

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ ТА САМОСПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ

Вікторія СКРИПНИК

Copyright © 2005

Сутнісний зміст: подані результати теоретико-експериментального вивчення процесу соціально-психологічної адаптації першокурсників вищих цивільних і військових навчальних закладів; обґрунтовані психологічні чинники та особливості дезадаптації студентів-інвалідів і курсантів ВВНЗів.

Ключові слова: *соціально-психологічна адаптація, студенти, фрустрація, фактори дезадаптації.*

Постановка проблеми. 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. Нині, згідно з Болонською конвенцією, здійснюється перехід на новітні моделі навчання, істотно змінюються навчальні плани, форми організації занять, критерії оцінювання знань, впроваджуються нові педагогічні технології та стандарти освіти. Основний вид діяльності студента – професійне навчання, стає більш складним за формами та змістом, а тому підвищує вимоги до особистості. В контексті розгортання цієї

тенденції для останньої психологічно важливо піти шляхом адекватної самозміни, саморозвитку та когнітивної самореалізації.

Спроможність адаптуватися, долати труднощі, віднайти своє місце у життєвому просторі є вирішальним чинником вдалого розвитку молоді людини, а в майбутньому – фахівця з вищою освітою. Як засвідчив проведений нами аналіз стану справ у ВНЗ, процес навчання першокурсників налагоджується не просто, характеризується великою динамічністю психічних процесів і станів, які зумовлені зміною соціального довкілля. Зокрема, вступ до навчального закладу у значній частині молоді супроводжується дезадаптацією, що спричинена новизною студентського статусу, відсутністю референтної групи, підвищеними вимогами з боку професорсько-викладацького складу, напруженістю та жорстким режимом навчання, збільшенням обсягу самостійної роботи і самовідповідальності загалом. Усе це вимагає від першокурсника значної мобілізації своїх можливостей для успішного входження в нове оточення та якісно інший ритм життєдіяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з даної проблеми. Актуальним проблемам соціально-психологічної адап-

тації молоді до нових умов життєдіяльності та взаємин у соціальній групі присвячені праці вітчизняних (В.Л. Кікоть, В.А. Петровський, О.В. Симоненко, Т.В. Середа, О.І. Гончаров, А.Д. Ерднієв, М.І. Лісіна, А.В. Фурман) та зарубіжних учених (Е. Еріксон, Д. Клаузен, З. Фройд та ін.). В окремих психологічних дослідженнях вирішуються завдання адаптації молоді до навчання у вищих навчальних закладах (О.І. Борисенко, А.В. Захарова, В.А. Кан-Калік, М.В. Левченко, О.Г. Мороз, В.С. Штифурак та ін.). Увага дослідників в основному зосереджується на вивченні різноманітних факторів, у тому числі й особистісних властивостей, які спричинюють процес дезадаптації першокурсників.

Під *соціально-психологічною адаптацією* більшість учених розуміють пристосування індивіда до нових умов соціального довкілля та його результат. Уміння адаптуватися за різних обставин характеризує процес становлення і розвитку особистості, її професійного зростання. У випадку ж її дезадаптації порушується не лише особистісно-професійний розвиток, а й знижуються психофізіологічні можливості організму, уможливаються розлади здоров'я [5; 7; 8].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується стаття. Особливу вагомість адаптаційні процеси набувають за умов зміни середовища життєдіяльності, що найперше на початкових етапах навчання юнаків і дівчат у ВНЗ. Вони вимагають від молоді людини активації механізмів адаптації і часто призводять до стану психологічного перенапруження. Так, доведено, що формування нового стереотипу поведінки упродовж першого року навчання призводить до дезадаптаційного синдрому в 35–40% першокурсників [1]. Будь-які істотні зміни в навчальному процесі, особливо несподівані, можуть ускладнити і без того непрості механізми пристосування. Тут істотний вплив на перебіг процесів соціально-психологічної

адаптації студентів мають такі чинники, як ставлення до обраного фаху, професійне спрямування, особистісне самовизначення, система ціннісних орієнтацій, індивідуально-типологічні особливості, ґрунтовність привласнених кожним соціальних норм тощо.

