьків та колективу школи є запорукою успішного її проходження.

Соціальна адаптація – це складна система заходів щодо оволодіння новими видами діяльності, саме тому діяльність соціального педагога спрямована на створення довірливих взаємин у шкільному колективі. З врахуванням вікових та індивідуальних особливостей на уроках та позакласних заходах підвищується мотивація та корегуються такі особистісні якості як самооцінка, тривожність та невпевненість у собі.

Напрямки позакласної діяльності реалізуються класними керівниками, вчителями ліцею, соціальним педагогом, психологом та заступниками директора з виховної роботи.

Для вивчення процесу соціальної адаптації учнів Комунального закладу загальної середньої освіти "Ліцею № 9 Хмельницької міської ради". було проведено діагностичне дослідження. Оскільки в рамках дослідження нас цікавила адаптованість учнів на усіх етапах навчання, тому в діагностиці прийняли участь як педагогічні працівники (15 осіб), так і учні ліцею: 12 учнів першого класу, 16 учнів п'ятого та 13 учнів дев'ятого класу, разом 56 респондентів.

Для його проведення було використано такі діагностичні методики:

- 1) Авторська анкета для педагогічних працівників щодо визначення соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу
- 2) Для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою, застосовується тест шкільної тривожності Філіпса.
- 3) Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою), основною метою якої є визначення очима учня його ставлення до шкільного навчання та різних шкільних та навчальних ситуацій.

На думку деяких вчених, методи дослідження соціально-психологічної адаптації повинні надавати можливість отримання кількісних показників, критеріїв, реєстрації змін, що відбуваються в процесі соціально-психологічної адаптації, а також статистичного аналізу отриманих за їх допомогою результатів.

Аналіз літературних джерел надає можливість виокремити декілька методичних підходів та приділити увагу дослідженню цієї проблеми за допомогою авторської анкети для педагогічних працівників щодо визначення соціально-психологічної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу

Авторська анкета містить 10 запитань по декілька варіантів відповідей.

В опитуванні прийняли участь 15 респондентів, проаналізовані відповіді яких надано в узагальненому вигляді.

Перше запитання анкети стосувалося визначення змісту соціально-психологічної адаптації у закладах освіти.

На думку 53,3% респондентів соціально-психологічна адаптація учнів у закладах освіти це процес інтеграції учня в нове середовище, 3 із 15 опитаних (20%) стверджують, що це процес набуття нових навичок і знань, 13,3% під соціально-психологічною адаптацією розуміють процес соціальної взаємодії із однолітками, 13,3% вважають соціально-психологічну адаптацію формуванням самостійності та підтримкою самовпевненості.

Результати представлені на рисунку 1.1



Рисунок 1.1 – Відповіді на запитання анкети щодо змісту соціально-психологічна адаптація учнів у закладах освіти



Рисунок 1.2 – Фактори, які впливають на успішну соціально-психологічну адаптацію учнів.

На соціально-психологічну адаптацію впливають ряд факторів, значущість яких ми з'ясували у наступному запитанні анкети (рисунок 2.2).

Отримані результати свідчать про те, що найважливішим фактором є соціально-психологічний клімат в класі (53,3%), далі за значущістю – співпраця адміністрації, педагогів та батьків (20%) та підтримка однокласників – 13,3% відповідно. Найменш важливими, згідно дослідження, є умови проживання, доступність навчальних матеріалів та підтримка сім'ї.

Соціально-психологічна адаптація учнів у закладі освіти має певні труднощі, перелік яких представлено нижче на рисунку 2.3.

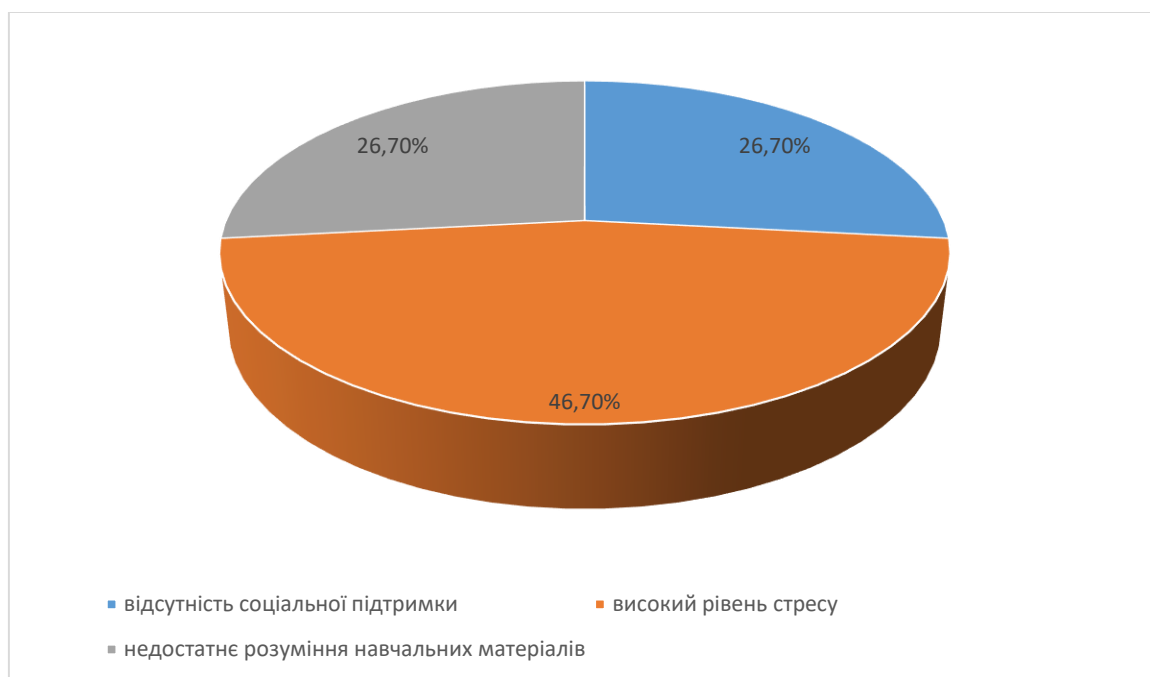


Рисунок 2.3 – Труднощі соціально-психологічної адаптації

Отримані результати опитування свідчать про високий рівень стресу (46,7%), варіанти «відсутність соціальної підтримки» та «недостатнє розуміння навчальних матеріалів» отримали однакову кількість відповідей, а саме 4 із 15 опитаних, тобто 26,7% від загальної кількості.

На скільки важливою у соціально-психологічній адаптації учнів є підтримка з боку вчителів і одногрупників ми поцікавилися у наступному запитанні анкети, відповіді зображені на рисунку 2.4

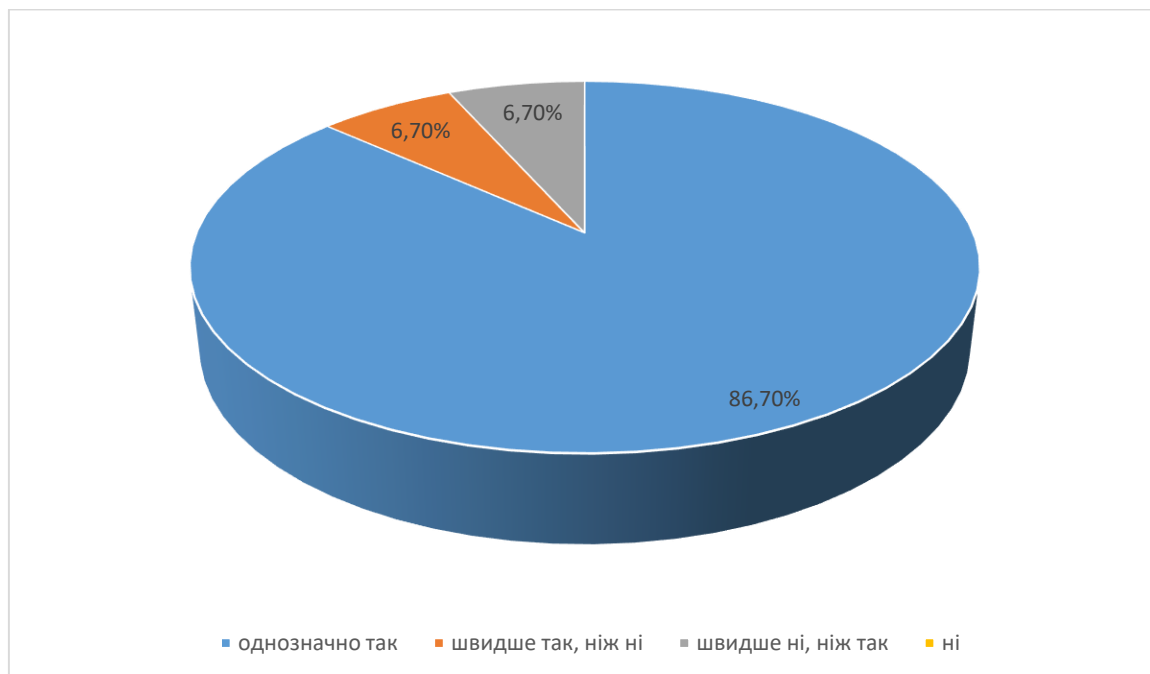


Рисунок 2.4 – Важливість підтримки вчителів та однолітків у соціально-психологічній адаптації.

