

2. Моросанова, В. И. Диагностика индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции в учебной деятельности студентов / В. И. Моросанова, Р. Р. Сагиев // Вопросы психологии. – 1994. – № 5. – С. 134–141.

3. Карпинский, К. В. Развитие личности как субъекта жизни в контексте профессиональной деятельности / К. В. Карпинский // Актуальные проблемы психологии личности: сб. науч. ст. / под ред. К. В. Карпинского, Н. Р. Салиховой. – Гродно: ГрГУ им. Я. Купалы, 2013. – С. 48–98.

4. Гижук, Т. В. Психологические механизмы и закономерности саморегуляции профессиональной карьеры личности / Т. В. Гижук // Веснік ГрДУ імя Янкі Купалы. Сер. 3. Філалогія. Педагагіка. Псіхалогія. – 2014. – № 1(171). – С. 156–161.

5. Гижук, Т. В. Критерии профессиональной успешности педагога / Т. В. Гижук // Научные труды Республиканского института высшей школы. Философско-гуманитарные науки. Исторические и психолого-педагогические науки. – 2016. – Ч. 2. – С. 65–71.

6. Гижук, Т. В. Опросник «саморегуляция профессиональной жизни» (СПЖ): разработка и психометрическая апробация / Т. В. Гижук // Веснік Брэсцкага ўніверсітэта. Сер. 3. Філалогія. Педагагіка. Псіхалогія. – 2023. – № 2. – С. 161–167.

7. Хашенко, Т. Г. Личностная готовность студентов к предпринимательской деятельности: психологическое содержание и условия формирования: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.13 / Т. Г. Хашенко; Тамбовский государственный университет. – Тамбов, 2012. – 418 с.

(Дата подачи: 27.02.2024 г.)

О. Ю. Деменчук
Белорусский государственный университет

O. Y. Dzemenchuk
Belarusian State University

УДК 159.922.8

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ ПЕРВОКУРСНИКОВ К УСЛОВИЯМ УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF MODERN FIRST-YEAR STUDENTS TO THE CONDITIONS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

В статье описывается теоретическое обоснование необходимости психологического сопровождения адаптации студентов в учреждении высшего образования. Даны определения понятиям «адаптация студентов», «психологическая адаптация студентов». Осуществлен теоретический анализ научных источников, приведено обоснование изучения темы. Представлены результаты исследования уровня психологической адаптации студентов одного из учреждений высшего образования г. Минска.

Ключевые слова: адаптация первокурсников; дезадаптация; компоненты адаптации; организация учебно-воспитательного процесса; эмоциональное состояние, юношеский возраст.

The article describes the theoretical justification of the need for psychological support of students' adaptation in a higher education institution. Definitions of the concepts of "adaptation of students", "psychological adaptation of students" are given. A theoretical analysis of scientific sources was carried out, and the rationale for studying the topic was given. The results of the study of the level of psychological adaptation of students of one of the institutions of higher education in Minsk are presented.

Keywords: adaptation of first-year students; maladaptation; adaptation components; organization of the educational process; emotional state, adolescence.

Получение высшего образования является одним из важнейших этапов в становлении и развитии личности. Обучающиеся, которые осуществили выбор своей будущей профессии, определились с учебным заведением и успешно сдали вступительные испытания, получив заветный статус студента, в дальнейшем сталкиваются с адаптацией к новой социальной и образовательной среде, особенностям организации учебно-воспитательного процесса, а также рефлексируют о знаниях и умениях, полученных в учреждениях общего среднего образования.

Проблема адаптации студентов к учреждению высшего образования изучается в трудах многих исследователей, например, Л. Ф. Мирзаяновой [11], Г. Н. Цилиндь. В их научных работах теоретически и эмпирически изучался процесс адаптации студентов к высшему учебному заведению, проанализированы компоненты адаптации, ее этапы, условия, при которых процесс адаптации студентов будет успешным. В работах Т. А. Крыловой [3] и Э. Эзиешвили [12] обозначены условия эффективной организации психологического сопровождения адаптации студентов.

Согласно психологическому словарю С. М. Вишняковой, адаптация студентов – это «процесс и результат успешного приспособления выпускника образовательного учреждения общего среднего или среднего специального образования к изменившимся социальным условиям» [2, с. 12].

Согласно определению А. В. Карпова, под адаптацией студентов понимается «выработка оптимального режима целенаправленного функционирования личности студента». Исходя из исследований данного автора следует, что адаптация студента – это процесс вхождения личности в новые социальные роли, процесс приспособления обучающегося к особенностям избранной профессии с помощью учебного процесса [4, с. 15].