Виклад основного матеріалу дослідження. Адаптація студентів до навчальної діяльності обіймає вплив як суб'єктивних, так і об'єктивних чинників, до яких відносяться зміст та організація навчального процесу у ВНЗ [7]. Особливої уваги тут потребують студенти-першокурсники, оскільки звична для них організаційна модель навчання сутнісно відрізняється від навчання у вищій школі. Зокрема, в останньому випадку характерні висока інтенсивність розумової праці, більший обсяг теоретичних знань, нерівномірність академічного навантаження, яка досягає свого апогею у період сесії. Розбіжності зумовлені й відмінностями щодо циклу навчальних дисциплін, що вивчаються у ВНЗ, появою профільних предметів, з якими студент пов'язує свою майбутню професійну діяльність.

Студенту-першокурснику доводиться пристосовуватися до нових вимог, які ставить перед ним вища школа і водночас до нових соціальних обставин спілкування з ровесниками та педагогами, форм і методів навчання (самостійної роботи, групових форм взаємодії та ін.) та побуту (відсутність звичного родинного кола, матеріальні труднощі, складність проживання в гуртожитку тощо) [7]. Для навчального процесу першокурсників характерні інтенсивне розумове навантаження, сприйняття великого інформаційного потоку, високе емоційне напруження, чітка регламентація праці і відпочинку. Період навчання у ВНЗ імовірно є дуже важливим періодом онтогенезу індивіда, коли відбувається його стрімке особистісне зростання, закладаються основи майбутньої дорослості. В цьому віці актуалізується перебіг низки спе-

цифічних процесів, а саме: а) професійного самовизначення і пов'язаного з ним розвитку професійно значущих якостей; б) особистісного самовизначення, котре центрується довкола системи персоніфікованих ціннісних орієнтацій; в) власне психологічної адаптованості як внутрішнього прийняття-привласнення суспільно прийнятних соціальних норм і цінностей.

Вищезазначені процеси, крім позитивного впливу на розвиток особистості, все ж утримують *суб'єктивні чинники*, які негативно позначаються на процесах соціально-психологічної адаптації першокурсників ВНЗ, а саме:

1) недостатній рівень їхньої підготовки за шкільними навчальними програмами, ігнорування ними окремими предметами навчального плану середньої школи;

2) несформовані навички навчально-пізнавальної роботи, недостатній розвиток словесно-логічного мислення;

3) характерна для більшості учнів середньої школи пасивність, відсутність самостійності у розв'язанні проблем і вирішенні завдань;

4) невисокий рівень їхньої соціальної культури, вихованості, інтелігентності;

5) недостатньо осмислена установка на оволодіння професією;

6) невпевненість у власній спроможності ефективно організувати своє навчання і життя.

Наші пропедевтичні дослідження дають змогу констатувати, що психодіагностика адаптаційних можливостей студентів першого року навчання дуже важлива, тому що дезадаптація може позначитися погіршенням роботи пізнавальної сфери (зосередження уваги, пам'яті, мовлення), змінами в емоційно-почуттєвій сфері (поява тривоги, поганого настрою, невпевненості у собі, страху, неадекватності самоприйняття і самооцінки, неприйняття інших людей тощо). Це підтверджують також результати досліджень інших учених [3; 7]. Водночас донині відсутні порівняльні дослідження особливостей соціально-

психологічної адаптації першокурсників за критерієм різного стану здоров'я, скажімо, тих, хто навчається у цивільних навчальних закладах, і тих, хто оволодіває професією у військових закладах.

Зважаючи на це, нами за **мету** поставлено *завдання психологічного пізнання соціально-психологічної адаптації студентів першокурсників з вадами здоров'я, студентів норми та курсантів вищих військових навчальних закладів (ВВНЗ)*. І це, сподіваємося, зрозуміло чому: саме у зазначених категорій молоді недостатньо вивчені чинники дезадаптації, психологічні особливості процесу їх соціалізації у ВНЗ. На нашу думку, першокурсники з вадами здоров'я та курсанти ВВНЗ потрапляють в особливі, більш екстремальні, ніж студенти норми, умови навчальної діяльності (різкий відрив від близьких людей, відсутність необхідної підтримки, низка матеріальних, моральних та інших обмежень, більш чітка регламентація життєдіяльності, режим дня, значні фізичні, інтелектуальні, емоційні перевантаження тощо). У ситуації таких об'єктивних змін ускладнюється індивідуальний процес адаптування, що призводить до посилення фрустраційних проявів, котрі негативно впливають не лише на результативність навчальної діяльності, а й на становлення особистісних характеристик виняткового студента [3].