Також в ході дослідження нас цікавило, чи відчують учні закладу труднощі у встановленні нових соціальних зв'язків. Відповіді респондентів розподілилися наступним чином: іноді труднощі відчують 60% опитаних, часто – 33,3%, жодних труднощів не відчують лише 6,7% опитаних.

Графічно отримані результати мають наступний вигляд.

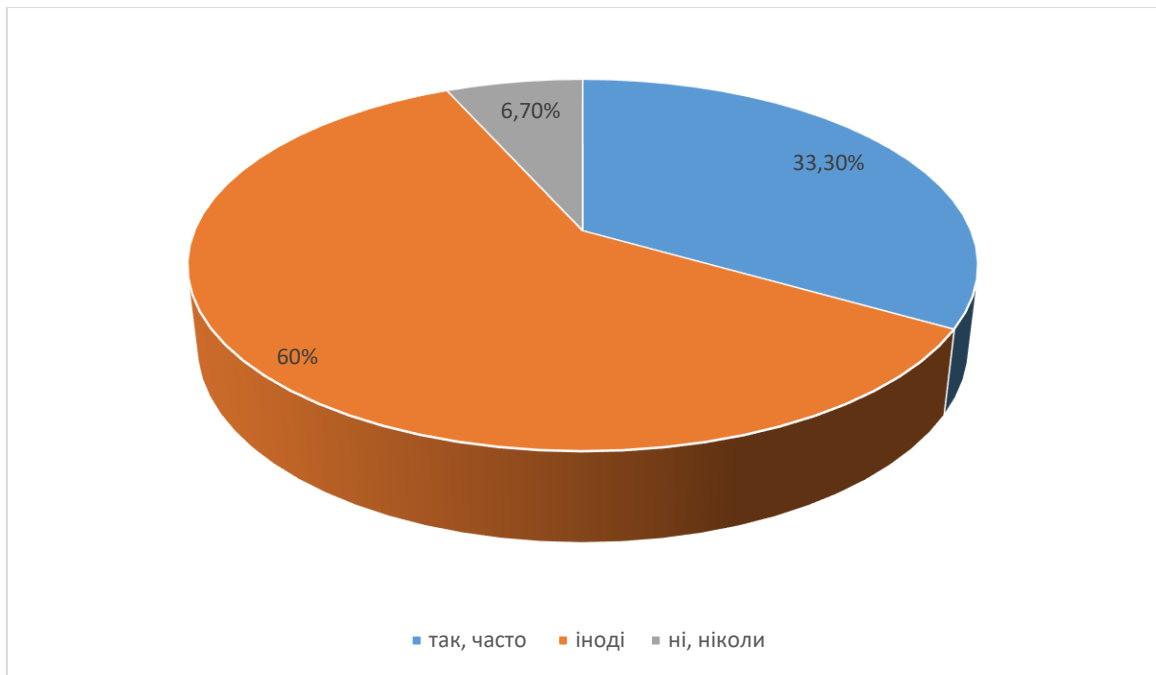


Рисунок 2.5 - Розподіл відповідей на запитання анкети чи відчувають учні труднощі у встановленні нових соціальних зв'язків у закладі

З метою полегшення соціально-психологічної адаптації учнів в ліцеї проводиться ряд заходів. Які із них є найбільш важливими ми з'ясували у респондентів, отримані результати зображені на рисунку 2.6

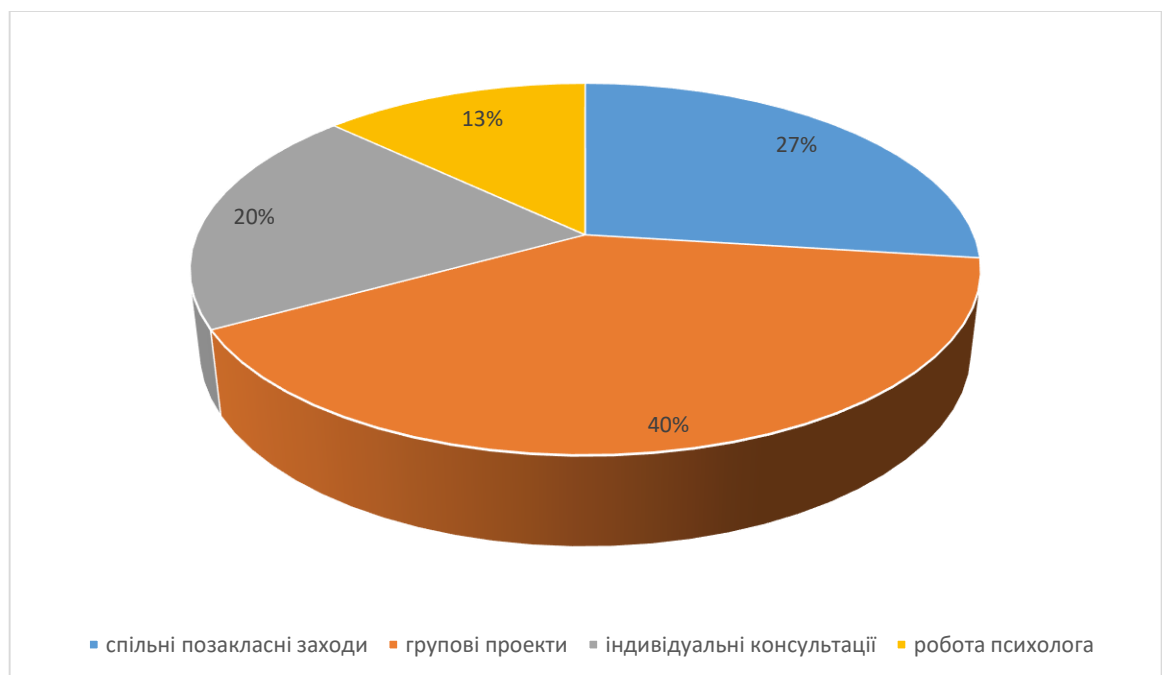


Рисунок 2.6 - Заходи, які сприяють кращій соціально-психологічній адаптації

Відомо, що соціально-психологічна адаптація впливає на успішність у навчанні. Наскільки сильним є її вплив ми з'ясували у наступному запитанні анкети.

Відповіді респондентів представлені на рисунку 2.7



Рисунок 2.7 – «Відповіді на запитання анкети «Чи впливає соціально-психологічна адаптація на успішність у навчанні?»»

Отримані відповіді вказують на значущий вплив соціально-психологічної адаптації на успішність у навчанні: значно впливає – 60%, лише частково – 40% опитаних.

Також нас цікавило, наскільки важливими є позанавчальні заходи у процесі соціально-психологічної адаптації учнів.

Відповіді зображені на рисунку 2.8.

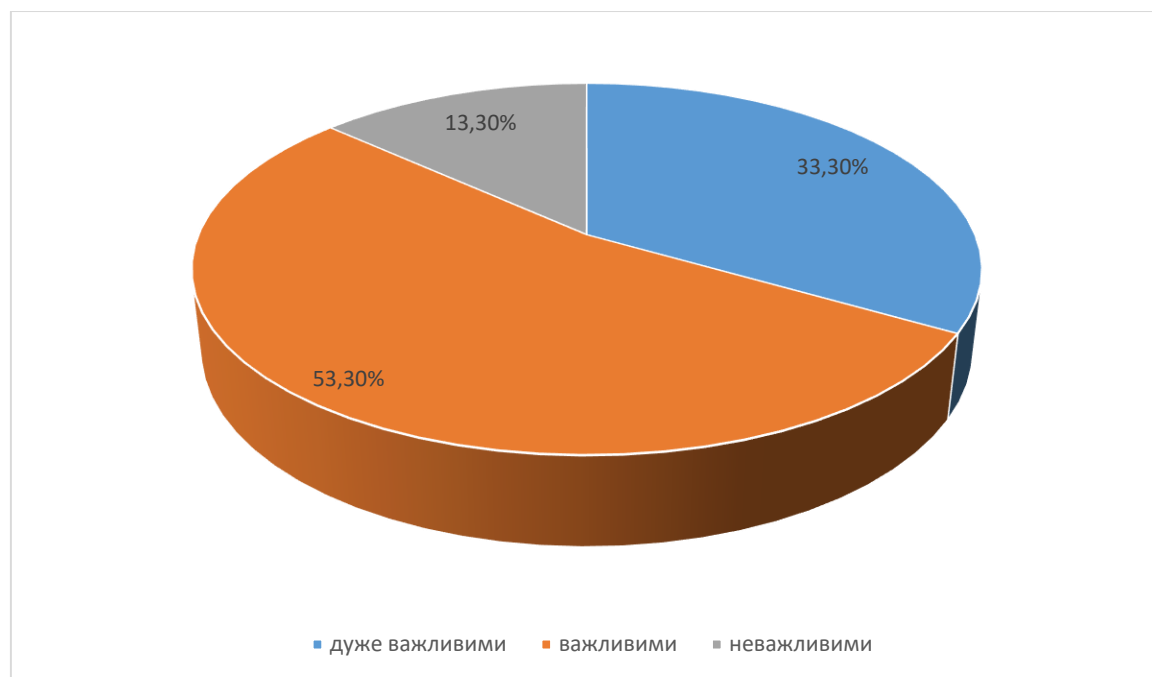


Рисунок 2.8 – Важливість позанавчальних заходів у процесі соціально-психологічної адаптації учнів.

