

УДК 37.013

Прачук С.Ю.

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Ключевые слова: социальная адаптация, адаптивность, подростковый возраст, дистанционные образовательные технологии.

Сегодня многие ученые отмечают, что в последние годы наблюдается рост отклонений в социальной адаптации детей и подростков, которые проявляются в чрезмерной тревожности, агрессивности, осознанном нарушении социальных норм (А.Я. Варламова, Н.М. Иовчук, Т.Д. Молодцова, Е.Ю. Петрова, А.А. Северный, Е.А. Тарас и др.).

В особенно сложном положении оказываются подростки, которые в условиях нестабильной социальной ситуации вынуждены осваивать новые для себя формы поведения и реализовывать непривычные социальные роли. Школа здесь выступает в тандеме с семьей и помогает ребенку адаптироваться к новым социокультурным условиям.

У подростка происходит становление нового уровня самосознания, он стремится к статусу взрослого, однако это недостижимая мечта. Поэтому у него появляется чувство неполноценности. На самом деле подростки чаще и интенсивнее испытывают отрицательные эмоции, что вызвано большей эмоциональной неустойчивостью, чем у взрослых [1; 2]. Нервная система подростка не способна выдерживать сильные или длительно действующие раздражители и под их влиянием часто переходит в состояние торможения или, наоборот, сильного возбуждения.

Адаптационный потенциал необходим человеку любого возраста. Возрастные особенности подростка часто усложняют его адаптацию в различных социальных условиях. Кроме того, адаптироваться ему необходимо не только к относительно стабильному взрослому миру, но и к тому промежуточному сообществу, представленному подростками и старшими школьниками, нормы и ценности которого достаточно изменчивы. Многие подростки

нуждаются в помощи при адаптации не только к новому социальному окружению, но и к прежнему окружению, которое представлено набором других социальных ролей [3].

Одним из главных моментов является то, что в подростковый период происходит выход человека на качественно новую социальную позицию, в которой формируется и активно развивается сознание и самосознание личности. Постепенно происходит отход от прямого копирования оценок взрослых, возрастает опора на внутренние критерии. Поведение подростка начинает все больше регулироваться его самооценкой [4].

Подростковый возраст – самый трудный и сложный из возрастов, представляющий особый кризисный период становления личности. Являясь определенным отрезком жизни между детством и зрелостью, переходный возраст обычно характеризуется как переломный, критический. Он сопровождается рядом специфических особенностей, кардинальных преобразований в сфере сознания, деятельности и системы взаимоотношений. «Основу формирования новых психологических и личностных качеств составляет общение в ходе различных видов деятельности – учебной, производственной, творческих занятий» [5].

Для подросткового возраста характерна тревожность. Подросток, желая показать свою самостоятельность, начинает переоценивать свои отношения в семье, а также стремится проявить себя как личность и уйти от родительского контроля.

Подростковый возраст является уникальным периодом развития, который характеризуется стремлением к новизне, импульсивностью, эмоциональностью и рискованным поведением [6]. В этом возрасте учащийся особенно

любопытен и активен, он стремится познавать все новое, его интересуют различные технические новинки. Много из того, к чему он привык, уходит на второй план. Особенно эти изменения заметны в учебной деятельности. Часто бывает, что желание узнать все сразу приводит к тому, что у подростков рассеивается внимание.

Одним из важнейших факторов, которые играют большую роль в жизни подростка, является наличие сверстников. Возрастает восприимчивость к их влиянию [7; 8]. Подростку необходимо участие в общественной жизни и развитие товарищеских отношений. Если он не находит себе места в коллективе, то у него возникают серьезные проблемы с социальной адаптацией. Отсутствие дружеского общения и надежных товарищей ведет к тому, что жизнь подростка становится пустой и лишеной какого-либо смысла. По нашему мнению, трудности в коммуникативной сфере являются одной из основных причин дезадаптации подростков.

В данном исследовании мы ставим перед собой цель исследовать личностные характеристики адаптированности учащихся подросткового возраста. Под адаптированностью мы вслед за А.А. Налчаджяном понимаем такое состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные социальные потребности, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей [9].

