

**Кулеша Н.П.**

## **Психологічні проблеми адаптації підлітків із дистантної сім'ї до умов навчання у ВНЗ**

*Кулеша Наталія Петрівна, аспірант кафедри психології та педагогіки  
Національний університет «Острозька академія», м. Острог, Україна*

**Анотація.** У статті розглянуто проблему адаптації до навчання, яка широко обговорюється в системі вищої освіти. Це питання не є випадковим, адже навчання у вищому навчальному закладі для молоді людини є можливістю її зростання та становлення як фахівця. Метою даного дослідження є характеристика психологічних проблем, які впливають на процес адаптації підлітків із дистантних сімей до умов навчання у вищому навчальному закладі. У статті автором з'ясовується основні соціально-психологічні проблеми підлітків із дистантних сімей, що впливають на адаптацію до умов навчання у ВНЗ, а саме: проблеми у взаєминах та спілкуванні з однолітками; потреба у спілкуванні з батьками; погіршення загального емоційного стану, підвищена тривожність; невпевненість у собі, занижена самооцінка; потреба у самопізнанні; проблема статусу у колективі; професійне самовизначення.

**Ключові слова:** адаптація, підліток, дистантна сім'я, особистість, психологічна адаптація

**Актуальність теми.** Навчання у вищому закладі освіти для сучасної молоді людини один з найважливіших періодів її життєдіяльності, особистісного зростання та становлення як фахівця з вищою освітою. Пошук шляхів успішної адаптації до змінених соціальних умов та нової діяльності є нагальною проблемою для кожного, хто переступив поріг ВНЗ[2].

Труднощі адаптації студентів на початкових етапах навчання у ВНЗ обумовлені низкою особливостей. У ВНЗ система навчання характеризується великим обсягом матеріалу, самостійністю і відповідальністю студентів. Особливості переходу із середньої школи до ВНЗ пов'язані не тільки з перебудовою провідного типу діяльності, але і з входженням особистості в новий колектив. Вступ до ВНЗ є переломною подією в житті молодих людей.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналізуючи сучасний стан проблеми, можна виділити декілька напрямів, за якими здійснювалися дослідження адаптації студентів до умов вищого навчального закладу. Серед них: вивчення труднощів початкового етапу навчання і чинників, що впливають на адаптивний процес (А.Д. Андреева, С.А. Гапонова, Л.Н. Гаценко, Л.А. Ефімова, Ю.А. Кустов, А.Н. Леонтьев, А.І. Рувинський, Р.Л. Шевченко); узагальнення передового досвіду роботи колективів з проблеми адаптації до нових умов навчальної діяльності (Т.Р. Шишигіна, Л.Г. Вяткін, В.І. Слободчиков, В.В. Арнаутов, Л.С. Космогорова, Н.А. Ісаєва, Т.А. Леонтьєва, Ж.П. Філіпова, Б.І. Брудний та ін.); визначенням поняття адаптації та вивчення основних аспектів цього процесу займалися А. Ренан, А. Кудашев, А. Баранов, М. Яницький; над питанням особливостей адаптації студентської молоді до навчання у ВНЗ працювали такі вчені, як В. Казміренко, Е. Научитель, Н. Хазратова. Психологічна адаптація розуміється як один із провідних чинників і як необхідна умова соціалізації. Саме так її розглядав Л.С. Виготський, аналізуючи процес входження дитини у нові соціальні ситуації та процес формування у неї певного ставлення до суспільного оточення. Проблема дистантних сімей досліджували О. Безпалько, К.Б. Левченко, Ф.А. Мустаєво, В.С. Торохтія, І.М. Трубавіної, Д.І. Пенішкевич та ін. Не дивлячись на значну увагу до цього питання, серед дослідників відсутнє однозначне розуміння феномену адаптації, а відтак чинників та умов її успішного проходження, зокрема у підлітків із дистантних сімей.

