

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ  
И СТРАТЕГИЙ ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ  
В УСЛОВИЯХ ШКОЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента (ки) 4 курса 442 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**ФАТУЛЛАЕВОЙ САХИБЫ САХИБ КЫЗЫ**

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент

\_\_\_\_\_

Е.Е. Бочарова

Зав. кафедрой  
доктор психол. наук, профессор

\_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов 2026

**Введение.** Подростковый возраст традиционно рассматривается как кризисный этап развития личности, психологическими маркерами которого являются эмоциональная нестабильность, конфликтность, потребность в самоутверждении среди сверстников и самоопределении. Эффективная социально-психологическая адаптация подростка к школьной среде становится важнейшим условием успешного прохождения данного этапа взросления и дальнейшего личностного роста.

В данном контексте необходимо отметить, что современное образование предъявляет повышенные требования к психологическим ресурсам учащихся, поскольку наряду с традиционными академическими задачами перед ними стоят новые социальные ожидания, такие как развитие самостоятельности, инициативности, умения проектировать свое профессиональное будущее, справляться с трудностями и стрессовыми ситуациями. Это обуславливает необходимость изучения стратегий преодолевающего поведения, способствующих адаптивному функционированию подростка в школьной среде.

**Объект исследования** – личность подростка.

**Предмет исследования** – взаимосвязь социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков в условиях школьного обучения.

**Цель исследования** – изучение взаимосвязи социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков в условиях школьного обучения.

**Гипотеза исследования:** существует взаимосвязь показателей социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков в условиях школьного обучения.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать отечественные и зарубежные подходы к изучению социально-психологической адаптации, преодолевающего

поведения, социальной ситуации развития и индивидуально-психологических особенностей личности в подростковом возрасте.

2. Изучить выраженность параметров социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков.

3. Выявить взаимосвязь социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков в условиях школьного обучения.

4. Разработка рекомендаций подросткам, направленных на повышение их социально-психологической адаптации и развитие конструктивных стратегий преодолевающего поведения.

#### **Методы исследования:**

1. Методы теоретического исследования: формально-логический анализ различных аспектов проблемы исследования, общелогические методы исследования (анализ, синтез).

2. Методы эмпирического исследования: методы сбора (анкетирование, психологическое тестирование) и обработки данных (математические методы статистической обработки данных).

Психодиагностическое тестирование подростков проведено с использованием следующих методик исследования: «Тест социально-психологической адаптации» К. Роджерса, Р. Даймонд в адаптации А.М. Прихожан [52]; «Опросник социальной адаптивности личности» О.Г. Посыпанова (модификация «Шкалы самомониторинга» М. Снайдера) [49]; «Утрехтская шкала проактивной копинг-компетентности» К. Бодэ и коллег в адаптации А.А. Бехтер [5]; опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» С. Хобфолла и др. в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой [10].

В качестве математических методов обработки статистических данных использовались одновыборочный критерий Колмогорова–Смирнова, коэффициент ранговой корреляции Кендалла [39]. Статистические расчеты реализованы на базе статистической программы IBM SPSS Statistics, v. 27.

**Эмпирическая база.** Исследование было проведено на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2 с. Александров-Гай Александрово-Гайского муниципального района Саратовской области». В исследовании приняли участие 59 испытуемых (32 человека женского пола, 27 человек мужского пола) в возрасте от 12 до 17 лет.

В соответствии с периодизацией психического развития Д.Б. Эльконина в изучаемой нами выборке можно выделить две группы:

- 1) лиц младшего подросткового возраста (12–14 лет; 28 испытуемых),
- 2) лиц старшего подросткового возраста (15–17 лет; 31 человек) [60].

На основании теоретического анализа научной литературы, проведенного в рамках **Главы 1 «Теоретические основания изучения социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков в условиях школьного обучения в отечественной и зарубежной психологии»**, можно сформулировать следующие выводы:

1. Социально-психологическая адаптация представляет собой сложный, динамический процесс активного взаимодействия личности и социальной среды, направленный на достижение оптимального соответствия между ними. Установлена содержательная дифференциация ключевых понятий в данной предметной области: адаптация (процесс), адаптированность (результат) и адаптационный потенциал (интегративная характеристика личностных ресурсов).

2. Учебная деятельность в подростковом возрасте является одним из основных источников повседневного стресса. Так, стресс различной степени интенсивности может быть вызван адаптацией к новым социальным и академическим условиям, например, ситуациям оценивания и изменяющимся межличностным отношениям со сверстниками (которые приобретают более доверительный и интимно-личностный характер). Психологический стресс в данном контексте играет амбивалентную роль: выступая как дистресс, он

может приводить к дезадаптации личности, а как эустресс – выполнять мобилизующую функцию.

