

**Профилактика дезадаптированности личности и возможности улучшения социальной приспособленности, межличностных отношений учащихся в условиях пандемии**

© 2021 Малышев Иван Викторович\*,

\* кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии и психодиагностики Саратовского государственного университета (г. Саратов),  
e-mail: [iv.999@list.ru](mailto:iv.999@list.ru)

*Аннотация:* В статье рассматриваются проблематика социализации и адаптации личности учащихся, их межличностных отношений с точки зрения условий современной действительности. Дается краткий анализ уровня социальной приспособленности, адаптированности личности и межличностных отношений исходя из обобщенных результатов эмпирических исследований, проводимых в условиях пандемии (COVID-19). В целом, отмечается снижение адаптационных возможностей, социализации учащихся и студентов. С учетом выявленных негативных последствий пандемии на уровень социальной приспособленности личности молодых людей, возможности их адаптации, нарушений в области межличностных отношений предложен ряд психолого-педагогических рекомендаций с целью снижения риска дезадаптации.

*Ключевые слова:* социализация личности, адаптационные возможности учащихся, профилактика дезадаптации личности в условиях пандемии.

**Prevention of personality disadaptation and possibility of improving social adjustment, interpersonal relations of students under conditions of pandemia**

©2021 Malyshev Ivan Viktorovich\*

\*Candidate of psychological sciences, associated professor of department of pedagogical psychology and psycho-diagnostics of Saratov state university (Saratov, Russia), e-mail: [iv.999@list.ru](mailto:iv.999@list.ru)

**Annotation:** The article examines the problems of socialization and adaptation of the personality of students, their interpersonal relations from the point of view of the conditions of modern reality. A brief analysis of the level of social adjustment, personality adaptation and interpersonal relations is given based on the generalized results of empirical studies conducted in the context of the pandemia (COVID-19). In general, there is a decrease in adaptive capabilities, socialization of pupils and students. Taking into account the revealed negative consequences of the pandemia on the level of social adaptation of the personality of young people, the possibility of their adaptation, violations in the field of interpersonal relations, a number of psychological and pedagogical recommendations are proposed in order to reduce the risk of disadaptation.

**Keywords:** personality socialization, adaptive capabilities of students, prevention of personality disadaptation in the pandemia.

Произошедшие глобальные изменения за последние 15-20 лет в мире и в Российском обществе, в частности, оказали влияние на все стороны жизни современного человека, что не могло не отразиться и на основных психических составляющих личности. Значительно возросли риски дезадаптации личности среди молодых людей, трудности их социализации. Наибольшую значимость в данном контексте приобретает изучение социальной приспособленности и изменений, затрагивающих личность и общество, исследование факторов эффективности адаптации в социуме, проблематика успешности взаимодействия личности в учебном коллективе и в целом всестороннего развития молодежи в условиях пандемии COVID-19.

Уже сегодня становится ясно из анализа большинства эмпирических исследований, анализа источников масс-медиа, наблюдений за жизнью как зрелых, так и молодых людей, что пандемия оказывает влияние на все стороны жизни. Возникают необратимые изменения в личности, затрагивающие всю системы мотивов и ценностей, которыми руководствуется человек. Подобные изменения негативно влияют и на межличностные взаимоотношения в социальной группе и в целом на уровень социализации личности. Неизбежно на фоне непрекращающийся пандемии и социальной депривации возрастают риски дезадаптации, увеличивается напряженность в обществе и конфликтность в социальных, профессиональных группах разных возрастов.

В настоящее время, современные ученые, рассматривая последствия ковида на личность, обнаружили влияние коронавирусной инфекции на ценностные ориентации, связанные со значимостью собственного «Я», то есть на основополагающие составляющие личности, убеждения, мировоззрение и т.д [1]. В этой ситуации особое значение приобретает проблематика социализации, связанная с изучением личности молодых людей, которым как никогда необходимо успешно социально приспособляться в сложных условиях современной действительности. В другой работе исследователи отмечают, что коронавирусная инфекция и связанная с ней изоляция или карантинные мероприятия усиливают психологический стресс. В свою очередь это может привести к различным психоэмоциональным расстройствам, например к раздражительности, бессоннице, гневу, а в дальнейшем и к депрессии, эмоциональному истощению в целом нарушающих психическое здоровье [2].