**Метою статті** є характеристика психологічних проблем адаптації підлітків із дистантних сімей до умов навчання у вищому навчальному закладі.

**Виклад основного матеріалу.** Процес адаптації підлітків до умов навчання є складним та багатограним, психологічних, соціологічних і біологічних факторів.

У навчальній діяльності проблему адаптації розглядають у контексті взаємодії суб'єкта освітнього процесу з певним освітнім середовищем. В.О. Якунін вважає, що в процесі пристосування до умов середовища (і освітнього також) людина засвоює нові моделі й стратегії поведінки [12].

Сучасні вимоги до особистості студента та його рівня потребують посилення досліджень у сфері психологічної адаптації як частини всього процесу розвитку повноцінної особистості, з метою розробки ефективних практичних методик адаптації студентів.

Здобутки вікової психології вказують на те, що саме підлітковий період розвитку особистості є інтенсивно спрямованим на самоактуалізацію ("прагнення людини до як найбільш повного виявлення та розвитку своїх особистісних можливостей"), розвиток та становлення самооцінки підлітка як "ядра особистості" [7]. Від його самооцінки залежить "взаємовідношення з людьми, які оточують, його критичність, вимогливість до себе, відношення до успіху та невдач, "...ефективність діяльності, ...подальший розвиток особистості. Цей період також характеризується активізацією саморегуляції, яка має складну структуру, а саме: "...прийнята суб'єктом ціль його довільної активності, програма власних виконуючих дій, система критеріїв успішної діяльності, інформація про дійсно досягнуті результати, оцінювання відповідності реальних результатів стосовно критеріїв успіху, рішення про необхідність і характер корекцій діяльності. Самооцінка являє собою замкнений контур регулювання та є інформаційним процесом, носіями якого виступають різні психічні форми відображення дійсності" [7].

І. Булах у своїх роботах звертає увагу на певні "параметри психологічного становлення підростаючої особистості, які кваліфіковані, віддані справі психологі не залишають поза своєю увагою. А саме підлітковий вік, як напружений період формування особистості. На сучасному етапі така напруженість підсилюється багатьма об'єктивними обставинами соціалізації підлітків. До того ж, основу суперечностей між соціалізацією та індивідуалізацією становлять процеси входження в доросле життя, засвоєння моральних норм і

цінностей, складних соціальних ролей, зовнішніх стилів поведінки, художніх смаків і симпатій, вибору друзів, майбутньої професії та свого місця в житті” [1; с. 69].

Тому саме в цей віковий період розвитку можна, на нашу думку, при успішній адаптації, забезпечити такий розвиток та взаємодію особистості з оточуючим її середовищем, що перш за все вони будуть спрямовані на самоактуалізацію, самореалізацію, здібності, творчість, мобільність особистості. Це стає особливо актуальним тоді, коли у житті людини настає період кардинальних змін. Саме такий період життя настає у підлітків, які поступили в нові (для кожного з них) навчальні заклади. Ця подія дуже сильно відхиляє їх від сталого, звичного життя – рівноваги – в якому вони знаходилися, змінює їх поведінку. Зміни, які відбуваються, зачіплюють усі їх рівні адаптації – від біологічного до когнітивного. Підліток (він же студент) відчуває зміни у своїх потребах, внутрішньо готується до навчальної діяльності та сподівається на успіхи в навчанні, в системі взаємодії “студент – викладач”, “студент – студент” тощо.