Для 8 із 15 осіб, а це 53,3% опитаних позанавчальні заклади є важливими, ще для 33,3% вони є дуже важливими, що свідчить про надзвичайно важливу роль у соціально-психологічній адаптації даного виду діяльності.

Під час соціально-психологічної адаптації до нового середовища учні відчують різні емоційні стани, які за результатами опитування зазвичай є змішаними (86,7%), для 6,7% респондентів емоційні стани є позитивними, ще для 6,7% - відповідно негативними. Графічно такі показники виглядають наступним чином.

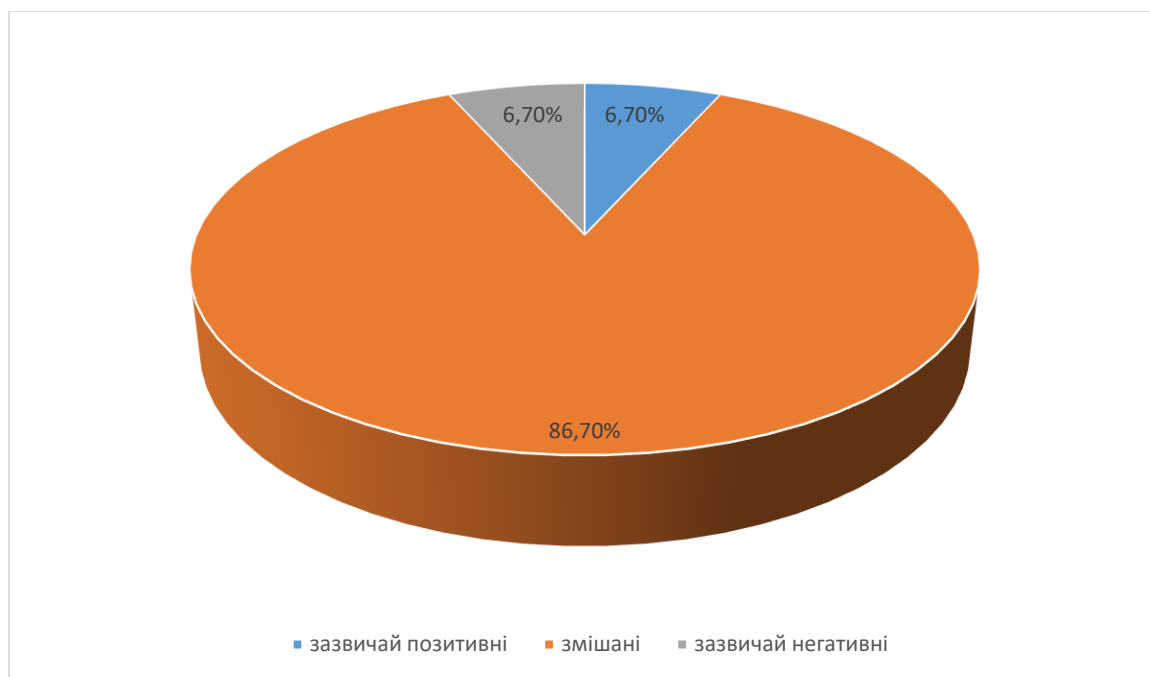


Рисунок 2.9 - Емоційні стани учнів під час соціально-психологічної адаптації до нового середовища

Метою заключного запитання анкети було виявити, які зміни або покращення можна впровадити для сприяння кращій соціально-психологічній адаптації учнів на різних етапах навчання. Варіант відповіді «більше підтримки від педагогів» обрали 33,3% респондентів, поліпшення умов навчання є важливим для 26,7% опитаних, додаткові позанавчальні заходи обрали теж 26,7% опитаних. Менш дієвими, на думку респондентів є такі заходи як співпраця педагогічних працівників з батьками та можливість безкоштовно працювати з психологом – по 6,7% відповідно.

Отримані результати представлені у графічному вигляді на рисунку 2.10



Рисунок 2.10 - Зміни щодо сприяння соціально-психологічній адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу.

Використання авторської анкети дозволяє більш повно та детально вивчити явище соціально-психологічної адаптації в умовах освітнього середовища загальноосвітнього навчального закладу.

Для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою, ми застосували тест шкільної тривожності Філіпса.

Отримані результати діагностики дають можливість аналізувати загальний внутрішній емоційний стан школяра, який багато в чому визначається наявністю тих чи інших тривожних синдромів (факторів) і їхньою кількістю. Для об'єктивності даних ми провели діагностику кожного учня за усіма факторами:

- загальна тривожність у школі;
- переживання соціального стресу;
- фрустрація потреби в досягненні успіху;
- страх самовираження;
- страх не відповідати очікуванням оточуючих;

- низька фізіологічна опірність стресу;
- проблеми і страхи у відносинах з вчителями

Зведені результати діагностики ми представили у вигляді таблиці 2.1 та на рисунку 2.11

Таблиця 2.1 – Отримані результати діагностики рівня і характеру тривожності за допомогою тесту шкільної тривожності Філіпса

Фактори	Кількість учнів	Кількість у %
загальна тривожність у школі	29	70,7%
переживання соціального стресу;	11	26,8%
фрустрація потреби в досягненні успіху;	16	39%
страх самовираження;	38	92,7%
страх не відповідати очікуванням оточуючих;	9	22%
низька фізіологічна опірність стресу;	21	51,2%
проблеми і страхи у відносинах з вчителями	15	36,6%

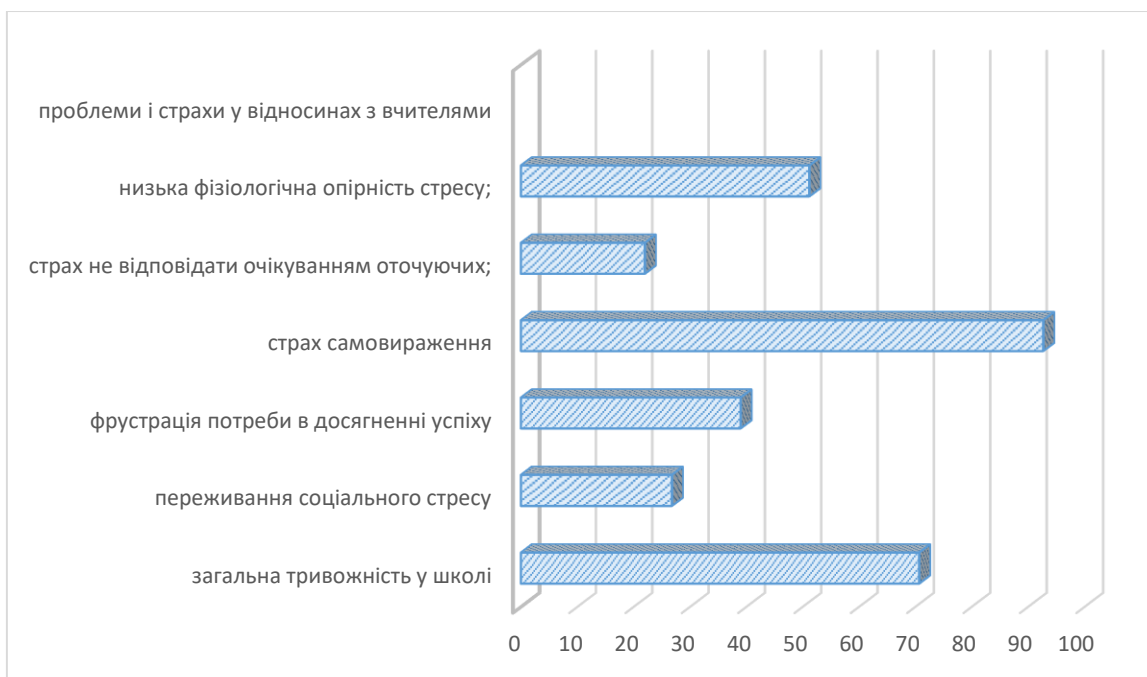


Рисунок 2.11 – Результати діагностики за допомогою тесту шкільної тривожності Філіпса

Отримані показники свідчать про наявність проблем та страхів у відносинах з вчителями у 36,6% учнів, низька фізіологічна опірність стресу притаманна 51,2% учнів. Також вдалося з'ясувати, що 9 учнів показали результат, який означає страх не відповідати очікуванням оточуючих та 92,7% мають страх самовираження. 26,8% переживають соціальний стрес і загальна тривожність у школі в межах 70,7% від загальної кількості респондентів. Такі показники є свідченням того, що загальний рівень тривожності є досить високим. Причинами цього є труднощі у взаєминах з однолітками, вчителями та батьками, високе навчальне вантаження, постійні тривоги у зв'язку із військовими діями на території нашої держави, недосипання та втомлюваність.