Для профилактики социальной дезадаптации особенно важно знать, насколько подросток эмоционально комфортно чувствует себя и как глубоко переживает происходящее. От точности такого знания зависит успеш-

ность действий педагога и психолога. В качестве адекватного методического инструмента для изучения социальной адаптированности служит шкала социально-психологической адаптированности, в оригинале разработанная известными американскими психологами К. Роджерсом и Р. Даймондом и адаптированная Т.В. Снегиревой [10]. Данная методика рекомендована для детей от 14 лет. Методика состоит из 101 суждения, 37 из которых – это критерии социальной адаптированности личности, такие как чувство собственного достоинства, понимание своих проблем и стремление справиться с ними, еще 37 – критерии дезадаптированности: неприятие себя и других, стремление к ведомости и контролю со стороны окружающих, и 27 высказываний нейтральны.

Все высказывания в опроснике сгруппированы по шести интегральным показателям, отвечающим критериям адаптированности или дезадаптированности:

1. Адаптивность.
2. Приятие или неприятие себя.
3. Приятие другого человека или конфликт с другими.
4. Эмоциональный комфорт – эмоциональный дискомфорт.
5. Ожидание внутреннего контроля – ожидание внешнего контроля.
6. Доминирование – зависимость от других.

Данная методика была использована нами в исследовании по изучению особенностей социальной адаптации подростков в условиях реализации дистанционного образования, которое проводилось на базе общеобразовательных школ Котельниковского района Волгоградской области. В исследовании принимали участие 106 учеников (15–17 лет). В процессе исследования мы измерили как отдельные критерии

интегральных показателей социальной адаптации, так и общий средний показатель.

Прежде чем перейти к подведению итогов диагностики, мы проверили показания критерия «Лживость», чтобы определить, насколько испытуемые могут и готовы быть честными при ответе на вопросы. При анализе результатов выявлено, что испытуемые отвечали довольно честно, показания данного критерия лежат в границах нормы и составляют 28,5 балла при норме 18–45 баллов.

Общий показатель адаптивности показывает, насколько цели деятельности подростка соответствуют достигнутым результатам. Критерий дезадаптивности характеризует противоречие между намерениями человека и их воплощением в реальности. Данных противоречий невозможно избежать, и от того, насколько человек сможет эти противоречия устранить, зависит успешность его адаптации. Показатель критерия адаптивности составляет 109 баллов, а показатель дезадаптивности равняется 85,1 балла, норма критериев адаптивности/дезадаптивности для подростков составляет 68–170 единиц. Результаты испытуемых лежат в границах нормы, однако общий показатель адаптивности составляет всего 56%, что значительно ниже ожидаемых результатов.

Общий показатель принятия характеризует, насколько подросток согласен с той реальностью, которая его окружает, в какой мере он дает ей право на существование.

В табл. 1 отражен показатель дружелюбности/враждебности по отношению к себе и окружающим людям. Анализ показал, что результаты лежат в пределах нормы. Из данных таблицы видно, что испытуемые имеют позитивную оценку себя и могут принимать самих себя. Однако они не видят по-

требности в самосовершенствовании и личностном росте. Показатель неприятия себя указывает на количество нерешенных внутренних конфликтов.

Таблица 1

Показатели учащихся относительно критериев «Самопринятие» и «Принятие других»

Показатель	Показатели нормы	Наличный уровень адаптации	Общий показатель (%)
Принятие собственного «Я»	22–52	35,64	67,2
Неприятие себя	14–35	17,35	
Принятие других	12–30	19,76	57,0
Неприятие других	14–35	17,64	

Любой конфликт между людьми, группами людей – это показатель неприятия других или того, что нами считается неправильным, не имеющим права на существование.

Сведения в табл. 1 отражают, что испытуемые готовы принимать других людей, одобряют их образ жизни и ждут такого же отношения к себе. Однако они не всегда адекватно относятся к чужим недостаткам и особенностям.