До того ж, як відомо, такі умови життєдіяльності, коли відчуження від старої ціннісно-нормативної системи і втрата особистісної ідентичності не підкріплені певними адаптивними здібностями, висувають підвищені вимоги до адаптивних механізмів людини. Особливо у великому дефіциті, як визначають дослідники (І. Булах, Т. Драгунова, Л. Жезлова, А. Захаров, Л. Закутська, В. Каган, І. Кон, М. Кле, О. Личко, Н. Максимова, О. Новикова, С. Подмазін, А. Полегенько, А. Прихожан, М. Раттер, І. Сабанадзе, Н. Толстий, Г. Чуткіна, Т. Юферева, О. Яковлева та інші) ці здібності у підлітків. Підлітковий вік визначається періодом частих життєвих криз (кризовим) саме тому, що у цей період конфліктна ситуація (конфлікт) може виникнути завдяки тому, що у підлітка з’являється власний внутрішній світ, власна система цінностей і здатність відчувати провину. Кризові стани у цьому віці породжуються критичними ситуаціями в сім’ї і школі і є специфічними для підлітків. Специфічною стає і ситуація переходу до нових навчальних закладів (Л. Закутська, Н. Колизаєва, Г. Чуткіна) та професійна зорієнтованість підлітків, що визначає міру індивідуальних можливостей і з урахуванням цієї міри особистість має змогу або швидко адаптуватися до нових соціально-психологічних умов навчання та успішно навчатися, або, у випадку виникнення труднощів адаптації, відмову від того про що мріяла, на що немає сил, можливостей [3].

За думкою А. Брушлінського, труднощі залежать від уявлення особистості про себе, системи цінностей, особистісної значущості негативних подій, здатності когнітивно оцінювати і гнучко переосмислювати важкі ситуації, та від рівня духовно-морального розвитку людини. Тому, на нашу думку, головні причини дезорганізації адаптивної поведінки студента-підлітка полягають у відсутності ефективних способів подолання труднощів і в переживанні загрози для нього.

Таким чином, все це дає підстави вважати, що освітня практика повинна враховувати соціальні та внутрішні умови розвитку даного віку, а також “повинна бути орієнтована на створення умов для розгортання повно-

го циклу авторської дії, тобто на побудову проектної діяльності в навчальних закладах” [5].

Важливим моментом у житті підлітків є пошук моральних цінностей, смислу життя. У цьому віці вони – максималісти. Часто підліток у своєму пошуку стає “самотнім подорожнім”. Особливе значення у процесі самовизначення і самоствердження підлітка відіграє соціальне середовище, зокрема сім’я, оскільки саме в підлітковому віці дітям як ніколи потрібний приклад батьків, їхня порада та підтримка. Відсутність одного чи обох батьків негативно впливає на вищезазначені фактори.

Аналізуючи літературу з питань сім’ї, можна сказати, що ця проблема сьогодні є найактуальнішою в нашому суспільстві. Феномен дистантної сім’ї виступає безсумнівно як соціально значуща проблема сучасності. За визначенням сучасних науковців, дистантна сім’я – це сім’я, члени якої тривалий час перебувають на відстані через те, що один або обидва батьки працюють за кордоном. [11; с. 1]. Тобто *дистантна* сім’я – це мала соціальна група людей, поєднаних родинними відносинами (шлюбу, кровної спорідненості, усиновлення, опіки), спільністю формування й задоволення біологічних і соціально-економічних потреб, любов’ю і взаємною моральною відповідальністю. Це сім’я, котра офіційно вважається повною, а насправді члени родини не отримують належного емоційного спілкування один з одним.

Негативними наслідками виховання дитини в умовах дистантної сім’ї можуть бути: закомплексованість, підвищений рівень тривожності, почуття ворожості, несформованість Я-образу, статево-рольової ідентичності, домінування залежності в поведінці, імпульсивність та ін. [10].