Сьогодні світ досить швидко змінюється і відповідно змінюються умови, до яких треба адаптуватися. Спочатку пандемія COVID -19, потім повномасштабне вторгнення вносять свої корективи. Все це має негативний вплив на учнів та сприяє розвитку дезадаптації. Тому особливо актуальними є пошуки шляхів

успішної соціально-психологічної адаптації до змінених соціальних умов та освітнього закладу.

Для того щоб грамотно організувати процес мотивації учнів й управляти ним, необхідно діагностувати навчальну мотивацію за допомогою анкетування, у результаті якого визначають рівні мотивації за високим, середнім, низьким діапазонами. Тому третім етапом нашого емпіричного дослідження стало використання анкети для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою), яка містить 10 запитань. Отримані результати запропоновані у таблиці 2.2

Таблиця 2.2 – Результати анкети для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою)

Рівень шкільної мотивації	Кількість балів	Кількість учнів/кількість у %
<i>Перший рівень</i> - сформоване ставлення до себе як до учня	25-30 балів	26/63,4%
<i>Другий рівень</i> - ставлення до себе як до учня практично сформоване	20-24 балів	6/14,6%
<i>Третій рівень</i> - позитивне ставлення до школи, але школа більше приваблює поза навчальним планом	15-19 балів	5/12,2%
<i>Четвертий рівень</i> - ставлення до себе як учня не сформоване	10-14 балів	3/7,3%

П'ятий рівень - негативне ставлення до школи	менше 10 балів	1/2,4%
	разом	41/100%

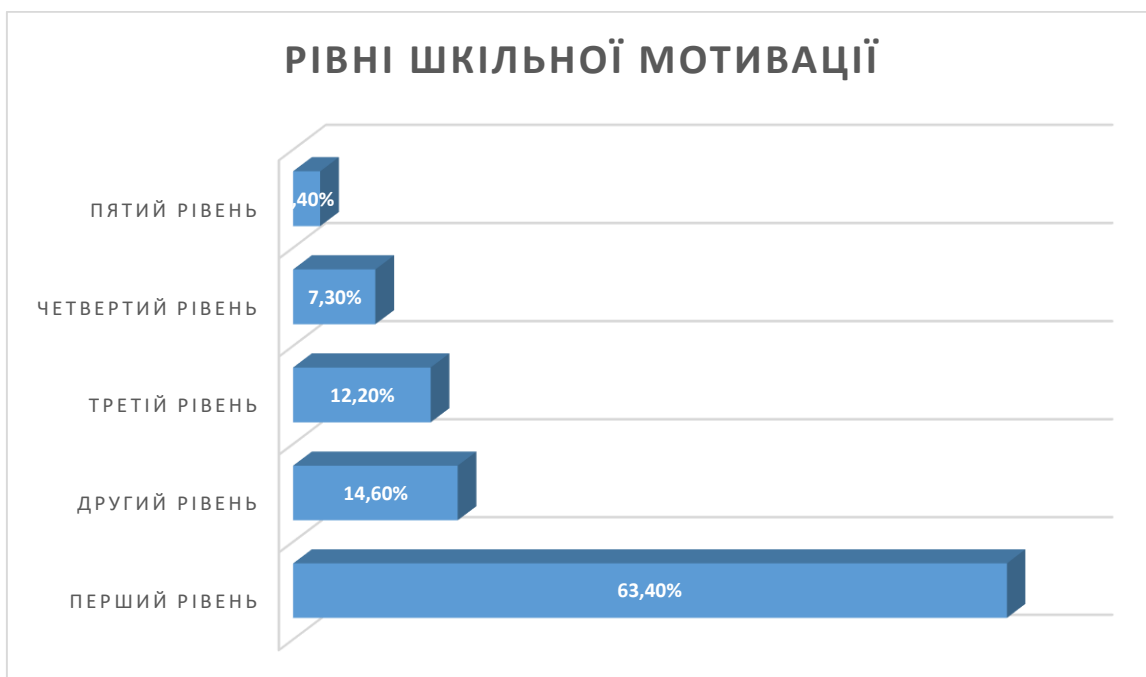


Рисунок 2.12 – Результати анкетування для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою)

63,4% учнів мають пізнавальний мотив, прагнуть найуспішніше виконувати вимоги, що висуває школа. Учні чітко дотримуються всіх указівок учителя, сумлінні й відповідальні, засмучуються через незадовільні оцінки; 14,6% мають гарну шкільну мотивацію, успішно можуть упоратися з навчальною діяльністю.

У 12,2% учнів спостерігаємо позитивне ставлення до школи, але школа цікавить таких дітей здебільшого позаурочною діяльністю. Такі діти досить добре почувуються в школі, однак відвідують її переважно заради спілкування з друзями та вчителями. Їм подобається почуватися учнями, мати гарний портфель

(рюкзак), ручки, зошити. Пізнавальні мотиви в таких дітей сформовані меншою мірою, тому навчальний процес їх цікавить недостатньо.

Четвертий, низький рівень шкільної мотивації у 7,3% учнів, які відвідують школу неохоче, пропускають заняття. На уроках часто займаються сторонніми справами, граються, бешкетують. Зазнають серйозних труднощів у навчальній діяльності. Нестійко адаптуються до школи.

2,4% - негативно ставляться до школи, шкільна дезадаптація. Такі діти зазнають серйозних труднощів у навчанні: вони не здатні впоратися з навчальною діяльністю, мають проблеми у спілкуванні з однокласниками, у взаєминах з учителями. Вони досить часто сприймають школу як вороже середовище, перебування в якому є для них нестерпним. Також такі учні можуть поводитися агресивно, відмовлятися від виконання завдань, дотримання певних норм і правил.

Отже, результати нашого дослідження свідчать про наявність певних проблем процесу адаптації учнів в умовах загальноосвітнього навчального закладу на усіх етапах навчання, тому нами було запропоновано науково-методичні рекомендації учасникам навчального процесу щодо успішної соціально-психологічної адаптації учнів.

2.2 Практичні рекомендації учасникам навчального процесу щодо успішної соціальної адаптації.

Безумовно, найкращим профілактичним засобом збереження психічного здоров'я в період адаптації до школи є уважне й лагідне ставлення батьків до дитини, розуміння ними її внутрішнього світу, проблем, переживань. Відомо, що не існує готових рецептів та моделей виховання, які можна просто взяти і без змін "прикласти" до своєї дитини. Але незважаючи на це, для полегшення процесу адаптації дитини до школи все ж можна дати деякі рекомендації:

Будь – які перехідні періоди життя і діяльності дітей висувають специфічні проблеми, що пов'язані зі зміною в організації навчальної діяльності. Умови, які змінилися, пред'являють більш високі вимоги до інтелектуального і особистісного розвитку, до ступеня сформованості у дітей певних учбових знань, дій, навичок.

Процес звикання до шкільних вимог і порядків, нового оточення, нових умов життя розуміється як адаптація. Адже дитина в школі адаптується не тільки до своєї соціальної ролі, але перш за все до особливостей засвоєння знань у нових умовах.

Дуже часто в учнів можуть виникнути проблеми у навчанні. Батьки не повинні це сприймати занадто трагічно, але з'ясувати причини цього потрібно.

Першопричина – це нові вчителі, нові предмети. Батьки повинні допомогти дитині в адаптаційний період (зазвичай це перша чверть навчального року), пояснити, що не все у навчанні цікаво.

Навчання – це гарний спосіб виховувати свою силу волі, тому необхідно дати дитині змогу розвиватися, не виконувати за неї домашні завдання. Радіти разом з дитиною, сумувати разом з нею, але ніколи не карати за погані оцінки. Це може викликати тільки негативне ставлення до шкільних предметів.

Допомагаючи дитині, слід підтримуйте зв'язок з учителями, щоб вимоги батьків і вимоги вчителів до навчання були однакові.

Пам'ятка для батьків

- 1. Спілкуйтеся зі своєю дитиною, цікавтеся її життям, розповідайте їй про своє шкільне життя. Діліться власними переживаннями, це допоможе досягти взаєморозуміння.
- 2. Спостерігайте за сином чи донькою. Ви, як ніхто інший, знаєте свою дитину. І саме Вам її «йорзання» на стільці чи закушена губа можуть багато про що розповісти і без слів.