Общий показатель эмоционального комфорта характеризует, насколько подросток уверен в себе, спокоен, свободен. Таблица 2 отражает сформированность адекватного устойчивого эмоционального реагирования ребенка на внешние факторы, насколько он защищен от тревог, страхов и неуверенности в себе. Полученные данные лежат в пределах нормы, но они свидетельствуют и о том, что иногда испытуемые ощущают дискомфорт в эмоциональной сфере.

Испытуемые, которые подвержены контролю извне, считают, что их будущее зависит от внешних факторов, таких как удача или чья-то воля. Они думают, что события, происходящие в их жизни, являются воздействием посторонних сил.

Таблица 2

Показатели учащихся относительно критериев «Эмоциональная комфортность» и «Интернальность»

Показатель	Показатели нормы	Наличный уровень адаптации	Общий показатель (%)
Эмоциональная комфортность	14–35	20,3	55
Эмоциональный дискомфорт	14–35	16,35	
Стремление к внутреннему контролю	26–65	42,8	60
Стремление к внешнему контролю	18–36	19,8	

Подростки с внутренним контролем не снижают своих ожиданий даже после некоторых неудач. Однако слишком высокий уровень внутреннего контроля означает, что подросток принимает на себя ответственность, в том числе и за обстоятельства, от него не зависящие. Из данных табл. 2 следует, что испытуемые ощущают себя активными объектами собственной деятельности, но иногда бывают подвержены влиянию и давлению со стороны окружающего мира.

Общий показатель доминирования характеризует стремление к контролю и воздействию над окружающими людьми (табл. 3).

Таблица 3

Показатели учащихся относительно критерия «Стремление к доминированию»

Показатель	Показатели нормы	Наличный уровень адаптации	Общий показатель (%)
Стремление к доминированию	6–15	9,43	54
Стремление к ведомости	12–30	16	

Результаты, полученные в ходе исследования, соответствуют норме.

Испытуемые не стремятся доминировать в межличностных отношениях, не хотят подавлять других людей.

Результаты исследования показали, что показатель самопринятия выше среднего и составляет 67,2%, это свидетельствует о положительном отношении подростка к себе и может способствовать успешной социальной адаптации. Показатель адаптации составляет 56%, т.е. факторы адаптивности и дезадаптивности выражены у испытуемых примерно одинаково. Показатель критерия принятия других равен 57%. Показатель эмоциональной комфортности незначительно превышает средний уровень – 55%. Величина показателя интернальности – 69,6%, что свидетельствует о преобладании внутреннего контроля над внешним, о том, что подростки берут на себя ответственность за свое поведение и поступки, что также является предпосылкой для успешной социальной адаптации. Стремление к доминированию составляет 54%, что является наименьшим значением среди интегральных показателей. Величина показателя позволяет говорить о том, что как доминирование, так и ведомость выражены у подростков данной группы в равной мере.

Общая интерпретация результатов исследования позволяет нам говорить, что у испытуемых общие показатели социальной адаптации находятся только на уровне 60%, что несет в себе предпосылки для дезадаптации.

Проведенное нами исследование подтверждает, что подростки, находящиеся в удалении от региональных центров, нуждаются в применении дополнительных социализирующих факторов. Мы считаем, что одним из таких ведущих факторов могут стать дистанционные образовательные технологии.

Дистанционные образовательные технологии в первую очередь позволяют подростку устранить дефицит общения. С помощью различных современных средств общения подросток может заводить новых друзей, общаться и переводить общение в реальную жизнь. Такая возможность возникает за счет взаимного общения в рамках различных творческих кружков и тематических занятий. Большая часть подростков при общении со сверстниками испытывает страх несоответствия ожиданиям окружающих, дистанционные технологии позволяют эти страхи значительно сократить. При опосредованном общении с помощью различных современных технологий подросток начинает видеть свои возможности и достоинства, а также интерес к себе со стороны сверстников.