Особливою екстремальністю, напруженістю, на наше переконання, характеризується навчальна діяльність студентів з особливими потребами (тих, які мають хронічні захворювання, або групу інвалідності) та курсантів першого курсу ВВНЗ. Для перших вона проходить переважно за відсутності безпосередньої допомоги близьких людей, контактів з ними. Тому звичні для інших студентів навантаження є для них надмірними, причому на тлі утрудненого міжособистісного спілкування. До того ж не всі викладачі ВНЗ знають, як психологічно грамотно будувати зі студентами, котрі

мають вади здоров'я, свої формальні та неформальні взаємостосунки, а відтак часто припускаються помилок, виявляють свою психологічну неграмотність.

Водночас екстремальний відтінок власний і навчально-виховній діяльності у системі ВВНЗ, адже вона проходить за умов цілої низки обмежень – просторових (казарма, розташування частини), часових (чіткий розпорядок дня, сувора регламентація і статутні вимоги), матеріальних (менші можливості для реалізації власних потреб тощо). Ось чому в курсантів-першокурсників ВВНЗ виявлена певна подібність труднощів із труднощами першокурсників-інвалідів та студентів із хронічними захворюваннями. Вкажемо на основні:

1. Має місце майже повний відрив від близьких людей (батьків, рідних), а тому відсутня з їхнього боку звична фізична, матеріальна та інша підтримка чи допомога.

2. Наявна висока тривожність, фрустраційність, котрі виявляються у ситуаціях просторових і часових обмежень, моральних деформацій, особливо у курсантів ВВНЗ (приниження окремими командирами їхньої гідності, несправедливі нарікання, оцінки), певних житлових та побутових незручностей.

3. Буденна життєдіяльність відбувається з дещо більшими, ніж раніше навантаженнями – фізичними, інтелектуальними, емоційними, соціальними, морально-етичними.

4. Труднощі пов'язані головно через нерозуміння проблем студентів-першокурсників, їхніх психодуховних станів іншими людьми (командирами, педагогами, ровесниками).

5. Часто першокурсники обох груп не можуть впоратися із завданнями, які є значущим як для них, так і для групи в цілому, а тому потрапляють у критичні ситуації, котрі важко долаються.

Проблеми соціально-психологічної адаптації аналізованих категорій молоді, окрім того, посилюються такими чинни-

ками: а) складністю сприйняття та опрацювання у відносно короткі терміни великої кількості інформації, її впорядкування та систематизації, тобто високою інформаційною насиченістю занять та динамічністю студентської (курсантської) життєдіяльності; б) більш жорсткими приписами щодо діяльності, поведінки, чітким режимом дня, що особливо характерно для курсантів ВВНЗ; в) відсутністю у першокурсників необхідних навичок з подолання подібних труднощів; г) недостатньою допомогою їм з боку професорсько-викладацького складу, командирів, кураторів, інших осіб.

Все зазначене сприяло тому, що нами були обрані для вивчення першокурсники в їх центральному аспекті – особливостей перебігу процесу соціально-психологічної адаптації. Обстеженню підлягали студенти Вінницького соціально-економічного інституту Відкритого міжнародного університету розвитку людини “Україна” (ВМУРоЛ “Україна”) та курсанти Національної академії Державної прикордонної служби України (НАДПСУ). Всі вони умовно поділені нами на три групи: 1) курсанти ВВНЗ; 2) студенти з хронічними захворюваннями та ті, котрі мають групу інвалідності; 3) студенти норми (контрольна група). Кожна група нараховувала по 80 осіб, серед яких були в рівній кількості представники міського та сільського населення. У ролі методів дослідження використовувалися спостереження, бесіди, тестування, анкетування, а також методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда, що дозволяє виявляти рівень адаптованості вищеозначених категорій молоді та чинники, які на неї впливають, методика розпізнавання соціальної фрустрованості Л.І. Вассермана та інші. Крім того, нами була розроблена спеціальна анкета з вивченням особливостей соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників. З її допомогою проведено анкетування, в якому врахову-