- 3. Дбайте про зовнішній вигляд дитини, її чистоту, охайність. Пам'ятайте, що для підлітків зовнішність є дуже важливою.
- 4. Створюйте сприятливі умови для навчання дитини і повсякчас поліпшуйте їх. Учні основної школи часто звертаються до додаткових джерел інформації, виконуючи домашнє завдання. У наш час є багато пізнавальної, енциклопедичної, навчальної літератури.
- 5. Цікавтеся життям дитини у школі. Регулярно спілкуйтеся з класним керівником, особливо на початку навчального року.
- 6. Не горячуйте під час розв'язання конфліктних ситуацій! Вислухайте думку всіх учасників конфлікту. Будьте послідовними, думайте про наслідки. Попереду у дитини ще не один рік навчання.
- 7. Не карайте дитину за низькі оцінки. Пам'ятайте, що зниження успішності під час переходу до кожної з ланок школи – явище природне, очікуване. Ліпше допоможіть дитині! Не варто наголошувати при цьому, що Вам ніхто не допомагав, Ви самі з усім управлялись.
- 8. Контролюйте навчання, відпочинок, дозвілля своїх дітей. Регулярно перевіряйте роботу в зошитах та записи у щоденнику. Важливо, щоб усі домашні завдання були виконаними, проте ще важливіше не допустити перевтоми дитини.
- 9. Співпрацюйте з класним керівником, допомагайте за потреби

Поради вчителям з метою створення умов успішної адаптації учнів
загальноосвітнього навчального закладу

1. Обов'язково уникати авторитарного стилю педагогічної діяльності;
2. Постійно слід використовувати слова підтримки з метою забезпечення позитивної атмосфери;
3. Кожного учня треба оцінювати об'єктивно, а не з власної позиції та оцінювати вчинки, а не саму дитину;

4. Порівнювати результати роботи лише з власними досягненнями дитини, а не з іншими учнями;
5. Бути чесним та терпляче відповідати на усі запитання;
6. Поважати неповторність та індивідуальність кожної дитини, оскільки кожен учень має свій темперамент, потреби та інтереси, симпатії та антипатії;
7. Підтримувати в учнів почуття власної гідності;
8. Не використовувати негативних оціночних суджень;
9. Розвивати у дітей вміння слухати;
10. Бути прикладом для учнів, слідкувати за власною поведінкою;
11. Ставити конкретні вимоги та надавати конкретні пояснення;
12. Обговорювати з учнями не лише те, що не можна робити у навчальному закладі, а й те, що можна. Це допомагає усвідомленню прав та обов'язків учнів;
13. Створювати сприятливі умови, згуртовувати клас;
14. Формувати адекватну самооцінку;
15. Формувати навички пошуку соціальної підтримки;
16. Варто пам'ятати, що підвищений голос, суворі покарання у період адаптації є негативними методами;
17. Заохочувати гарну поведінку учнів та ігнорувати їх провокаційні вчинки;
18. Під час уроків мінімізувати відволікаючі чинники.

Рекомендації педагогічним працівникам щодо формування в учнів адекватної самооцінки

1. Слід враховувати та пам'ятати, що кожна дитина має право на помилку;
2. Ніколи не порівнювати учнів один з одним;
3. Частіше використовувати групові форми роботи, колективні завдання та роботу в парі;

4. Надавати дітям різноманітні доручення (поливати квіти, створювати плакати, вести стінгазету і т.д);
5. Частіше давати завдання, які потребують спілкування, привчати дитину дивитися у вічі співрозмовнику;
6. Використовувати контакт поглядів;
7. Не намагатися вирішувати за учня питання, які виникають;
8. Слідкувати за тим, щоб відзначати успіхи учнів;
9. Підтримувати ініціативу, сприяти тому, щоб кожен мав можливість відчувати себе в ролі лідера.

Шляхи формування здорового психологічного клімату в колективі

З точки зору педагогіки та психології не існує поганих дітей, є лише негативні моделі поведінки. Тому необхідно формувати в учнів позитивні риси характеру та позитивні моделі поведінки. Найпростішим способом зменшення напруги є розмова тихим голосом. Це має заспокійливий вплив на учнів. Для того, щоб створити у класі атмосферу підтримки, необхідно дотримуватися наступних рекомендацій:

- демонструвати абсолютну довіру до дітей;
- сприяти формуванню цілей і завдань;
- враховувати внутрішню мотивацію до навчання кожного учня;
- педагог має бути для учня джерелом досвіду;
- учитель має відчувати та приймати настрій кожного;
- вчитель має бути активним учасником групової взаємодії;
- не соромитися відверто виявляти власні почуття;
- бути емпатійним;
- вчитель має добре знати самого себе.

Висновки до розділу

Соціально-психологічна адаптація учнів в умовах освітнього середовища на різних етапах навчання є довготривалим процесом, який здійснює вплив на усі системи організму дитини та триває протягом декількох тижнів.

В цей період учні особливо потребують індивідуальної підтримки зі сторони педагогічних працівників та однолітків, а також батьків.

Проведене емпіричне дослідження дало можливість виявити особливості соціально-психологічної адаптації учнів ліцею, провести аналіз результатів та визначити рівень їх адаптованості.

Були проведені три методики, зокрема Авторська анкета для педагогічних працівників щодо визначення соціально-психологічної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу

Для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою, застосовується тест шкільної тривожності Філіпса та Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою), основною метою якої є визначення очима учня його ставлення до шкільного навчання та різних шкільних та навчальних ситуацій.

Важливим моментом стала участь у дослідженні педагогічних працівників ліцею для того, щоб краще зрозуміти учнів, з'ясувати зі сторони, які труднощі в процесі адаптації виникають в них.

Кожна із методик дала певний результат: використання авторської анкети дозволило більш повно та детально вивчити явище соціально-психологічної адаптації в умовах освітнього середовища загальноосвітнього навчального закладу.

Для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою, ми застосували тест шкільної тривожності Філіпса. Отримані результати діагностики дають можливість аналізувати загальний внутрішній емоційний стан школяра, який багато в чому визначається наявністю тих чи інших тривожних

синдромів (факторів) і їхньою кількістю. Для об'єктивності даних було проведено діагностику кожного учня за усіма факторами.

Для того щоб грамотно організувати процес мотивації учнів й управляти ним, необхідно діагностувати навчальну мотивацію за допомогою анкетування, у результаті якого визначають рівні мотивації за високим, середнім, низьким діапазонами. Тому третім етапом нашого емпіричного дослідження стало використання анкети для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою).

Отримані результати нашого дослідження свідчать про наявність певних проблем процесу адаптації учнів в умовах загальноосвітнього навчального закладу на усіх етапах навчання, тому нами було запропоновано науково-методичні рекомендації учасникам навчального процесу щодо успішної соціально-психологічної адаптації учнів.

ВИСНОВКИ

В ході дослідження нами було проаналізовано основні підходи щодо визначення в науковій літературі понять «адаптація» та «дезадаптація». Проблема шкільної адаптації не нова. Але, враховуючи сучасні умови (мобільність та глобалізація світу, соціальні, економічні та політичні зміни) та сучасну систему освіти (системно-діяльнісний підхід, нові стандарти і т.д.), актуальність даної проблеми лише зростає.

Соціальна адаптація до школи – це складний багатогранний процес, який залежить від фізіологічного, соціального та психологічного розвитку дитини. Це не різні проблеми, а різні сторони її проявів у різноманітних проявах активності, в залежності від того, що виступає об'єктом уваги педагогів, психолога та батьків в конкретній ситуації. Причинами соціальної дезадаптації можуть стати відсутність елементарних комунікативних навичок, завищена або занижена самооцінка дитини, підвищені вимоги до оточуючих, емоційна нестабільність, замкнутість, тривожні стани і т.д.

З метою досягнення максимального рівня адаптації на будь-якому етапі навчання необхідно відстежувати процес оптимізації взаємовідносин учнів та класу, зближення їх діяльності, ціннісних орієнтацій та норм, засвоєння індивідом норм та правил групи, в якій він перебуває.

Діяльність щодо соціально-психологічної адаптації повинна носити організований та систематичний характер та виконуватися усіма суб'єктами навчально-виховного процесу. До напрямків роботи належать: створення сприятливого адаптаційного середовища, оптимізація навчальної діяльності, оздоровчо-медична робота заради збереження психічного, фізичного та соціального здоров'я учнів, оптимізація позанавчальної діяльності, профілактична робота з метою попередження дезадаптації.

Для вивчення процесу соціально-психологічної адаптації учнів було проведено діагностичне дослідження, в якому використовувалися такі

діагностичні методики як Авторська анкета для педагогічних працівників щодо визначення соціально-психологічної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу. Для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою, застосовується тест шкільної тривожності Філіпса та Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою), основною метою якої є визначення очима учня його ставлення до шкільного навчання та різних шкільних та навчальних ситуацій.

На думку 53,3% респондентів соціально-психологічна адаптація учнів у закладах освіти це процес інтеграції учня в нове середовище, 3 із 15 опитаних (20%) стверджують, що це процес набуття нових навичок і знань, 13,3% під соціально-психологічною адаптацією розуміють процес соціальної взаємодії із однолітками, 13,3% вважають соціально-психологічну адаптацію формуванням самостійності та підтримкою самовпевненості. На соціально-психологічну адаптацію впливають ряд факторів, найважливішим з яких є соціально-психологічний клімат в класі (53,3%), далі за значущістю – співпраця адміністрації, педагогів та батьків (20%) та підтримка однокласників – 13,3% відповідно. Найменш важливими, згідно дослідження, є умови проживання, доступність навчальних матеріалів та підтримка сім'ї.