3. Преодолевающее поведение (копинг) представляет собой осознанные когнитивные и поведенческие усилия личности, направленные на управление стрессовой ситуацией. Теоретической основой его изучения выступает транзакционная модель (Р. Лазарус, С. Фолкман), в рамках которой особое значение имеет первичная и вторичная оценка ситуации субъектом, определяющая выбор проблемно-ориентированных или эмоционально-ориентированных стратегий преодоления стрессовой ситуации.

4. Подростковый возраст представляет собой переломный, кризисный период развития, характеризующийся глубокими качественными трансформациями в самосознании, системе социальных отношений и мотивационно-потребностной сфере личности. Центральными психологическими задачами данного возрастного этапа выступают формирование идентичности, сепарация от родительской семьи и построение интимно-личностных отношений со сверстниками как ведущей деятельности.

По результатам эмпирического исследования, проведенного в рамках **Главы 2 «Эмпирическое исследование взаимосвязи социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков в условиях школьного обучения»**, можно сформулировать следующие выводы:

1. Подтверждена выдвинутая нами гипотеза исследования о наличии значимых взаимосвязей показателей социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения у подростков в условиях школьного обучения. Однако характер и направленность этих взаимосвязей существенно различаются у младших (12–14 лет) и старших (15–17 лет) подростков, что обусловлено возрастной спецификой их социальной ситуации развития, ведущей деятельности и психических новообразований.

2. У младших подростков выявлено 9 статистически значимых корреляционных взаимосвязей. Ключевыми из них являются: обратная связь между «принятием себя» и «ассертивными действиями», что может свидетельствовать о компенсаторном характере ассертивности при низком самопринятии; прямая связь «эскапизма» с «осторожными действиями», отражающая общий пассивно-избегающий стиль совладания; а также прямая связь «адаптивности» с «пониманием ограничений», указывающая на важность реалистичной самооценки для общей адаптированности подростков.

3. У старших подростков обнаружено 11 статистически значимых взаимосвязей показателей социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения, складывающихся в сложную и противоречивую картину. В отличие от младших подростков, у старших подростков «позитивное самопринятие» прямо связано с «ассертивными действиями», что отражает больший уровень личностной зрелости. На первый взгляд, парадоксальными являются полученные прямые связи «адаптивности» с «избеганием» и «внутреннего контроля» с «асоциальными действиями», которые могут интерпретироваться как проявления избирательности и стратегического прагматизма в совладании с проблемными ситуациями.

4. На основании выявленных в эмпирическом исследовании закономерностей разработаны психологические рекомендации, направленные на повышение социально-психологической адаптации и развитие адаптивных стратегий преодолевающего поведения у младших и старших подростков.

**Заключение.** Настоящее исследование было направлено на изучение взаимосвязи показателей социально-психологической адаптации и стратегий преодолевающего поведения подростков в условиях школьного обучения.

По результатам проведенного нами эмпирического исследования 59 младших и старших подростков можно заключить, что выдвинутая гипотеза

нашла свое подтверждение. Так, существуют значимые взаимосвязи между показателями социально-психологической адаптации и стратегиями преодолевающего поведения, однако их характер является возрастнo-специфическим и зачастую противоречивым. Это свидетельствует о сложной, нелинейной природе изучаемого феномена.

На основании результатов исследования нами был разработан комплекс психологических рекомендаций, сгруппированных по возрастным группам и ключевым мишеням воздействия (самоотношение, избегающее поведение, рефлексия, стратегическое планирование).

Ограничения данного исследования связаны с объемом и составом выборки (59 человек из одной школы), что не позволяет в полной мере экстраполировать результаты исследования на всю подростковую популяцию. Кроме того, использованный нами в рамках обработки данных корреляционный анализ выявляет линейные связи переменных, но не позволяет устанавливать причинно-следственные отношения психологических конструкторов.

Перспективы развития настоящего исследования могут заключаться в лонгитюдном изучении динамики взаимосвязи социально-психологической адаптации и преодолевающего поведения у подростков, в качественном анализе содержания «парадоксальных», не согласующихся с нашими ожиданиями корреляций (например, с помощью использования иных методов сбора данных – глубинного интервью, анализа ассоциаций и др.), а также в разработке и апробации психолого-педагогических программ, направленных на повышение социально-психологической адаптации младших и старших подростков и развитие у них адаптивных стратегий преодолевающего поведения.