

В.А. Швецова

*кандидат психологических наук, доцент,
НИУ «БелГУ»
(г. Белгород)*

**ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ И ПОВЫШЕНИЯ ИХ АДАПТАЦИОННОГО
ПОТЕНЦИАЛА В УСЛОВИЯХ СИСТЕМЫ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

Проблема адаптации студентов к процессу обучения в условиях модернизации системы высшего образования представляет постоянный практический интерес, поскольку ее решение определяет успешность профессионализации личности на этапе обучения в вузе.

В отечественной психологической науке имеются значительные успехи в разработке данной проблемы в контексте изучения влияния системы ценностей личности на процесс приспособления к социальной среде (В.Г. Агеев, А.Г. Асмолов, Б.И. Донцов, А.И. Донцов, В.А.

Ядов и др.). Также проблема адаптации рассматривается в тесной связи с изучением условий проявления и развития творческого потенциала личности (Ю.К. Бабанский, А.А. Деркач, И.А. Зимняя, Я. А. Пономарев, И.Н. Семенов и др.). Кроме того, она связана и с проблемой формирования смысло-ориентирующих систем личности (В.В. Знаков, В.П. Козловский, Р.Р. Каракозов, Т.Г. Стефаненко и др.).

Проблема адаптация личности относится к разряду общепсихологических проблем и рассматривается учеными с различных точек зрения. Обстоятельная концепция адаптации человека разработана в рамках психоаналитического направления (З. Фрейд, А. Адлер, Э. Берн). Эти концепции объединяет трактовка человека как энергетической системы. Задача общества – направить ее в необходимое русло, а индивида- реализовать ее, освободив себя от напряжения неудовлетворенного желания- адаптироваться.

Представители гуманистического направления отмечают, что адаптация личности есть процесс познания смыслов и значений окружающего ее мира, языка социума, в который он включен. В процессе адаптации личность усваивает определенные образцы поведения, у нее формируются смысловые системы. К. Роджерс пишет, что человек движется по пути самореализации, самоактуализации. В центре системы ценностей человека по К. Роджерсу стоит его Я-концепция и он старается поддерживать данную систему. Индивид действует только так, чтобы его поведение соответствовало его Я-концепции [1]. Таким образом, адаптация по К. Роджерсу, не есть простое приспособление к тем условиям, к которым данная личность наиболее склонна, ориентирована. Адаптация имеет место именно там, где Я-концепция индивида найдет поддержку и одобрение, разовьет способности и таланты человека, приведет его к самоактуализации.

А. Маслоу определяет самоактуализацию как полное использование талантов, способностей и возможностей, и представляет самоактуализировавшегося человека «не как обычного человека, которому что-то добавлено, а как обычного человека, у которого ничего не отнято» [4]. Он считает, что именно такая личность является психически здоровой. Личность не должна быть «как все». Ее сущность индивидуальна. Спонтанность и свобода – вот главные черты человека, реализующего свои способности и таланты.

Т. Шибутани рассматривает адаптацию в качестве формы социализации, в процессе которой человек формирует свое знание о культуре данного общества, являющееся продуктом взаимодействия людей [5]. Особое место Т. Шибутани отводит познанию языка группы. Автор отличает понятие приспособленности от понятия адаптация. Адаптация – комбинация приемов, позволяющих справиться с затруднениями. Адаптация есть более фундаментальное решение, хорошо организованные способы, позволяющие человеку справиться с типичными проблемами [5]. Приспособление же относится к тому, как человек приспособливается к требованиям ситуации.

Большой вклад в понимание сути адаптации человека и ее механизмов привнес деятельностный подход, теория коллектива. Источником развития личности становится тип отношений, которые складываются у человека с референтной (значимой для него) группой. Индивид, с одной стороны, характеризуется потребностью быть личностью, т.е. потребностью быть в максимальной степени значимым в жизнедеятельности других людей. С другой стороны, индивид характеризуется и способностью быть личностью, т.е. совокупностью индивидуальных особенностей и средств, позволяющих совершать действия и поступки, направленные на преобразование отношений с окружающими. Возможность реализации данной потребности создает группа высшего уровня развития- коллектив. В нем создаются максимально благоприятные условия для развития каждого человека через достижение общей цели в совместной деятельности.