В этой ситуации особое значение приобретает проблематика социализации, связанная с изучением личности молодых людей, которым как никогда необходимо успешно социально приспособляться в сложных условиях современной действительности. Современные подходы к определению социализации исходя из принципа диахронии, раскрывает

Р.М.Шамянов [3]. Автор рассматривает данное явление в контексте социальной активности личности. Применяя принцип диахронии как методологический подход в отношении к явлению социализации личности, Р.М.Шамянов определяет социальную активность в качестве фундаментального эффекта социализации. Данное явление заключается в способности инициативного воздействия социальных субъектов на окружающую среду [4].

Существенное значение имеют профилактические мероприятия, снижающие риск дезадаптации личности и повышающие ее адаптационные возможности, позитивно влияющие на успешность социализации разных возрастных групп. Так, В.В. Константинов, Л.Е. Копылова в своем исследовании раскрывают основные способы оказания психологической помощи учащимся, которые позитивно влияют на эффективность их адаптации [5]. Также, для профилактики дезадаптивности личности молодых людей, целесообразно применение различных программ, которые способствуют эффективному вхождению в социум и улучшают межличностные отношения в социальных группах [6]. Важную роль в создании условий эффективно влияющих на процесс социальной приспособленности личности в учебных коллективах учащихся играет правильная организация их совместной самостоятельной работы со сверстниками и педагогами [7], а также постоянный мониторинг мотивационных факторов профессионального развития учащихся в современных условиях информатизации образования [8].

Исходя из актуальности проблематики социализации личности и молодых людей в условиях пандемии целью нашего исследования рассмотрение мероприятий направленных на профилактику дезадаптации личности учащихся и улучшения их социальной приспособленности и межличностных отношений в различных возрастных группах.

**Методика исследования.** Для изучения уровня социальной приспособленности студентов использовалась методика Х.Белла. Исследование

уровня межличностных отношений, групповой сплоченности и психологического климата в ученических группах проводилось посредством следующих методик: «Опросника межличностных отношений (ОМО)» В. Шутца в русскоязычной версии А. А. Рукавишникова, методики групповой сплоченности К.Э. Сишора, методики «Оценки психологической атмосферы в коллективе» Ф. Фидлера. Исследование проводилось совместно со студенткой магистратуры Мироновой М.А. на базе средних общеобразовательных школ г.Саратова. Всего было исследовано 80 учащихся 10 и 11 классов.

**Результаты исследования.** Как и в предыдущем ранее исследовании студентов высших учебных заведений [9] здесь обнаружены негативные тенденции в плане социальной приспособленности учащихся старших классов. Так, у старшеклассников в ученических коллективах с низким уровнем межличностных отношений наблюдается эмоциональная нестабильность, неспособность управлять своими чувствами, что в дальнейшем может привести к дезадаптационным проявлениям. Отмечается недоверие по отношению к окружающим. В целом обнаружено, что позитивный психологический климат в группах оказывает положительное воздействие на уровень социальной приспособленности, усиливает социализацию, делает ее эффективной и повышает адаптационный потенциал личности учащихся.

Для формирования положительной атмосферы в коллективах и успешной социализации учащихся были сформулированы психолого-педагогические рекомендации. Знание о способах формирования психологического климата и успешной социализации личности у учащихся старших классов является необходимым для деятельности педагога-психолога (а также учителя). Во многом от педагогов зависят механизмы управления и ответственности за психологический климат ученических коллективов. Эффективность влияния учителя или психолога-педагога определяется условиями, которые влияют на психологический климат в коллективе учащихся:

В первую очередь это личностные качества педагога-психолога. Сюда относится креативность, коммуникабельность, инициативность, чувство юмора, открытость и расположенность к детям. Методическая и теоретическая подготовленность педагога-психолога создают основы для развития профессиональных качеств. Для формирования благоприятного психологического климата следует ориентировать педагога-психолога на эмоциональный комфорт школьников, что является следствием личностной и профессиональной подготовленности педагога. Можно выделить следующие способы формирования психологического климата педагогом-психологом: приобщение в жизнь класса различные типы искусств; использование игры; формирование общих традиций; формирование сопереживания ситуаций значимых событий; стремление к эмоциональному включению в жизни класса должно быть у каждого школьника; должна быть активная позиция у педагога к классному коллективу; привнесение общечеловеческих ценностей в жизнь классного коллектива.