Психологическая адаптация в трудах М. М. Эгезовой основывается на исследованиях Л. С. Выготского и определяется как результат или процесс взаимодействия студента и социальной среды, который приводит к установлению оптимального соотношения целей и ценностей личности, и коллектива студентов [13, с. 79].

Исходя из обобщенного структурированного анализа исследований П. А. Пономарева, под психологической адаптацией студента понимается процесс взаимодействия студента и социальной среды, в ходе которого, находясь в различных проблемных ситуациях, возникающих в сфере меж-

личностного взаимодействия, студент приобретает различные механизмы и нормы социального поведения, установки, черты характера и их комплексы и другие особенности и подструктуры, которые имеют адаптивное значение в учреждениях высшего образования [10, с.38].

Адаптация студентов в учреждении высшего образования имеет свои особенности, которые зависят от готовности обучающегося к принятию новых социальных ролей и вступлению в новые социальные контакты, психологических особенностей их личности. Согласно исследованиям Т. Д. Дубовицкой, психологическая адаптация студентов к учреждению высшего образования предполагает ряд отличительных особенностей в их поведении и деятельности:

- удовлетворительное физическое и психологическое состояние как в процессе учебной деятельности, так и во внеучебных ситуациях в университете;
- принятие и соответствие новым социальным ожиданиям и уровню предъявляемых требований к студентам высшего учебного заведения;
- способность использовать условия социальной и образовательной среды для достижения целей в учебе и жизни в целом, придавать происходящему в университете желательную для себя направленность [3].

Наибольшие трудности обучающиеся испытывают в начале первого семестра: возрастает объем информации для усвоения и запоминания, появляются новые формы проверки и контроля знаний, начинают выстраиваться взаимоотношения со сверстниками, преподавателями и другими участниками образовательного процесса. К концу первого семестра данные трудности преодолеваются, однако все еще остаются студенты, которые имеют трудности в процессе адаптации – они с некоторыми сложностями усваивают учебный материал, не способны работать самостоятельно или, напротив, совместно, обладают низким уровнем информационной и коммуникативной культуры, не включились в активное взаимодействие со сверстниками. Эмоциональное состояние таких студентов нестабильно: они испытывают ситуативную тревожность, не уверены в собственных силах и возможностях, разочарованы в выборе профессии и учебного заведения, проявляют негативизм или некоторые формы отклоняющегося поведения. Таким студентам необходимо оказание адресной психологической помощи и включение в деятельность по эффективному сопровождению адаптации к условиям учреждения высшего образования.

Необходимо отметить нежелательные последствия нарушения процесса адаптации студентов. Так, в научных исследованиях О. С. Куницкой отмечается, что «невозможность разрешения студентом трудностей влечет за собой возникновение дезадаптирующих ситуаций, выражающихся в стойкой учебной неуспеваемости, ведущей к прекращению образовательных отношений и отчислению, и, соответственно, нарушению его личностного и профессионального самоопределения» [6, с. 58].

В трудах М. М. Этезовой поясняется, что наиболее распространенными трудностями для студента, возникающими на начальных этапах обучения, яв-

ляется отсутствие навыков самостоятельной учебной работы, студент как самостоятельная личность, успешно осваивающая образовательный материал, еще не до конца сформировался, а для этого ему понадобится время, чтобы адаптироваться к новым условиям университетского обучения [13].

В трудах отечественных исследователей отмечается, что современная молодежь обладает неоднородностью и нарративностью, склонна к негативным тенденциям. Нарушение процесса адаптации у студентов в данном случае может усиливать негативные тенденции, создают трудности в учебном процессе и их дальнейшем личностном становлении [5, с.188–189].

Для некоторых первокурсников существенной и значимой проблемой является адаптация к новому студенческому коллективу, где, как правило, может вовсе не быть знакомых людей. Низкий уровень развития коммуникативных навыков и культуры эффективного взаимодействия в коллективе сверстников могут негативно влиять на социальную составляющую психологической адаптации студента. Для решения данной проблемы некоторые высшие учебные заведения реализуют комплекс тематических групповых практических занятий с элементами тренинга, которые направлены на эффективное знакомство, командообразование, сплочение коллектива, поднятие командного духа и развитие коммуникативных умений и навыков студентов. На данные занятия в качестве ведущего может быть привлечен педагог-психолог социально-педагогической и психологической службы учреждения образования, который в рамках своей компетенции оказывает психологическую поддержку студенческим коллективам по адаптации к новой социальной и образовательной среде. Представленный подход позволяет спланировать и организовать успешную учебно-воспитательную деятельность по эффективному психологическому сопровождению студентов к учреждению высшего образования.