валися наступні показники: вік студента (курсанта), місце проживання до вступу у ВНЗ (місто, село), склад сім'ї (повна, неповна), стан здоров'я (наявність хронічних захворювань, групи інвалідності), матеріально-побутові труднощі, які виникли після вступу до ВНЗ, утруднення першого року навчання (непорозуміння у спілкуванні з викладачами та студентами; незмога належним чином опрацювати навчальний матеріал; великі фізичні навантаження, нестача часу для відпочинку та неформального спілкування з ровесниками; неспроможність виконати всі вимоги ВНЗ та ін.). Попередньо виділені окремі фактори, котрі однаково негативно впливають на життєдіяльність курсантів Національної академії Державної прикордонної служби України та студентів ВСЕІ ВМУРОЛ "Україна", які мають хронічні захворювання та групу інвалідності. На можливу дезадаптацію вказували також висловлювання студентів про новий колектив, розгубленість, відчуття невпевненості, тривожності, труднощі у спілкуванні, негативізм до деяких одногрупників, нездатність повністю долучитися до навчальної діяльності тощо. Проте завданням дослідження було більш ґрунтовне вивчення тих чинників, які негативно позначаються на процесах соціально-психологічної адаптації першокурсників.

У процесі експерименту нами проаналізовані особливості самосприйняття першокурсників, прийняття інших людей, емоційна комфортність, інтерналь-

ність, прагнення до домінування. Результати дослідження наведені у **табл. 1**. Тому охарактеризуємо показники, подані у цій таблиці.

S – *самосприйняття* – це процес орієнтації людини у своєму внутрішньому світі в результаті самопізнання і порівняння себе з іншими. Він відіграє вирішальну роль у формуванні адекватної самооцінки, яка є істотним підґрунтям адаптованості особистості. Вкрай занижена самооцінка призводить до фрустрації, страху перед можливими життєвими труднощами, емоційних реакцій на зауваження, утворення "комплексу неповноцінності", розвитку емоційних станів з високим рівнем особистісної та реактивної тривожності. Висока самооцінка, як не парадоксально, також спричиняє порушення адаптаційних процесів, що проявляється у фрустрації, високому рівні тривожності, травмувальному незадоволенні потреб. Унаслідок цього такі особистості є неадаптованими, причому тим більше, якщо вони не змогли досягти самовизначення, стати лідерами у своїх соціальних групах, утвердити свою індивідуальність. Отож самооцінка істотно впливає на прийняття (неприйняття) особистістю реального соціального довкілля.

L – *прийняття (неприйняття) інших людей* – це показник, що відіграє вагомую роль у налагодженні успішної соціально-психологічної адаптації людини, котра демонструє свої відносини з оточуючими. Неприйняття свого суб'єктивного довкілля може призвести до деві-

Таблиця 1

Показники дезадаптації студентів-першокурсників

Категорія першокурсників	Порушення адаптації (у %)	S (у %)	L (у %)	E (у %)	I (у %)	d (у %)
I. Курсанти	50	89	76,9	88,5	90	70
II. Студенти-інваліди	62,5	90,5	63,7	84,8	81,8	60,2
III. Студенти норми	40	66	56	59,5	64,5	49,8

антної адаптації, тобто до асоціального задоволення потреб особистості в даній групі або соціальному середовищі.

Е – *емоційна комфортність* – характеристика, яка свідчить про спокійний, оптимістичний, врівноважений стан особистості, відсутність страху, неспокою, тривоги. У цьому стані людина всім задоволена, оптимістично налаштована, відкрито виражає свої почуття.

І – *інтернальність* – це схильність індивіда до визначеної форми локусу контролю, відчуття контролю над своїм життям. При інтернальності особистість всю відповідальність за події, які виникають у її житті, здебільшого приймає на себе, пояснюючи їх своєю поведінкою, своїм характером, здібностями. Високий показник за цією шкалою відповідає високому рівню суб'єктивного контролю над будь-якими значущими ситуаціями, низький, навпаки, свідчить про занижений самоконтроль; звідси певне гальмування поведінкових дій у загальному контексті адаптації.

Д – *прагнення домінувати* – показник, що характеризує тенденцію особистості виявляти контроль над поведінкою інших членів соціальної групи, приймати на себе роль лідера у соціальній взаємодії.

Аналіз отриманих в експерименті результатів показує, що найбільші труднощі у соціально-психологічній адаптації до навчання відчувають студенти першого курсу з хронічними захворюваннями та інваліди. Це відбувається через високий рівень самосприйняття і неприйняття інших членів студентської групи, емоційний дискомфорт та інтернальність. Подібне призводить до появи і розвитку у зазначеної категорії першокурсників негативних психічних проявів (високого психологічного напруження, стресу, психічних зривів, шоку, паніки та ін.), внутрішнього дискомфорту і нестабільності перебігу психічних процесів (страхів, депресій, фрустрацій тощо).