Особистість підлітка – доволі складний феномен. Важливими соціально-психологічними новоутвореннями підліткового віку є особистісне самоутвердження, дорослість, потреба у спілкуванні, інтенсифікація контактів, перегляд попередніх переконань та уявлень, формування нового світогляду, засвоєння цінностей і норм підліткового середовища. У різноманітних міжособистісних стосунках підліток намагається з’ясувати, як до нього ставляться інші. У ставленні до батьків виявляє ознаки емансипації (відстоювання своєї точки зору, втеча з дому тощо). Підлітковий вік нелегко пережити кожній людині, а особливо батькам – це час складних психофізіологічних змін. Природно дитина потребує тісного емоційного контакту з батьками, відсутність якого створює незадоволеність життєво важливої потреби в любові, а це обертається в поведінці агресивністю, роздратованістю, стурбованістю, симптомами боязливості і тривожності. Тривожність негативно впливає не лише на емоційне самопочуття підлітка, а й у подальшому його житті порушує функціональні можливості психіки – занижена самооцінка, низький рівень навальності в силу ригідності мислення, відсутності креативу уяви, продуктивності пам’яті – відбувається деструкція і гальмування розвитку особистості. Так звані „хронічні тривоги” здебільшого перетворюються на патопсихологічні розлади. Значна кількість тривожних підлітків мають проблеми зі здоров’ям [6].

У дистантних сім'ях відбувається відчуження дітей від батьків у зв'язку з втратою постійних контактів. Потреба в емоційній близькості з оточуючими у підлітка повністю не задовольняється. У дітей постійний дефіцит прояву позитивних почуттів, як по відношенню до себе, так і по відношенню до інших (батьків), їм не вистачає відчуття ніжності, лагідності, батьківського тепла та любові, відчуття себе цінним для значущих дорослих.

Отже, підлітки з дистантних сімей можуть втратити потребу у спілкуванні з батьками, стати егоїстичними, замкненими, конфліктними, впертими, озлобленими, невпевненими в своїх силах, недисциплінованими, мати неадекватну самооцінку та ін. Власне, від'їзд матері/батька - це травматична ситуація для всіх дітей, незалежно від віку, статі та інших особливостей [9].

У дітей втрачається тісний емоційний та тілесний зв'язок, який давав їм відчуття безпеки, захищеності, без оціночного прийняття та любові, формував базову довіру до світу й людей довкола.

Ще однією психологічною характеристикою даного віку є те, що авторитет батьків чи іншого важливого дорослого після тривалої ідеалізації – знецінюється (що є природнім), а суперечливий приклад та "класне" життя "сміливих" та "дорослих" однолітків стає все більш привабливим. Власне мова йде про можливу схильність до крайнощів: від наслідування негативної, адитивної поведінки, до надмірної замкненості та закритості [8].

Неочікуваною може стати й ситуація повернення та зустрічі батьків із власними дітьми. Адже, як одні так і другі за період розлуки стали „іншими". Натомість, мати/батько очікують повернення "старих добрих часів", яким діти зазвичай активно чинять опір. І знову багато взаємних образ, звинувачень, злості та демонстративної байдужості.

Таким чином, діти із дистантних сімей, окрім природних вікових та соціально-психологічних труднощів, переживають стрес та психологічну травму в момент виїзду батьків, далі – повільно й болісно пристосовуються до існуючої ситуації, так чи інакше навчаючись жити самостійно й знову, можуть, переживати стрес в момент повернення [4].

Практична психологія виділяє наступні проблеми, що виникають у дітей, які тривалий час залишаються без опіки батьків або одного з батьків:

- формування особистісної тривожності;
- перебування у негативних емоційних тонах, депресивні стани;
- соціальна неадаптованість або дезадаптованість;

- не сформованість відповідальності за власні дії;
- посттравматичні стресові симптоми;
- хворобливість організму;
- афективні поведінкові реакції;
- негативна "Я - концепція";
- проблема самостійності.

Відсутність поруч батьків також посилює вплив інших соціально-негативних факторів розвитку і становлення дитини – підлітково-юнацькі авторитети, асоціальні групи, вживання наркотичних речовин, ціннісних пріоритетів молодіжної субкультури [9].