Проблема адаптации студентов к условиям учреждения высшего образования также обусловлена тем, что современная молодежь не в полной мере готова принять на себя новую социальную роль студента, не всегда имеют представления об уровне и содержании образовательных программ, интересующих их специальностей, имеют завышенные ожидания от особенностей организации учебно-воспитательного процесса в учреждениях высшего образования. В итоге студенты сталкиваются с психологическими трудностями в адаптации к новым условиям окружающей их образовательной среды. Как будет проходить процесс адаптации зависит от того, готовы ли первокурсники к значительным отличиям организации учебно-воспитательного процесса учреждений общего среднего образования и учреждений высшего образования.

На основе системного анализа научных источников следует вывод о том, что существует необходимость организации оказания систематической психологической помощи студентам в учреждении высшего образования, сопровождение процесса адаптации и повышение адаптационных возможностей студентов, предупреждение и профилактика возможных нарушений процесса социализации студентов во вновь сформированном академическом коллективе.

ве университета. Данная деятельность осуществляется при целенаправленном изучении особенностей процесса психологической адаптации студентов к учреждению высшего образования, при реализации различных форм и методов в учебно-воспитательной деятельности, а также при организации практического и методического обеспечения психологического сопровождения адаптации студентов к условиям учреждения высшего образования.

Стоит отметить, что психологическое сопровождение адаптации является одной из важнейших составляющих деятельности педагогов-психологов учреждений высшего образования. Кроме того, для эффективного психологического сопровождения адаптации современных первокурсников требуется дополнительное всестороннее изучение теоретических основ и особенностей психологического сопровождения адаптации студентов в учреждении высшего образования, а также совершенствование учебно-воспитательной среды с учетом индивидуальных, возрастных и гендерных особенностей студентов в условиях динамично развивающейся социальной структуры общества.

Целью представленного в статье эмпирического исследования является диагностика уровня психологической адаптации студентов-первокурсников одного из государственных учреждений высшего образования г. Минска. Выборку для исследования составили 113 студентов первых курсов.

Для определения уровня адаптации первокурсников к учреждению высшего образования использован опросник «Методика диагностики социально-психологической адаптации» К. Роджерса, Р. Даймонда (адаптация К. А. Осницкого) [8, с. 45–51]. Получены следующие результаты.

Число дезадаптированных студентов в первом семестре составляет 41,6 %, адаптированных – 58,4 %. Установлено, что 81,4 % студентов принимают себя, свои индивидуально-типологические качества, находятся на этапе принятия своей новой социальной роли студента высшего учебного заведения. 18,6 % студентов имеют трудности с принятием себя, своих знаний, учений и способностей, не уверены в своих силах, имеют адекватную, но низкую самооценку, не в полной мере осознают себя в роли студента учреждения высшего образования.

Определено, что 34,5 % студентов имеют трудности с принятием коллектива сверстников. У 65,5 % обучающихся не было трудностей с установлением контактов и налаживанием взаимоотношений в студенческом коллективе. Испытывают эмоциональный дискомфорт 36,3 % респондентов, у 63,7 % испытуемых таких трудностей не возникало, их эмоциональное состояние находится в пределах нормы для данного адаптационного периода. Обладают внутренним самоконтролем 33,6 % студентов, в то время как для 66,4 % студентов необходим внешний контроль их знаний, деятельности и социализации. Стремятся к доминированию 25,7 % студентов, в то время как 74,3 % обучающихся не имеют яркого стремления проявить себя, предпочитают быть ведомыми, не готовы к участию в общественно значимых и социально полезных мероприятиях в университете.

Стоит также отметить, что к уходу от проблем склонны 27,4 % студентов. Данные обучающиеся не готовы к самостоятельному поиску путей разрешения проблем, с которыми сталкиваются во время обучения в университете, предпочитают избегать те ситуации, в которых могут столкнуться с неудачей, стараются ограничить свои социальные контакты со сверстниками.

Обобщая результаты исследования, установлено, что у 60,7 % первокурсников имеются нарушения мотивационного компонента адаптации – они имеют низкую учебную мотивацию при положительном отношении к университету. Нарушение социального (поведенческого) компонента адаптации диагностировано у меньшего количества – у 32,7 % испытуемых. На момент эмпирического исследования общее число дезадаптированных респондентов в выборке составило 41,6 %.