Процесс развития (социализация) личности в данном контексте представлен процессом ее вхождения в новую социальную среду и интеграции в ней. А.В. Петровский выделяет три основные фазы (этапа) развития личности в относительно стабильной общности [2]. 1. Адаптация - активное усвоение действующих в общности норм и овладение соответствующими формами и средствами общения и деятельности. 2. Индивидуализация - поиск средств и способов для проявления своей индивидуальности, ее фиксации. 3. Интеграция

- складывающиеся у индивида новообразования, которые отвечают необходимости и потребности группового развития и собственным потребностям индивида осуществить значимый вклад в жизнь группы. Индивид начинает трансформировать групповые взаимодействия.

Таким образом, в отечественной трактовке (по А.В. Петровскому) адаптация - первый и закономерный этап «вхождения» индивида в общность. Как сферы адаптации обозначается деятельность, доминирующая в данной общности, и соответствующие формы общения. Следовательно, индивиду необходимо усвоить все аспекты деятельности (мотивы, цели, смыслы, действия, контроль т.д.) и общения (как официальные, так и неофициальные).

Социально-психологическая адаптация студентов в отечественной психологической науке рассматривается в контексте процесса профессионального становления личности на этапе профессионального обучения (Е. А. Климов, И.В. Кузьмина, Л.К. Маркова, Т.В. Кудрявцев) [6, 7]. Основная цель адаптации при этом заключается в усвоении студентами основных форм и содержания учебно-профессиональной деятельности и общения (в соответствии с требованиями работы на лекционных, практических, лабораторных занятиях, научно-исследовательских курсовых работ студентов, различных видов производственной практики) по дисциплинам специализации, предметам общепрофессионального цикла и т.д . Степень усвоения, воспроизведения и соответствия этим требованиям отражает степень адаптированности или дезадаптированности личности студента.

Исследования процессуальной стороны адаптации личности подтверждает, что она имеет уровневые особенности, а динамика выражается в наличии этапов, стадий и фаз. Существуют различные подходы к выделению этапов, стадий и фаз профессионального становления личности. На основе обобщения различных подходов к изучению адаптации Д.Л. Агранат выделяет следующие этапы адаптации личности (на примере молодых сотрудников в организации): 1.Этап повышенного интереса к деятельности. 2.Точка колебания.3.Этап адаптации в коллективе. 4.Идентичность [3]. Применительно к процессу адаптации студентов выделенные этапы можно охарактеризовать следующим образом:

Этап повышенного интереса к учебно-профессиональной деятельности и общению, к учебно-профессиональной среде в силу их новизны. На данном этапе основной механизм адаптации – подражание. Он характерен повышенной активностью студента-«новичка», внешним подражанием, любопытством, продиктованным интересом. Данный этап присущ всем студентам-первокурсникам. Для него свойственна повышенная эмоциональность восприятия отношений, вследствие этого некоторая экзальтированность манер и языка, готовность с удовольствием выполнять обязанности, поручения и требования. Студент-«новичок» с интересом ставит себя в центр событий, он получает элементарные реалистичные знания и представления, которые еще не позволяют ему самостоятельно ориентироваться в учебно-профессиональной среде. Он принимает все неудобства и трудности учебно-профессиональной деятельности.

Но подобное поведение –результат интереса к новому, нежели целенаправленного приобретения профессиональных знаний и умений, освоения социальной роли обучающегося в системе высшего профессионального образования. Индивидуальные интересы еще преобладают над коллективными. На этом этапе студент- «новичок» не воспринимается как типичный студент. Преподаватели также лишены достаточной информации о нем, интересуются им, изучают. Таким образом, педагогический коллектив приспособливается к студенту-«новичку»

2. Точка колебания. Это этап переоценки студентом своих ценностей и установок, формирования отношения к учебно-профессиональной деятельности, к педагогическому коллективу, к студенческой группе. Данный этап является ключевым. От него зависит ход дальнейшей адаптации, ее характер. Студент- первокурсник осознал трудные стороны своей учебно-профессиональной деятельности. Он определяет насколько именно данная деятельность подходит ему, и насколько он справляется с требованиями учебного процесса. Он принимает решение о дальнейших перспективах. Как результат на данном этапе возможны три линии поведения:1) студент- первокурсник бросает учебу, уходит из вуза; 2) студент- первокурсник принимает решение о продолжении обучения и одновременно занимается поиском нового места

учебы или работы: 3) студент- первокурсник решает продолжать учебу с целью получения профессионального образования по выбранной специальности.