Умение педагога правильно строить свои взаимоотношения с учениками определяет психологический климат коллектива. Для этого необходимо учитывать: индивидуально-психологические особенности учащихся. В минуты нервного состояния и напряжения, которое возникает в результате различных ситуаций, следует выслушать учащегося, быть деликатными в разговоре. Уважительно относиться к ребенку, не порицать. Критика должна быть объективной, конкретной. Нужно быть сдержанными, не переходить на крик и злость, стараться не угрожать, применять строгие меры. Нужно показать провинившемуся, что вы верите в него. Уважать человеческое достоинство и относиться к провинившемуся справедливо.

Психологический климат очень важен для развития личности ребенка, а для того, чтобы его создавать, нужна специальная профессиональная подготовка педагога-психолога. Нужно также не забывать о том, что психологический климат педагоги должны создавать для успешного результата

не только во время урока, но и внеурочное время. Имеются определенные правила, которые помогут создать хорошую атмосферу внутри класса: не только на протяжении всего урока, но и с самого начала стоит демонстрировать детям свое доверие к ним; помогать каждому ученику в отдельности, коллективу, формировать цели и задачи урока; всегда исходить из того, что у учащихся есть внутренняя мотивация к учению; быть источником различного опыта для учащихся, а также быть тем, к кому можно обратиться за советом или решением какой-либо проблемы; соизмерять свои действия с настроем учеников и развивать способность чувствовать эмоциональный настрой класса; быть активным участником группового взаимодействия; открыто выражать в группе (классе) свои чувства; стремиться к осознанному сопереживанию эмоциональному переживанию и состоянию каждого ученика.

В работе по созданию условий для успешной социализации подростков в коллективе сверстников особое внимание следует уделять гармонизации взаимоотношений в учебной группе. Для реализации этой цели необходимо действовать в следующих направлениях: предупреждение возникновения конфликтных ситуаций; развитие социального интеллекта; повышение сплоченности класса и поддержание положительного микроклимата в коллективе; определение специально-педагогических условий для позитивного общения в коллективе; моделирование жизненных ситуаций, проблемных вопросов в социально-педагогической деятельности с учащимися; профилактика социальной дезадаптации учащихся.

Педагогам-психологам с целью развития благоприятных взаимоотношений в коллективе необходимо: содействовать взаимодействию учеников разных полов, культурных и социально-экономических характеристик; создавать условия для общения со сверстниками в формальных и неформальных ситуациях; обеспечивать возможности для совершенствования речи; обеспечивать деятельностью, раскрывающей социальные нормы и обычаи различных культур, предлагать развивающую и досуговую деятельность,

соответствующую потребностям современных подростков; предлагать подросткам информацию о нормах и возрастных особенностях взаимоотношений со сверстниками.

В ходе воспитательного взаимодействия учащиеся должны овладевать комплексом поведенческих навыков, обеспечивающих способность к социально адекватному поведению, позволяющих человеку продуктивно взаимодействовать с окружающими и успешно справляться с требованиями и изменениями повседневной жизни. Особое внимание необходимо уделять развитию социальных навыков подростков.