Якісний аналіз дослідження дозволив визначити основні соціально-психологічні проблеми підлітків із дистантних сімей (у рейтинговому порядку):

- проблеми у взаєминах та спілкуванні з однолітками;
- труднощі у взаєминах з одним з батьків (або опікуном);
- потреба у спілкуванні з батьками;
- погіршення загального емоційного стану, емоційні розлади;
- підвищена тривожність;
- невпевненість у собі, занижена самооцінка;
- особистісні проблеми, у т.ч. ті, які стосуються взаємин з протилежною статтю;
- проблеми у взаєминах з учителями, конфлікти;
- конфлікти і непорозуміння в сім'ї;
- потреба у самопізнанні;
- проблема статусу у колективі;
- професійне самовизначення [10].

**Висновок.** Отже, найбільшою проблемою адаптації підлітків із дистантних сімей до умов навчання у вищому навчальному закладі є проблеми, такі як: закомплексованість, підвищений рівень тривожності, почуття ворожості, несформованість Я-образу, ставево-рольової ідентичності, домінування залежності в поведінці, імпульсивність, занижена самооцінка. Усе це певним чином впливає на статус у колективі, успішність, поведінку, взаємостосунки з однолітками, викладачами.

В подальшому ми плануємо розробити теоретико-методологічні підходи до вивчення особистості підлітків з дистантних сімей; визначити діагностичні критерії порушень емоційної сфери підлітків, які перебувають в ситуації відсутності одного з батьків; розробити психологічні засади системи соціальної роботи з підлітками з дистантних сімей та форм дистанційного впливу на батьків щодо збереження рівноваги емоційної сфери підлітків. Ці питання будуть подальшою тематикою наших досліджень.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Булах І.С., Хомич Г.О., Винагородский А.М., Сабанадзе І.О. Соціально-психологічні аспекти процесу адаптації учнів (навчально-методичний посібник) / І.С. Булах, Г.О. Хомич, А.М. Винагородский, І.О. Сабанадзе. – Київ: УДПУ ім. М.П. Драгоманова, Переяслав-Хмельницький ДТІ ім. Г.С. Сковороди, 1997. – 180 с.
2. Войтович Н.П. Відмінності шкільного та студентського колективів як аспект проблеми адаптації першокурсників до умов ВНЗ / Н.П. Войтович. – Луцьк: держ. Ун-т Лесі Українки, 1999. – 315 с.
3. Левченко М.В. Психолого-педагогічні проблеми вивчення особистості учня і учнівського колективу / М.В. Левченко. – К., 1988. – 120 с.
4. Пенішкевич О. Подолання важковихованості у дітей із дистантних сімей / О. Пенішкевич. – К.: Сяйво, 2004. – 520 с.
5. Поливанова Н.М. Психологическое содержание подросткового периода / Н.М. Поливанова // Вопросы психологии, 1996, №4. – С. 24-27.
6. Проблеми дітей трудових мігрантів: аналіз ситуації. – К., 2006. – 63 с.
7. Психология: Словарь [Под ред. Петровського А.В.]. – М., 1990. – 494 с.
8. Романовська Д.Д. Складні життєві ситуації: психологічний аналіз проблем, ресурсів та стратегій подолання труднощів

- / Д.Д. Романовська // Організація соціально-педагогічної допомоги в закладах освіти. – Чернівці, 2008. – С. 1-7.
9. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми трудових мігрантів: навч.-метод. посібник / За ред. К.Б. Левченко, І.М. Трубавіної, І.І. Цушка. – К.: ФОП “Купріянова”, 2007. – 240 с.
10. Трубавина І.М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Навчальний посібник / І.М. Трубавина. – К.: ДЦССМ, 2003. – 125с.
11. Трубавина І.М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю / І.М. Трубавина. – К.: Фоліо, 2003. – 114 с.
12. Якунин В.А. Педагогическая психология: Учеб.пособие / В.А. Якунин. – Изд.2 – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2000. – 349 с.