На данной стадии адаптации может наблюдаться фрустрация. Студент- первокурсник, ознакомившись ближе с условиями учебно-профессиональной среды и содержанием учебно-профессиональной деятельности, видит, что его ожидания не оправдались, что его интересы и потребности, в условиях овладения выбранной профессией не могут быть удовлетворены. Появляется разочарование. По своим масштабам и степени разочарования фрустрация различна. Источником фрустрации могут быть отдельные (трудновыполнимые) элементы учебной деятельности, явления непрофессионализма преподавателей, наличие протекционизма и т.д. Описано два типа поведения личности в состоянии фрустрации:

1. Неадаптивное поведение. Студент отказывается от поставленных целей, «опускает руки». Система его ценностей входит в противоречие с коллективными, учебно-профессиональными ценностями, он считает что преподаватели и другие студенты «занимаются ерундой». В результате он нарушает нормативное поведение и покидает вуз (его исключают или он сам уходит).

2. Адаптивное поведение. Оно может проявляться в трех видах. 1) Конформистское поведение, когда студент пассивно соглашается с требованием учебно-профессиональной среды, выполняет свою роль «обучаемого» несмотря на внутреннее несогласие. Он находится в состоянии когнитивного диссонанса. 2) Приспособление к условиям. Студент -первокурсник, осознав невозможность удовлетворения своих потребностей («в отдыхе и развлечениях»), ищет новые способы, «прибегает к обходным маневрам, проявляет изобретательность» для уклонения от выполнения обязанностей студента, не противореча требованиям учебного процесса. 3) Смешанное. Подобное поведение характеризуется сочетанием внутреннего несогласия (когнитивного диссонанса) с частичным удовлетворением потребностей. Студент адаптируется к условиям вуза, идет на определенные уступки. Но ему не удается полностью реализовать свои потребности. Фрустрация имеет не только отрицательный, но и положительный эффект. Она проверяет личность на прочность и твердость намерений, толкает студента-первокурсника на решение возникающих проблем, способствует формированию жизненного опыта.

3. Этап собственно адаптации студента в условиях вуза. Данный этап является основным в процессе адаптации. Именно здесь происходит глубокое познание реальности, требований учебного процесса вуза и учебно-профессиональной среды. Здесь подражание сопряжено с внутренним усвоением различных сторон и содержания учебно-профессиональной деятельности.

Глубокое усвоение содержания учебно-профессиональной деятельности и норм общения происходит благодаря основным механизмам адаптации: 1)общение; 2)обучение; 3) подражание; 4) наблюдение; 5) усвоение схем деятельности и норм взаимодействия на материале собственных ошибок.

Общение. Здесь на первый план выступает коммуникативная сторона общения, т.е. обмен информацией между студентом и опытными преподавателями, а также старшекурсниками. В процессе формального и неформального общения первокурсник узнает реалистичные знания об учебном процессе, различных сторонах учебно-профессиональной деятельности (лекционных, практических, лабораторных занятиях, производственной практики, научно-исследовательской деятельности по учебным дисциплинам общепрофессионального цикла и дисциплинам специализации), узнает важные приемы и способы поведения, характерные для студентов, которые он не знал раньше.

Обучение. Обучение есть целенаправленный процесс взаимодействия преподавателя и студента с целью передачи обучающемуся профессиональных знаний и умений, а также профессионально важных качеств личности. Условием успешного обучения студента вуза является его личная заинтересованность.

Подражание. Подражание является необходимым элементом на пути вхождения человека в коллектив, включения в учебно-профессиональную деятельность с целью его адаптации. Подражание выступает как норма поведения, что выражается в требованиях преподавателей к первокурснику «Смотри, как надо делать».

Наблюдение. Наблюдение предполагает активное восприятие учебно-профессиональных действий, способов выполнения этих действий преподавателями и другими студентами, определенных поступков, способов поведения. При этом студент не совершает сам действий и застрахован от ошибок.

Усвоение схем деятельности и норм взаимодействия на материале собственных ошибок. Подобный механизм детерминирован тем, что определенную информацию не принято сообщать студенту-«новичку». О ней он должен узнать сам из собственного опыта действий. Педагогическая практика показывает, что подобное познание действительности весьма убедительно действует на студента. Это позволяет лучше понять смысл требуемых действий.

4 этап. Идентификация. Это заключительный этап, в рамках которого студент становится равноправным партнером для взаимодействия с преподавателями и другими студентами, а также администрацией вуза. Теперь у него сформировались адекватные и достаточные представления об учебно-профессиональной деятельности, в которую он включен, и о различных ситуациях, возникающих в условиях вуза. На этом этапе формируются учебно-профессиональные навыки, привычка к обычному ритму выполнения требований учебного процесса вуза, развиваются межличностные отношения с другими студентами. Теперь он все делает преимущественно сам, ему не надо подражать и постоянно советоваться по каждому поводу. В среднем на достижение этого этапа адаптации приходится 5-7 месяцев (до 3-х лет).