Наиболее эффективными способами формирования успешной социализации и поддержания психологического климата в классе, которые могут использоваться и педагогами, и школьными психологами, являются следующие: с целью формирования позитивного социально-психологического климата, необходимо создать оптимальные условия и цели для организованной работы детей, сообщить и осуществить вместе с ними задачи, одобрять их активность, предприимчивость, творческий подход; на основе общей работы, найти общие интересы детей и тем самым объединить учащихся; на основе общешкольных традиций, сформировать отдельные традиции класса; организовать совместную деятельность класса в свободное время, это может быть поход в кино, театр, музеи и т.п. для каждого ребенка в классе необходимо создать моменты коллективного сопереживания различных моментов жизни класса. Все это зависит от отношения педагога к ученикам класса; одобрять открытость, прислушиваться к мнениям детей и их позиции, включать в жизнь класса моральные и общечеловеческие ценности, разряжать обстановку в классе, быть доброжелательными по отношению к друг другу и приходить к общим решениям проблем; формировать обстановку чувства комфорта детей в общеобразовательной организации, а также отличных отношений между учеником и учителем; развивать взаимные навыки общения, культуры и помощи; развивать чувства сопереживания к членам группы, знание

и умение потребностей в познании иных людей, толерантное отношение к другу другу.

В целом, можно выделить следующие практические рекомендации для подростков: научиться оценивать свои качества в межличностном общении, т.е. подросток должен уметь проявлять эмпатию, стараться предлагать свою помощь другим. Поскольку благоприятная сфера зависит не только от педагогического состава, но и от качества взаимодействия его с другими лицами.

Поскольку интернальность у подростков с низкой социализацией не связана с другими составляющими потребности в общении необходимо развивать саморегуляции коммуникативной активности школьников. Рекомендуется вести дневник. Важно, чтобы у подростка была уверенность в том, что этот дневник никто не прочтет и он сможет выписывать.

Учителям школ можно рекомендовать провести занятие на тему: «Преодоление коммуникативных барьеров в подростковом возрасте», в котором обратить внимание на специфику общения в подростковом возрасте. Так же стараться помогать преодолевать при обнаружении эти барьеры. Игнорирование закрытости подростка лишь увеличивает замкнутость подростка в себе и может нанести отпечаток подростка и во взрослой жизни.

Для психолога школы целесообразно: подросткам с формальным типом в связи с предпочтением общения со взрослыми развивать навыки общения со сверстниками при помощи тренингов общения, ролевых игр, в которых активную позицию будут занимать подростки с низкой степенью социализации; подросткам с низкой социализацией в группе сверстников характерен узкий круг общения, проявление скованности в общении. поэтому в целях преодоления коммуникативных барьеров рекомендуется проводить индивидуальные беседы. Важно показывать ребенку, что вы расположены к взаимодействию и помощи, по возможности показывать эмпатию к подростку. также рекомендуются индивидуальные беседы, консультации по обучению

адекватно оценивать свои качества в межличностном общении. Важно проводить все комплексно, тогда результативность проведенных мероприятий будет в разы выше.

Психолог должен в своей деятельности направленной на повышение социальной приспособленности личности учащихся и улучшения межличностных отношений в ученических коллективах системно использовать комплексную психологическую диагностику и активные методы социально-психологического воздействия, в частности проводить специально подготовленные социально-психологические тренинги.

Применение данных рекомендаций, особенно в условиях пандемии создает эффективные предпосылки для успешной социализации личности учащихся, снижает риски дезадаптационных проявлений и формирует благоприятный психологический климат в учебных группах.

#### **Литература:**

1. Гриценко В.В., Резник А.Д., Константинов В.В. и др. Страх перед коронавирусом заболеванием (COVID-19) и базисные убеждения личности [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2020. Том 9. № 2. С. 99-118. DOI: 10.17759/cpse.2020090205
2. Gritsenko V., Skugarevsky O., Konstantinov V., et al. COVID 19 Fear, Stress, Anxiety and Substance Use among Russian and Belarusian University Students [Электронный ресурс] // International Journal of Mental Health and Addiction. 2020. May. P. 1-7. 10.1007/s11469-020-00330-z (дата обращения 04.07.2021). DOI: 10.1007/s11469-020-00330-z
3. Шамионов Р.М. Принцип диахронии в исследовании социализации личности//Изв. Саратов. ун-та. Новая сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2013. Т. 13, вып. 1. С. 79-84.
4. Шамионов Р.М. Социальная активность молодежи: системно-диахронический подход // Российский психологический журнал. 2019. № 1 (16). С. 166-188.