Дистанционные образовательные технологии позволяют подросткам, проживающим на большом расстоянии от крупных городов, посещать различные конференции, участвовать в конкурсах, симпозиумах и олимпиадах. Многие подростки серьезно заняты в спортивных секциях и кружках, и у них часто не хватает времени на учебу. Дистанционные технологии позволяют получать основные и дополнительные углубленные знания в свободное время. Кроме того, дистанционные образовательные технологии позволяют индивидуализировать обучение. У подростков с помощью дистанционных образовательных технологий появляются возможности для пользования электронными библиотеками и различными образовательными каналами. Отсутствие таких возможностей негативно влияет на развитие и социальную адаптацию подростков.

Таким образом, мы считаем, что использование дистанционных образовательных технологий выступает од-

ним из ведущих факторов социальной адаптации учащихся подросткового возраста.

Библиография

1. *Buchanan, C.M., J.S. Eccles and J.B. Becker*, 1992. Are adolescents the victims of raging hormones? Evidence for activational effects of hormones on moods and behavior at adolescence. *Psychological Bulletin*, 111 (1): 62–107.
2. *Larson, R. and M.H. Richards*, 1994. *Divergent realities: The emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. N.Y.: Basic Books.
3. *Халтагарова О.Д.* Психопрофилактическая программа социальной адаптации подростков с отклоняющимся поведением в условиях общеобразовательной школы // Категория «социального» в современной педагогике и психологии. Ульяновск, 2013. С. 277–280.
4. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1977.
5. *Обухова Л.Ф.* Детская психология: теории, факты проблемы. М., 1995.
6. *Spear, L.*, 2000. The Adolescent Brain and Age-Related Behavioral Manifestations. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 24 (4): 417–463.
7. *Brown, B.B.*, 2004. Adolescents' relationships with peers. In: *Lerner, R.M. and L. Steinberg (Eds.). Handbook of adolescent psychology*, 2nd ed. (pp. 363–394). N.Y.: Wiley.
8. *Steinberg, L. and E.S. Scott*, 2003. Less guilty by reason of adolescence: Development immaturity, diminished responsibility, and the juvenile death penalty. *American Psychologist*, 58 (12): 1009–1018.
9. *Налчаджян А.А.* Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии). Ереван, 1988. С. 18–22.
10. *Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002.

Bibliography

1. *Buchanan, C.M., J.S. Eccles and J.B. Becker*, 1992. Are adolescents the victims of raging hormones? Evidence for activational effects of hormones on moods and behavior at adolescence. *Psychological Bulletin*, 111 (1) : 62–107.
2. *Larson, R. and M.H. Richards*, 1994. *Divergent realities: The emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. N.Y.: Basic Books.
3. *Khaltagarova, O.D.*, 2013. Psychological preventive program of social adaptation of teenagers with deviating behavior in conditions of a comprehensive school. In: *The category "social" in modern pedagogy and psychology*. Ulyanovsk: 277–280. (rus)
4. *Leontiev, A.N.*, 1977. *Activity. Consciousness. Personality*. Moscow: published by Politizdat. (rus)
5. *Obukhova, L.F.*, 1995. *Children psychology: theories, facts, problems*. Moscow. (rus)
6. *Spear, L.*, 2000. The Adolescent Brain and Age-Related Behavioral Manifestations. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 24 (4) : 417–463.
7. *Brown, B.B.*, 2004. Adolescents' relationships with peers. In: *Lerner, R.M. and L. Steinberg (Eds.). Handbook of adolescent psychology*, 2nd ed. (pp. 363–394). N.Y.: Wiley.
8. *Steinberg, L. and E.S. Scott*, 2003. Less guilty by reason of adolescence: Development immaturity, diminished responsibility, and the juvenile death penalty. *American Psychologist*, 58 (12): 1009–1018.
9. *Nalchadzhyan, A.A.*, 1988. *Social adaptation of personality (forms, mechanisms and strategy)*. Erevan: 18–22. (rus)
10. *Fetiskin, N.P., V.V. Kozlov and G.M. Manuylov*, 2002. *Social diagnostics of development of personality and small groups*. Moscow. (rus)