Исходя из вышеперечисленного, можно сделать вывод, что нарушение адаптации студентов к условиям обучения в учреждении высшего образования преимущественно вызвано особенностями мотивации при выборе профессии и учебного заведения, определенными ожиданиями от специальности и будущей профессии. Обоснована необходимость оказания систематической и целенаправленной психологической помощи первокурсникам с неустойчивым эмоциональным состоянием во время адаптационного периода к условиям обучения в университете, имеющим проблемы с включением в коллектив сверстников. Перспективной задачей для дальнейшего теоретического и эмпирического исследования является разработка и апробация психологической технологии по сопровождению адаптации студентов к условиям учреждения высшего образования, эмпирическое подтверждение изменений уровня психологической адаптации студентов при систематической и комплексной работе по ее сопровождению.

Список использованных источников

1. *Веюкова, П. А.* Профессиональное самоопределение студентов / П. А. Веюкова // Наука и образование: новое время. – 2019. – № 1(30). – С. 452–456.
2. *Вишнякова, С. М.* Профессиональное образование: Словарь. Ключевые понятия, термины, актуальная лексика / С. М. Вишнякова. – М.: НМЦ СПО, 1999. – 538 с.
3. *Дубовицкая, Т. Д.* Методика исследования адаптированности студентов в вузе / Т. Д. Дубовицкая, А. В. Крылова // Психологическая наука и образование. – 2010. – № 2.
4. *Карпов, А. В.* Психология профессиональной адаптации: монография / А. В. Карпов, В. Е. Орел, В. Я. Тернопол. – Ярославль: Институт «Открытое общество», РПО, 2003. – 161 с.
5. *Коптева, С. И.* Социально-психологическое сопровождение адаптации студентов первого курса / С. И. Коптева, Т. А. Кузёмкина // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. ст.: в 2 ч. – Минск: РИВШ, 2011. – Вып. 11, ч. 2. – С. 187–193.
6. *Куницкая, О. С.* Адаптация студентов-первокурсников к образовательной среде учреждения высшего образования: сущность и структура / О. С. Куницкая // Высшая школа. – 2018. – № 3. – С. 55–60.

7. Овчарова, Р. В. Справочная книга школьного психолога / Р. В. Овчарова. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1996. – 351 с.

8. Осницкий, А. К. Определение характеристик социальной адаптации / А. К. Осницкий // Психология и школа. – 2004. – № 1. – С. 43–56.

9. Пономарев, П. А. Социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников / П. А. Пономарев, Д. Е. Штильников, А. П. Пономарева // Психологические науки: теория и практика: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2017 г.). – Москва: Буки-Веди, 2017. – С. 38–42.

10. Профессиональная адаптация учащихся и студентов: в помощь практическим психологам, социальным педагогам и методистам по педагогической практике / Л. Ф. Мирзаянова. – Барановичи: Барановичский государственный высший педагогический колледж, 2004. – 63 с.

11. Эзишвили, Э. Э. Психологические детерминанты адаптации студентов к процессу обучения в вузе: автореф. дис ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Э. Э. Эзишвили. – Сочи, 2005. – 25 с.

12. Этезова, М. М. Психологическая адаптация первокурсников к условиям вузовского обучения / М. М. Этезова, Б. Б. Нагоев // Журнал «Мир науки». – 2017. – Т. 4. – № 6. – С. 79–80.

(Дата подачи: 19.02.2024 г.)

Е. В. Дробышевская, А. А. Смык

Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины,
Гомель

E. V. Drobyshevskaya, A. A. Smyk

Francisk Skorina Gomel State University, Gomel

УДК 159.923.2:316.612:331

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ)

PSYCHOLOGICAL RESOURCES FOR PROFESSIONAL FORMATION AND PERSONAL DEVELOPMENT (USING THE EXAMPLE OF SPECIALISTS IN HELPING PROFESSIONS)

Работа направлена на прояснение психологических ресурсов профессионального становления и развития личности. Представлены результаты эмпирического исследования с использованием метода психологического моделирования. Исследование включает в себя использование психодиагностических инструментов в соответствии с его целью. Полученные результаты дают возможность говорить о том, что феномены профессионального самосознания и профессиональной деформации могут рассматриваться как ресурсы становления профессионала, что является перспективным направлением для продолжения исследований с целью расширения научного знания о данном явлении.