5. Константинов В.В., Копылова Л.Е. Особенности психологического сопровождения учащихся в процессе их школьной адаптации //Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. - 2014. - № 1. - С. 100-105.
6. Гриценко, В.В., Константинов В.В. Тренинг оптимизации процесса социально-психологической адаптации вынужденных мигрантов. Учебно-методическое пособие. Балашов: Изд-во "Николаев", 2004. - 56 с.
7. Галаев С.В., Александрова Н.А., Букушева А.В. Организация самостоятельной работы при ДО // Высшее образование в России. – 2007. - №10. – С. 141-144.
8. Галаев С.В. Мотивация профессионального развития будущих педагогов-психологов в условиях информатизации образования // Известия Саратовского университета. Новая серия, 2008. – Т.8.- Серия Психология. Педагогика. – Вып. 2. – С. 72-76.
9. Малышев И.В. Особенности социальной приспособленности личности студентов вуза в условиях пандемии COVID-19 // Актуальные проблемы исследования массового сознания: материалы 6-й Международной научно-практической конференции. Отв. ред. В.В. Константинов. Москва, 2021. С.218-224.

#### **References:**

- 1.Gricenko V.V., Reznik A.D., Konstantinov V.V. i dr. Strah pered koronavirusnym zabolevaniem (COVID-19) i bazisnye ubezhdenija lichnosti [Jelektronnyj resurs] // Klinicheskaja i special'naja psihologija. 2020. V. 9. N. 2. P. 99-118. DOI: 10.17759/cpse.2020090205
- 2.Gritsenko V., Skugarevsky O., Konstantinov V., et al. COVID 19 Fear, Stress, Anxiety and Substance Use among Russian and Belarusian University Students [Jelektronnyj resurs] // International Journal of Mental Health and Addiction. 2020.

- May. P. 1-7. 10.1007/s11469-020-00330-z (data obrashhenija 04.07.2021). DOI: 10.1007/s11469-020-00330-z
- 3..Shamionov R.M. Princip diahronii v issledovanii socializacii lichnosti//Izv. Sarat. un-ta. Novaja ser. Ser. Filosofija. Psihologija. Pedagogika. 2013. V. 13, iss. 1. P. 79-84.
- 4.Shamionov R. M. Social'naja aktivnost' molodezhi: sistemno-diahronicheskij podhod // Rossijskij psihologicheskij zhurnal. 2019. № 1 (16). P. 166-188.
- 5.Konstantinov V. V., Kopylova L. E. Osobennosti psihologicheskogo soprovozhdenija uchashhihsja v processe ih shkol'noj adaptacii //Aktual'nye problemy i perspektivy razvitija sovremennoj psihologii. - 2014. - N. 1. - P. 100-105.
- 6.Gricenko, V.V., Konstantinov V.V. Trening optimizacii processa social'no-psihologicheskoy adaptacii vyzhdennyh migrantov. Uchebno-metodicheskoe posobie. Balashov: Izd-vo "Nikolaev", 2004. - 56 p.
- 7.Galaev S.V., Aleksandrova N.A., Bukusheva A.V. Organizacija samostojatel'noj raboty pri DO // Vysshee obrazovanie v Rossii. – 2007. - N. 10. – P. 141-144.
- 8.Galaev S.V. Motivacija professional'nogo razvitija budushhih pedagogov-psihologov v uslovijah informatizacii obrazovanija // Izvestija Saratovskogo universiteta. Novaja serija, 2008. – V.8.- Serija Psihologija. Pedagogika. – iss. 2. – P. 72-76.
9. Maly`shev I.V. Osobennosti social`noj prisposoblennosti lichnosti studentov vuza v usloviyax pandemii COVID-19 // Aktual`ny`e problemy` issledovaniya massovogo soznaniya: materialy` 6-j Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Otv. red. V.V. Konstantinov. Moskva, 2021. S. 218-224.