Результати діагностики за допомогою тесту шкільної тривожності Філіпса свідчать про наявність проблем та страхів у відносинах з вчителями у 36,6% учнів, низька фізіологічна опірність стресу притаманна 51,2% учнів. Також вдалося з'ясувати, що 9 учнів показали результат, який означає страх не відповідати очікуванням оточуючих та 92,7% мають страх самовираження. 26,8% переживають соціальний стрес і загальна тривожність у школі в межах 70,7% від загальної кількості респондентів. Такі показники є свідченням того, що загальний рівень тривожності є досить високим. Причинами цього є труднощі у взаєминах з однолітками, вчителями та батьками, високе навчальне вантаження, постійні

тривоги у зв'язку із військовими діями на території нашої держави, недосипання та втомлюваність.

Результати анкетування для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою) свідчать, що 63,4% учнів мають пізнавальний мотив, прагнуть найуспішніше виконувати вимоги, що висуває школа. Учні чітко дотримуються всіх указівок учителя, сумлінні й відповідальні, засмучуються через незадовільні оцінки; 14,6% мають гарну шкільну мотивацію, успішно можуть упоратися з навчальною діяльністю.

У 12,2% учнів спостерігаємо позитивне ставлення до школи, але школа цікавить таких дітей здебільшого позаурочною діяльністю. Такі діти досить добре почувуються в школі, однак відвідують її переважно заради спілкування з друзями та вчителями. Четвертий, низький рівень шкільної мотивації у 7,3% учнів, які відвідують школу неохоче, пропускають заняття. На уроках часто займаються сторонніми справами, граються, бешкетують. Зазнають серйозних труднощів у навчальній діяльності. 2,4% - негативно ставляться до школи, шкільна дезадаптація. Такі діти зазнають серйозних труднощів у навчанні: вони не здатні впоратися з навчальною діяльністю, мають проблеми у спілкуванні з однокласниками, у взаєминах з учителями. Вони досить часто сприймають школу як вороже середовище, перебування в якому є для них нестерпним. Також такі учні можуть поводитися агресивно, відмовлятися від виконання завдань, дотримання певних норм і правил.

Сьогодні світ досить швидко змінюється і відповідно змінюються умови, до яких треба адаптуватися. Спочатку пандемія COVID -19, потім повномасштабне вторгнення вносять свої корективи. Все це має негативний вплив на учнів та сприяє розвитку дезадаптації. Тому особливо актуальними є пошуки шляхів успішної соціально-психологічної адаптації до змінених соціальних умов та освітнього закладу. Саме тому в якості підсумку нашого дослідження було

запропоновано науково-методичні рекомендації учасникам навчального процесу щодо успішної соціально-психологічної адаптації учнів.

Отже, на завершення варто відмітити, що усі завдання кваліфікаційного дослідження виконані, робота відповідає усім вимогам, які висуваються до написання кваліфікаційної роботи здобувача першого (бакалаврського) рівня вищої освіти.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби: методичні рекомендації / за наук. ред. В. Г. Панка. Київ, Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи. 2023. 350 с.
2. Афанасьєва В. Дитина повинна відчувати любов до себе : створюємо передумови для комфортної адаптації майбутніх першокласників. *Початкова освіта*. 2018. № 6. С. 44-46.
3. Багно Ю. М. Адаптація. Сучасний психолого-педагогічний словник / за заг. ред. О. І. Шапран. Переяслав-Хмельницький: Домбровська Я.М., 2016. С.10.
4. Бал Г. А. Поняття адаптації та її значення для психології особистості. *Питання психології*. 2017. №1. С. 92–100
5. Булах І. С. Психологічні особливості шкільної тривожності молодших школярів. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2011. Вип. 7. С. 150-157
6. Власюк Н. Овод Ю. Психолого-педагогічні механізми підтримки учнів у процесі адаптації. Професійна підготовка фахівців соціальної сфери: надбання, проблеми, перспективи: Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Хмельницький, 22-23 травня 2025 року)/Ред. колегія: Василенко О. та ін./ М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т., каф. соц. роб. і соц. педагог. Хмельницький: ХНУ, 2025. 368 с. (електронне видання) с. 250-253
7. Вовнянко Т. Проблеми адаптації першокласників. *Психолог*. 2015. № 15-16. С. 36-38.
8. Галецька І. Психологічні чинники соціальної адаптації. Львів. 2018. С.91-100
9. Голосова Т. С. Програма з адаптації дитини до навчання в початковій школі. *Педагогічна майстерня*. 2024. № 7. С. 30-32.

10. Гончарук І. Створення вчителем комфортних умов для адаптації першокласників до навчання у школі. *Початкова школа*. 2013. № 7. С. 42-44
11. Гуменна О. А. Фізіологічні характеристики організму дітей молодшого шкільного віку в різних умовах навчання: автореф. дис. ... канд. біол. наук: 03.00.13. К., 2006. 20 с.
12. Деменко О.Ф. Соціальна адаптація в сучасних умовах. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства*. Матеріали III Всеукраїнського наук.-практ. круглого столу. м. Ірпінь, 6 березня 2018, 336с.
13. Іванова, О. Психологічна адаптація старшокласників до навчання в профільних класах. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди*. Серія: Психологія, 39, 2018. С. 65-70.
14. Каськов І.В. Соціально-психологічні особливості соціалізації особистості в сучасних умовах. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології*. №3 (46). 2015. С.118-122
15. Кожемякина Н. І. До питання про шкільну дезадаптацію дітей першого класу. *Наука і освіта*. 2022. № 2. С. 32–35.
16. Кокун О. М. Психофізіологія. Навчальний посібник. К: Центр навчальної літератури. 2016. 184 с.
17. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. К.: Міленіум, 2004, 265с.
18. Коржова, І. Психологічна адаптація старшокласників до навчання в профільній школі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія педагогічна, 3(2), 2016. С. 94-100.
19. Т. Колісниченко, Л. Широкова "Психологія адаптації до школи" 2019. С. 89-93

- 20.Кулик С. М. Психологічні особливості управління професійною адаптацією вчителів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2004. 140 с.
- 21.Лемешева Т. Є. Етапи соціалізації дитини: підготовка до школи та адаптація першокласників. *Таврійський вісник освіти*. 2013. № 4. С. 270-277
- 22.Максим О. В. Психологічні механізми адаптації дезадаптованих молодших школярів. *Молодий вчений*. 2013. № 1(01). С. 82-89.
- 23.Мелега К. Вікові і статеві особливості рівня соматичного здоров'я та адаптаційного потенціалу школярів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2010. №2. С. 31-34.
- 24.Москвяк Н. В. Формування адаптації школярів молодших класів на сучасному етапі. *Медичні перспективи*. 2019. Т. 14, № 3. С. 116-121.
- 25.Нестайко І. Соціальна адаптація та інтеграція внутрішньо переміщених осіб в результаті війни (польський досвід). *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: II Міжнародна наукова конференція*. 2022. С. 20-22.
- 26.Ніколаєнко С. І. Поняття адаптації в різних напрямках психології. *Світогляд - Філософія - Релігія : збірник наукових праць*. Суми : УАБС НБУ, 2012. Вип. 2. С. 68-77.
- 27.Про організацію освітнього процесу в початковій школі в умовах воєнного часу. Лист МОН №1/3725-22 від 29.03.22 року. Міністерство освіти і науки України. URL: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86159/ (дата звернення: 15.02.2025)
- 28.Омельченко Я. М. Вплив тривожних станів різної інтенсивності на навчальну успішність школярів. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2009. Вип. 1. С. 190-200.

29. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, В. Л. Зливкова, С. Б. Кузікової. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка. 2015. 430 с.
30. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка. 2017. 540 с.
31. Прозар М. В. Адаптація учнів перших класів до навчальної діяльності в початковій школі. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія : Педагогіка.* - 2015. № 1. С. 49-55.
32. Психологічні чинники соціальної адаптації першокурсників в умовах освітнього середовища професійно-технічного навчального закладу : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Андросович Ксенія Анатоліївна; Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля. Сєверодонецьк. 2023. 19 с.
33. Савенок Л. В. Особливості діагностики адаптації обдарованих дітей до умов початкової школи. *Освіта та розвиток обдарованої особистості.* 2013. № 7. С. 53-56.
34. Сидоренко О. Б. Практикум з вікової та педагогічної психології : навчальний посібник для студентів подвійних спеціальностей з психологією. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. 262 с.
35. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності : методичний посібник / під ред. К. А. Андросович. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України. 2021. 106 с.
36. Соціально-психологічна та педагогічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник. К.: Агентство «Україна». 2017. С. 73.