#### REFERENCES TRANSLATED AND TRANSLITERATED

1. Bulakh I.S., Khomych H.O., Vynahorodskyi A.M., Sabanadze I.O. Socio-psychological aspects of adaptation of students (Textbook) / I.S. Bulakh, H.O. Khomych, A.M. Vynahorodskyi, I.O. Sabanadze. – Kyiv: UDPU n.a. M.P. Drahomanova, Pereiaslav-Khmelnytskyi DTP n.a. H.S. Skovorody, 1997. – 180 p.
2. Voitovych N.P. Differences school and student groups as an aspect of the problem of adaptation to the conditions of university freshmen / N.P. Voitovych. – Lutsk: SU n.a. Lesya Ukrainka, 1999. – 315 p.
3. Levchenko M.V. Psycho-pedagogical problems of studying individual student and student collective / M.V. Levchenko. – K., 1988. – 120 p.
4. Penishkevych O. Overcoming difficult-educating children from distant families / O. Penishkevych. – K.: Syayvo, 2004. – 520 p.
5. Polyvanova N.M. Psychological content adolescence / N.M. Polyvanova // Questions of psychology, 1996, № 4. – P. 24-27.
6. Problems of children of migrant workers: analysis of the situation. – K., 2006. – 63 p.
7. Psychology: Dictionaries [Ed. Petrovsky A.V.]. – M., 1990. – 494 p.
8. Romanovska D.D. Difficult life situations: psychological analysis of problems, resources and coping strategies // The social and educational assistance in educational institutions. – Chernivtsi, 2008. – P. 1-7.
9. Social pedagogical and psychological work with children of labor migrants: Textbook / ed. K.B. Levchenko, I.M. Trubavina, I.I. Tsushka. – K.: FOP “Kupriianova”, 2007. – 240 p.
10. Trubavyna I.M. Social pedagogical work with dysfunctional families. Textbook / I.M. Trubavyna. – K.: DTSSM, 2003. – 125 p.
11. Trubavina I.M. Social pedagogical work with dysfunctional families / I.M. Trubavina. – K.: Folio, 2003. – 114 p.
12. Yakunyn V.A. Educational Psychology: Textbooks / V.A. Yakunyn. – 2<sup>nd</sup> ed. – SPb.: Publ. Mykhailov V.A., 2000. – 349 p.

#### N.P. Kulesha

##### Psychological problems of adaptation of teenagers with distant family to the learning environment at the university

**Abstract.** The problem of adaptation to studies, which is widely discussed in higher education system, is a main issue of the article. That is not accidental statement, because study in higher educational establishments for young person become a perfect opportunity of growth and development as a professional. The aim of this research work is definition of characteristics of psychological problems that affect the process of adaptation of teenagers from distant families to the learning environment in the higher educational establishments. The author of the article identifies the main socio-psychological problems of teenagers from distant families that affect them in conditions of study at the university: problems in relationships and communication with peers, need to communicate with parents, deterioration of general emotional state, increased anxiety, insecurity, self-depreciation, self-cognition need, the problem of status in the group, professional identity.

**Keywords:** adaptation, teenager, distant family, personality, psychological adaptation

#### Кулеша Н.П.

##### Психологические проблемы адаптации подростков с дистантного семьи к условиям обучения в вузе

**Аннотация.** В статье рассмотрена проблема адаптации к обучению, которая широко обсуждается в системе высшего образования. Этот вопрос не является случайным, ведь обучение в высшем учебном заведении для молодого человека является возможностью ее роста и становления как специалиста. Целью данного исследования является характеристика психологических проблем, влияющих на процесс адаптации подростков с дистантных семей к условиям обучения в высшем учебном заведении. В статье автором выясняются основные социально-психологические проблемы подростков с дистантных семей, влияющие на адаптацию к условиям обучения в вузе: проблемы во взаимоотношениях и общении со сверстниками; потребность в общении с родителями; ухудшение общего эмоционального состояния, повышенная тревожность; неуверенность в себе, заниженная самооценка; потребность в самопознании; проблема статуса в коллективе; профессиональное самоопределение.

**Ключевые слова:** адаптация, подросток, дистантная семья, личность, психологическая адаптация