У групі курсантів НАДПСУ причинами порушення процесу адаптації є

високе самосприйняття, підвищений рівень неприйняття інших членів групи, всеохватне прагнення до домінування, інтернальності, що призводить також до фрустрації, тривожності, високого рівня незадоволення потреб, конфронтації з навколишніми.

За допомогою методики діагностування рівня соціальної фрустрованості Л.І. Вассермана (модифікація В. Бойко) був зафіксований ступінь незадоволення соціальними досягненнями в головних аспектах життєдіяльності студентів різних ВНЗ. При проведенні тестування першокурсників з хронічними захворюваннями, курсантів НАДПСУ та студентів норми був визначений середній індекс рівня соціальної фрустрованості. Результати дослідження (*табл. 2.*) вказують на те, що у студентів-першокурсників, які страждають хронічними захворюваннями або мають групу інвалідності, порівняно з фізично здоровими однолітками, виявлено значно вищий індекс соціальної фрустрації (кожен третій має дуже високий її рівень). На нашу думку, це зумовлено екстремальністю умов їхньої життєдіяльності у ВНЗ. Водночас у більшості курсантів-першокурсників НАДПСУ спостерігається підвищений рівень фрустрації, який спричинений дисциплінарним середовищем їхнього освітнього проживання у ВВНЗ.

ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК

1. Соціально-психологічна адаптація у першокурсників з вадами здоров'я та курсантів ВНЗ є складним психодинамічним процесом, який негативно позначається на їхньому здоров'ї, успішності навчання та організації розумової діяльності.

2. Потребує конструктивної переоцінки з боку викладачів, офіцерів перебіг процесів адаптації першокурсників до нової, більш екстремальної освітньої діяльності, оволодіння навичками на-

Таблиця 2

Особливості соціальної фрустрованості першокурсників

Категорія першокурсників	Рівні фрустрації						
	Відсутня фрустрація 0-0,5	Дуже низький рівень 0,5-1,4	Занижений рівень 1,5-1,9	Невизначений рівень фрустрації 2,0-2,4	Помірний рівень 2,5-2,9	Підвищений рівень 3,0-3,4	Дуже високий рівень 3,5-4
Студенти-інваліди (у %)	-	-	2	19	28,6	15,9	34,5
Курсанти (у %)	-	8,3	16,7	19,7	23,3	27,6	4,42
Студенти контрольної групи (у %)	0,8	1,9	14,3	23	60,0	-	-

дання їм психологічної допомоги та психологічного супроводу з першого до останнього курсу навчання.

3. Знизити рівень дезадаптації першокурсників за особливих умов навчання можна шляхом розробки спеціальної програми, що має передбачати комплекс заходів з психодіагностики та психокорекції особистісного розвитку першокурсників.

4. У подальшому винятково важливо впровадити цілісні програми психокорекції самооцінки студентів, розвитку у них позитивного саморозуміння і самоприйняття з допомогою методів психологічного консультування, тренінгу та інших.

1. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами // Тези доповідей. – К.: ВМУРоЛ “Україна”, 2003. – 175 с.

2. Александровский Ю.А. Состояние психической дезадаптации и их компенсация. – М.: Медицина, 1976. – 86 с.

3. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 48–56.

4. Глушакова С.М. Критерии социально-психологической адаптации студентов в вузе. – Новосибирск: Знание, 1988. – 140 с.

5. Зотова О.И., Кряжева И.К. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности. – М.: Высшая школа, 1979. – 76 с.

6. Левківська Г.П., Сорочинська В.С., Штифурак В.С. Адаптація першокурсників в умовах вищих закладів освіти. – К.: Вища школа, 2001. – 168 с.

7. Макаренко Н.В., Вороновская В.И., Панченко В.М. Связь индивидуальных психофизиологических свойств с успешностью обучения в вузе // Психол. журнал. – 1991. – Т.12, № 6. – С. 98–104.

8. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности (формы, механизмы, стратегии). – Ереван: Издательство АН Армянской ССР, 1988. – 280 с.

9. Педагогические проблемы адаптации студенчества. Пед. высш. шк. / Под редакцией Бабанского Ю.К. – Ростов: Знание, 1982. – 246 с.

10. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості. – Тернопіль: Економічна думка, 2000. – 187 с.

Надійшла до редакції 20.01.2005.