- 37.Татьянчиков А.О. Соціально-психологічна адаптація підлітків на етапі переходу до навчання в основній школі. *Наукові записки УКУ*. – Львів, 2017. – Число ІХ. – Серія: «Педагогіка. Психологія». – Вип. 2. – С. 83 – 91.
- 38.Теоретичні та методологічні проблеми практичної психології, її перспективи: Збірник доповідей міжвузівської студентської науковопрактичної онлайн конференції, присвяченої 130-річчю з Дня народження К. Левіна. Кропивницький. 2020. 381 с.
- 39.Формування ціннісно-змістовної сфери дітей дошкільного та молодшого шкільного віку»: матеріали обласної науково-практичної конференції 28 березня 2018 р. Дніпро. 531 с.
- 40.Фроленкова Н. О. Адаптація дітей дошкільного та молодшого шкільного віку до навчання в умовах воєнного стану. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 7 (12). С. 471–482.
- 41.Шевцова Г. Г. Молодший шкільний вік: традиції та інновації в дослідженнях . Педагогічні науки: Зб. наук. праць. Вип. ХVІІІ. м. Херсон, ХДУ. 2015. С. 134 – 138.
- 42.Шиделко А.В. Психологічні чинники професійної адаптації особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. Львів. 2016. №2 С. 151-159. URL: <http://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/1034> (дата звернення 11.02.25)
- 43.Шльонська О.О. Розгляд поняття «адаптація» з погляду системного підходу. *Консультативна психологія і психотерапія: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України*. Видавець Лисенко М.М., 2013. Вип. 9
- 44.Шпак С. Г. Вплив тривожності на механізми адаптації дітей молодшого шкільного віку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 12 : Психологічні науки. 2024. Вип. 43. С. 136-142.

45. Berry, J. W.. Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 1997. P. 5-68. 29.
46. Bourhis, R. Y., Moïse, L. C., Perreault, S., & Senécal, S. Towards an interactive acculturation model: A social psychological approach. *International Journal of Psychology*, 32(6), 1997. P. 369-386.
47. Fazel, M., Wheeler, J., & Danesh, J. Prevalence of serious mental disorder in 7000 refugees resettled in western countries: a systematic review. *The Lancet*, 365(9467), 2005. P. 1309-1314.

ДОДАТКИ

Додаток А

Авторська анкета для педагогічних працівників щодо визначення соціальної адаптації учнів загальноосвітнього навчального закладу

- 1) Що, на вашу думку, означає соціально-психологічна адаптація учнів у закладах освіти?
 - А) Процес інтеграції учня в нове середовище
 - Б) Процес набуття нових навичок і знань
 - В) Процес соціальної взаємодії з однолітками
 - Г) Формування самостійності та підтримка самовпевненості
- 2) Які фактори, на вашу думку, впливають на успішну соціально-психологічну адаптацію учнів?
 - А) Підтримка одногрупників
 - Б) Доступність навчальних матеріалів
 - В) Умови проживання
 - Г) Соціально-психологічний клімат у групі
 - Д) Співпраця адміністрації, педагогів та батьків
 - Е) Підтримка сім'ї
- 3) Які основні труднощі виникають під час соціально-психологічної адаптації учнів у закладах професійної освіти?
 - А) Відсутність соціальної підтримки
 - Б) Високий рівень стресу
 - В) Недостатнє розуміння навчальних матеріалів
- 4) Чи важливою є у соціально-психологічній адаптації учнів підтримка з боку вчителів і однолітків?
 - А) Однозначно так
 - Б) Швидше так, ніж
 - В) Швидше ні, ніж так
 - Г) Ні
- 5) На вашу думку, чи відчувають учні труднощі у встановленні нових соціальних зв'язків у закладі?
 - А) Так, часто
 - Б) Іноді
 - В) Ні, ніколи
- 6) Які заходи в закладі сприяють кращій соціально-психологічній адаптації?
 - А) Спільні позакласні заходи

Продовження додатку А

- Б) Групові проекти
 - В) Індивідуальні консультації
 - Г) Робота психолога
- 7) Чи впливає соціально-психологічна адаптація на успішність у навчанні?
- А) Так, значно
 - Б) Лише частково
 - В) Ні, зовсім не впливає
- 8) Наскільки важливими є позанавчальні заходи у процесі соціально-психологічної адаптації учнів?
- А) Дуже важливими
 - Б) Важливими
 - В) Неважливими
- 9) Як би ви оцінили емоційні стани учнів під час соціально-психологічної адаптації до нового середовища?
- А) Зазвичай позитивні
 - Б) Змішані
 - В) Зазвичай негативні
- 10) Які зміни або покращення, на вашу думку, можна впровадити для сприяння кращій соціально-психологічній адаптації учнів закладу?
- А) Більше підтримки від педагогів
 - Б) Поліпшення умов навчання
 - В) Організація додаткових позанавчальних заходів
 - Г) Співпраця педагогічних працівників з батьками

Додаток Б

Оцінка рівня тривожності (Тест шкільної тривожності Філіпса)

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: "Хлопці, зараз вам буде запропоновано опитувальник, який складається з питань про гом, 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. Вгорі 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".

ТЕСТОВИЙ МАТЕРІАЛ

- 1. Чи важко тобі триматися на одному рівні з усім класом?
- 2. Чи 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 в люті від того, що ти не знаєш урок?
- 5. Чи траплялося, що хто - небудь з твого класу бив або бив 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?

Продовження додатку Б

- 9. Чи тремтять у тебе коліна, коли тебе викликають відповідати?
- 10. Чи часто твої однокласники сміються над тобою, коли ви граєте в різні ігри?
- 11. Чи трапляється, що тобі ставлять нижчу оцінку, ніж ти очікував?
- 12. Чи хвилює тебе питання про те, чи не залишать тебе на другий рік?
- 13. Намагаєшся чи ти уникати ігор, в яких робиться вибір, тому що тебе, як правило, не вибирають?
- 14. Чи буває часом, що ти весь тремтиш, коли тебе викликають відповідати?
- 15. Чи часто у тебе виникає відчуття, що ніхто з твоїх однокласників не хоче робити те, чого хочеш ти?
- 16. Чи сильно ти хвилюєшся перед тим, як почати виконувати завдання?
- 17. Чи важко тобі отримувати такі позначки, яких чекають від тебе батьки?
- 18. Чи боїшся ти часом, що тобі стане дурно в класі?
- 19. Чи будуть твої однокласники сміятися над тобою, якщо ти зробиш помилку при відповіді?
- 20. Чи схожий ти на своїх однокласників?
- 21. Виконавши завдання, турбуєшся літи про те, добре л і з ним впорався?
- 22. Коли ти працюєш в класі, чи впевнений ти в тому, що все добре запам'ятаєш?
- 23. Чи сниться тобі іноді, що ти в школі і не можеш відповісти на запитання вчителя?
- 24. Чи вірно, що більшість хлопців ставляться до тебе по - дружньому?
- 25. Працюєш ти більш ретельно, якщо знаєш, що результати твоєї роботи будуть порівнюватися в класі з результатами твоїх однокласників?
- 26. Чи часто ти мрієш про те, щоб поменше хвилюватися, коли тебе запитують?

Продовження додатку Б

- 27. Чи боїшся ти часом вступати в суперечку?
- 28. Чи відчуваєш ти, що твоє серце починає сильно битися, коли вчитель говорить, що збирається перевірити твою готовність до уроку?
- 29. Коли ти отримуєш гарні оцінки, чи думає хто - небудь з твоїх друзів, що ти хочеш вислужитися?
- 30. Чи добре ти себе почуваєш з тими з твоїх однокласників, до яких хлопці ставляться з особливою увагою?
- 31. Чи буває, що деякі хлопці в класі говорять що - то, що тебе зачіпає?
- 32. Як ти думаєш, втрачають чи розташування ті з учнів, які не справляються з навчанням?
- 33. Чи схоже на те, що більшість твоїх однокласників не звертають на тебе увагу?
- 34. Чи часто ти боїшся виглядати безглуздо?
- 35. Чи задоволений ти тим, як до тебе ставляться вчителі?
- 36. Чи допомагає твоя мама в організації вечорів, як інші мами твоїх однокласників?
- 37. Чи хвилювало тебе коли - небудь, що думають про тебе оточуючі?
- 38. сподіваєшся ти в майбутньому вчитися краще, ніж раніше?
- 39. Чи вважаєш ти, що одягаєшся в школу так само добре, як і твої однокласники?
- 40. Чи часто ти замислюєшся, відповідаючи на уроці, що думають про тебе в цей час інші?
- 41. Чи володіють здібні учні якимись - то особливими правами, яких немає у інших хлопців у класі?
- 42. Зляться чи деякі з твоїх однокласників, коли тобі вдається бути краще за них?
- 43. Чи задоволений ти тим, як до тебе ставляться однокласники?

Продовження додатку Б

- 44. Чи добре ти себе почуваєш, коли залишаєшся один на один з учителем?
- 45. Висміюють чи часом твої однокласники твою зовнішність і поведінку?
- 46. Чи думаєш ти, що турбуєшся про свої шкільні справи більше, ніж інші хлопці?
- 47. Якщо ти не можеш відповісти, коли тебе запитують, чи відчуваєш ти, що ось - ось заплачешся?
- 48. Коли ввечері ти лежиш у ліжку, думаєш ти часом з занепокоєнням про те, що буде завтра в школі?
- 49. Працюючи над важким завданням, чи відчуваєш ти часом, що зовсім забув речі, які добре знав раніше?
- 50. Тремтить чи злегка твоя рука, коли ти працюєш над завданням?
- 51. Чи відчуваєш ти, що починаєш нервувати, коли вчитель говорить, що збирається дати класу завдання?
- 52. Чи лякає тебе перевірка твоїх знань у школі?
- 53. Коли вчитель говорить, що збирається дати класу завдання, чи відчуваєш ти страх, що бракує часу з ним?
- 54. Чи снилося тобі часом, що твої однокласники можуть зробити те, чого не можеш ти?
- 55. Коли вчитель пояснює матеріал, здається тобі, що твої однокласники розуміють його краще, ніж ти?
- 56. Чи турбує ти по дорозі в школу, що вчитель може дати класу перевірочну роботу?
- 57. Коли ти виконуєш завдання, чи відчуваєш ти зазвичай, що робиш це погано?
- 58. Тремтить чи злегка твоя рука, коли вчитель просить зробити завдання на дошці перед усім класом?