В настоящее время накоплена научно-подтвержденная информация о том, что личностные и индивидуальные особенности могут оказывать большее влияние на успешность социально-психологической адаптации личности, нежели фактор накопления опыта общения в коллективе [8]. Адаптационный потенциал личности представлен совокупностью личностных и индивидуальных свойств, влияющих на протекание процесса адаптации, его длительность, результативность и успешность, субъективную легкость.

На основе характеристик самоактуализирующейся личности Д.Л. Агранат дает характеристику молодого сотрудника с высоким адаптационным потенциалом [3]. Применительно к студенту она будет следующей. У такого студента проявляется интерес к учебно-профессиональной деятельности, что усиливает внимание, сосредоточенность, способствуя более эффективной работе памяти и мышления. Он полностью увлечен учебой, старается не просто качественно выполнить задание, он стремится творчески относиться к делу. Его действия избирательны, необычны. Для такого студента учеба по выбранной специальности - это стиль жизни. Он ставит данную роль выше иных. Студент с высоким адаптационным потенциалом является опорой для студенческой группы и коллектива преподавателей. Процесс адаптации студентов должен проходить на основе усвоения профессиональных ценностей в русле учебного процесса вуза.

Психологическое обеспечение адаптации студентов направлено на то, чтобы сократить период вхождения в различные виды учебно-профессиональной деятельности и общения в условиях системы высшего профессионального образования и сделать его протекание менее тяжелым и неприятным для личности. Оно должно осуществляется по трем основным направлениям практической работы: 1) психодиагностика специфических трудностей адаптации студентов-первокурсников; 2) профилактика и коррекция их неблагоприятных функциональных состояний; 3) повышение адаптационного потенциала личности студента в ходе учебно-воспитательного процесса в вузе.

В качестве механизмов повышения адаптационного потенциала личности студента (с точки зрения теории самоактуализации) могут выступать следующие:

1. Осознание общественной значимости выбранной профессии и необходимости профессионального обучения для овладения ею на высоком качественном уровне.
2. Погружение в учебно-профессиональную деятельность на основе выработки личностно-значимого смысла будущей профессии, понимание собственного предназначения в жизни общества.
3. Поиск своего индивидуального стиля деятельности в условиях учебного процесса вуза.
4. Принятие индивидуальной ответственности за собственные поступки.

5 Развитие своих способностей и талантов, творческой направленности через достижение учебно-профессиональных целей.

6. Развитие реалистичного восприятия себя и окружающей действительности.

Таким образом, психологическое обеспечение процесса адаптации предполагает реализацию вышеуказанных направлений и механизмов с помощью совокупности методов психодиагностики, профилактики, психокоррекции. Большие возможности для оптимизации адаптации и повышения адаптационного потенциала личности студента заложены в самом учебном процессе вуза.

ЛИТЕРАТУРА

1. Первин, Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования: [Текст] / Пер. с англ./Под ред. В.С. Магуна// Л. Первин, О. Джон. - М.: Аспект Пресс.-2000.
2. Шевандрин, Н.И. Социальная психология в образовании: [Текст] / Учебн. пособие. Ч.1. Концептуальные и прикладные основы социальной психологии/ Н.И/ Шевандрин.- М.: ВЛАДОС,1995
3. Агранат, Д.Л. Социальная адаптация молодых сотрудников в органах внутренних дел: [Текст] Дисс. канд. социол. наук / Д.Л. Агранат.- М.: 2001.
4. Маслоу, А.Г. Психология бытия. [Текст] / Пер. с англ. //А.Г. Маслоу. - М.: Ваклер, 1997.-.304 с.
5. Шибутани, Т. Социальная психология: [Текст] / пер. с англ. // Т. Шибутани. -Ростов н/Д.: Феникс, 1999.
6. Климов, Е.А. Психология профессионала: [Текст]/ Избранные психологические труды//Е.А. Климов. - М.: МОДЕК, 2003. - 456 с.
7. Маркова, А.К. Психология профессионализма [Текст] / А.К. Маркова. - М., 1996. - 308 с.
8. Даровская Н.Д. Индивидуальные особенности психической адаптации личности в опасных профессиях (на материале деятельности инкассаторов): Автореф. дис...канд. психол. наук. -М., 2000