ОБРОБКА І ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ

Продовження додатку Б

При обробці результатів виділяють питання, відповіді на які не збігаються з ключем тесту. Наприклад, на 58 - й питання дитина відповів "так", в той час як в ключі цього питання відповідає "мінус", тобто відповідь "ні". Відповіді, що не збігаються з ключем, - прояв тривожності.

При обробці підраховується:

- загальне число розбіжностей по всьому тесті. Якщо воно більше 50%, можна говорити про підвищену тривожність дитини, якщо більше 75% від загального числа питань тесту - про високу тривожність;
- число збігів по кожному з восьми факторів тривожності, що виділяються в тексті. Рівень тривожності визначається так само, як в першому випадку.

Аналізується загальний внутрішній емоційний стан школяра, багато в чому визначається наявністю тих чи інших тривожних синдромів (факторів) і їхньою кількістю.

Фактори	Номери запитань	Сума балів
1. Загальна тривожність у школі	2,4,7,12,16,21,23,26,28,46,47,48,49,50,51,52,53,54,55,56,57,58	22
2. Переживання соціального стресу	5,10,15,20,24,30,33,36,39,42,44	11
3. Фрустрація потреби в досягненні успіху	1,3,6,11,17,19,25,29,32,35,38,41,43	13
4. Страх самовираження	2,7,31,34,37,40,45	6
5. Страх ситуації перевірки знань	2,7,12,16,21,26	6
6. Страх не відповідати очікуванням оточуючих	3,8,13,17,22	5

7. Низька фізіологічна опірність стресу	9,14,18,23,28	5
8. Проблеми і страхи у відносинах з вчителями	2,6,11,32,35,41,44,47	8

КЛЮЧ

1-	7-	13-	19-	25+	31-	37-	43+	49-	55-
2-	8-	14-	20+	26-	32-	38+	44+	50-	56-
3-	9-	15-	21-	27-	33-	39+	45-	51-	57-
4-	10-	16-	22+	28-	34-	40-	46-	52-	58-
5-	11+	17-	23-	29-	35+	41+	47-	53-	
6-	12-	18-	24+	30+	36+	42-	48-	54-	

РЕЗУЛЬТАТИ

1. Число розбіжностей знаків ("плюс" - "так", "мінус" - "ні") по кожному фактору (абсолютне число розбіжностей у відсотках: <50%;> 50%;> 75%).

ДЛЯ КОЖНОГО РЕСПОНДЕНТА

- 2. Подання цих даних у вигляді індивідуальних діаграм.
- 3. Число розбіжностей по кожному фактору для всього класу (абсолютне значення: <50%;> 50%;> 75%).
- 4. Подання цих даних у вигляді діаграми.
- 5. Кількість учнів, які мають розбіжностей по певному чиннику > 50% і > 75% (для всіх факторів).
- 6. Подання порівняльних результатів при повторних вимірах.
- 7. Повна інформація про кожного учня (за результатами тесту).

ЗМІСТОВНА ХАРАКТЕРИСТИКА КОЖНОГО СИНДРОМУ (ЧИННИКА)

Продовження додатку Б

- **1. Загальна тривожність у школі** - загальний емоційний стан дитини, пов'язане з різними формами його включення в життя школи.
- **2. Переживання соціального стресу** - емоційний стан дитини, на тлі якого розвиваються його соціальні контракти (перш за все з однолітками).
- **3. Фрустрація потреби в досягненні успіху** - несприятливий психічний фон, який дозволить дитині розвивати свої потреби в успіху, досягненні високого результату і т.д.
- **4. Страх самовираження** - негативні емоційні переживання ситуацій, пов'язаних із необхідністю саморозкриття, пред'явлення себе іншим, демонстрації своїх можливостей.
- **5. Страх ситуації перевірки знань** - негативне ставлення і переживання тривоги в ситуаціях перевірки (особливо публічної) знань, досягнень, можливостей.
- **6. Страх не відповідати очікуванням оточуючих** - орієнтація на значимість інших в оцінці своїх результатів, вчинків і думок, тривога з приводу оцінок.
- **7. Низька фізіологічна опірність стресу** - особливості психофізіологічної організації, що знижують пристосовність дитини до ситуацій стрессогенного характеру, що підвищують вірогідність неадекватного, деструктивного реагування на тривожний фактор середовища.
- **8. Проблеми і страхи у відносинах з вчителями** - загальний негативний емоційний фон відносин з дорослими в школі, знижує успішність навчання дитини.

Додаток В

Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н.Г. Лускановою)

1) Тобі подобається в школі?

А) так;

Б) не дуже;

В) ні.

2) Уранці ти завжди з радістю йдеш до школи чи тобі часто хочеться залишитися вдома?

А) іду з радістю;

Б) буває по-різному;

В) частіше хочеться залишитися вдома.

3) Якби вчитель сказав, що завтра не обов'язково приходити до школи усім учням, ти б пішов до школи чи залишився вдома?

А) пішов би до школи;

Б) Не знаю;

В) Залишився б вдома.

4) Тобі подобається, коли відмінюють уроки?

А) не подобається;

Б) буває по-різному;

В) подобається.

5) Ти хотів би щоб не задавали домашні завдання?

А) Так;

Б) не знаю;

В) ні.

6) Ти хотів би щоб у школі залишилися лише перерви?

А) ні;

Б) не знаю;

В) хотів би.

Продовження додатку В

- 7) Ти часто розповідаєш про школу батькам та друзям?
- А) часто;
Б) рідко;
В) не розповідаю.
- 8) Ти хотів би, щоб у тебе був інший, менш суворий учитель?
- А) мені подобається наш учитель;
Б) точно не знаю;
В) хотів би.
- 9) У тебе в класі багато друзів?
- А) багато;
Б) мало;
В) немає друзів.
- 10) Тобі подобаються твої однокласники?
- А) подобаються;
Б) не дуже;
В) не подобаються.

Опрацювання результатів

За кожен варіант «а» - 3 бали, варіант «б» - 1 бал, варіант «в» - 0 балів

Опитувальник

РОДЖЕРСА-ДАЙМОНД

СПА

Мета діагностування: визначення соціально-психологічної адаптивності.

Цільова група: від 14 років і старше

Показники

Продовження додатку В

та ключі для інтерпретації

Підрахуйте кожен з показників соціальної адаптованості, додавши ті бали, які респондент приписав відповідним висловам (вислови, що відповідають кожному показникові, див. в таблиці нижче). Зона невизначеності в інтерпретації результатів за кожним показником наводиться для підлітків – в дужках, а для дорослих – без дужок. Результати «перед» зоною невизначеності інтерпретуються як надзвичайно низькі, а «після» найвищого показника в зоні невизначеності – як високі.

Підставивши одержані значення показників у формули з другої таблиці, ви зможете обчислити значення інтегральних показників соціальної адаптованості, що виражаються в відсотках від максимуму.

№	Показники		Номери висловів	Норми
	Адаптивність		4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	(68-170) 68-136
	Деадаптивність		2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	(68-170) 68-136
	Брехли вість	+ -	34, 45, 48, 81, 89 8, 82, 92, 101	(18-45) 18-36
	Прийняття себе		33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	(22-52) 22-42

	Неприйняття себе	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	(14-35) 14-28
	Прийняття інших	9, 14, 22, 26, 53, 97	(12-30) 12-24
	Неприйняття інших	2, 10, 21, 28, 40, 60, 76	(14-35) 14-28
	Емоційний комфорт	23, 29, 30, 41, 44, 47, 78	(14-35) 14-28
	Емоційний дискомфорт	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	(14-35) 14-28
	Внутрішній контроль	4, 5, 11, 12, 13, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91, 98	(26-65) 26-52
	Зовнішній контроль	25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77	(18-45) 18-36
	Домінування	58, 61, 66	(6-15) 6-12
	Керованість	16, 32, 38, 69, 84, 87	(12-30) 12-24
	Ескапізм (втеча від проблем)	17, 18, 54, 64, 86	(10-25) 10-20

Інтегральні показники	
«Адаптація» $A = \frac{a}{a+b} \times 100 \%$	«Самоприйняття» $S = \frac{a}{a+b} \times 100 \%$
«Прийняття інших»	«Емоційна комфортність»

$L = \frac{1.2a}{1.2a + b} \times 100 \%$	$E = \frac{a}{a + b} \times 100 \%$
«Інтернальність» $I = \frac{a}{a + 1.4b} \times 100 \%$	«Прагнення домінувати» $D = \frac{2a}{2a + b} \times 100 \%$