

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ

А. А. Караванов

Центральный филиал Российской академии правосудия

Теоретической основой понятия «адаптация» является представление о ней как о постоянном процессе активного приспособления индивида к условиям окружающей среды, затрагивающей все уровни функционирования человека. Процесс адаптации чрезвычайно динамичен, и его эффективность зависит от целого ряда объективных и субъективных факторов: генетически обусловленных свойств нервной системы и приобретенного социального опыта, условий развития и воспитания, жизненных установок и многого другого. Однако можно выделить личностные характеристики, которые отличаются относительной стабильностью и во многом определяют успех процесса адаптации в самых различных условиях деятельности. На основании анализа литературных данных и мнения специалистов-экспертов в области психодиагностики, а также по результатам экспериментальных исследований к таким характеристикам могут быть отнесены уровень поведенческой регуляции и нервно-психической устойчивости, развитие коммуникативных качеств и степень ориентации на общепринятые морально-нравственные нормы поведения (В. А. Бодров, И. Ф. Дьяконов, М. Н. Дьяченко, Ю. М. Забродин, П. А. Корчемный, В. В. Кулагин, В. М. Медведев и др.).

Поведенческая регуляция — это понятие, характеризующее способность человека регулировать свое взаимодействие со средой деятельности. Она осуществляется в единстве энергетических, динамических и содержательно-смысловых аспектов. Основные элементы поведенческой регуляции: самооценка, уровень нервно-психической устойчивости, а также наличие социального одобрения (социальной поддержки) со стороны окружающих людей. Все выделенные структурные элементы не являются первоосновой регуляции поведения. Они лишь отражают соотношение потребностей, мотивов, самосознания, эмоционального фона и др. Поэтому система регуляции — это сложное, иерархическое образование, а интеграция всех ее уровней в единый комплекс обеспечивает устойчивость процесса регуляции поведения.

© Караванов А. А., 2007

Следующей характеристикой, определяющей эффективность процесса социально-психологической адаптации и выступающей в качестве одной из основных составляющих личностного адаптационного потенциала, являются коммуникативные качества человека. Поскольку человек практически всегда находится в социальном окружении, его деятельность сопряжена с умением строить взаимоотношения с другими людьми. Коммуникативные возможности (или умение достигнуть контакта и взаимопонимания с окружающими) у каждого человека различны. Они определяются наличием опыта и потребности в общении, а также уровнем конфликтности.

Не менее важным в процессе адаптации является соблюдение морально-нравственных норм, обеспечивающих способность индивида адекватно воспринимать предлагаемую для него определенную социальную роль. В данном контексте вопросы, характеризующие уровень моральной нормативности индивида, отражают два основных компонента процесса социализации: восприятие морально-нравственных норм и отношение к требованиям непосредственного социального окружения.

Таким образом, оценка адаптационных возможностей индивида происходит с учетом особенностей не только психологического, но и нравственного развития, что позволило практически объединить теоретические основы различных психологических школ относительно проблемы адаптации.

У студентов первых курсов, по данным Н. М. Бычковой и Е. И. Костроминой (1988), Н. Ф. Кравченко и И. И. Скобского (1989), Г. И. Гладкова и Э. П. Элозо (1992), А. Н. Алехина и Н. А. Коробицина (1997), О. Н. Кузнецова (1998) и др., отмечается большой спектр адаптационных реакций, связанных с затруднениями привыкания к новым условиям учебной деятельности. При этом отсутствует четкость в определении форм и вариантов психической дезадаптации, обоснованных критериев ограничения эмоциональной напряженности от адаптационных реакций, недостаточно изучено влияние особенностей адаптационного периода на эффективность учебной деятельности студентов младших курсов.

В ходе нашего исследования было обследовано и целенаправленно изучено 270 студентов первых и вторых курсов (в том числе с адаптационными реакциями). У данных испытуемых признаков психических заболеваний не отмечалось, что подтвердили результаты медицинского освидетельствования врачами-специалистами. В целях сопоставления данных психологического исследования изучена группа студентов старших курсов (138 человек).

Учитывая, что процесс психической адаптации имеет стадийный характер и определенную зависимость от индивидуально-типологических особенностей (Б. П. Ганнушкин, 1933; Ю. А. Александровский, 1976, 1986; Ц. П. Короленко, 1978; Е. Д. Соколова, 1980; А. Е. Личко, 1978; Л. Н. Собчик, 1987), при отборе и группировке испытуемых применялись следующие правила:

- Исследование студентов проводилось поэтапно методом сплошного отбора: первые три месяца ежемесячно, затем в конце первого, второго, третьего и четвертого семестров. В результате выделены две группы: 1-я — состояла из 176 человек (68,6 %), находящихся в состоянии адаптации; 2-я — включала 94 человека (31,4 %), изученных в состоянии психической дезадаптации.

- Для сравнения типа и динамики эмоционального напряжения дополнительно изучена группа студентов старших курсов. Она состояла из 138 человек и была изучена методом выборочного отбора.

- Весь изученный контингент состоял из лиц молодого возраста — 17—22 лет, не страдавших соматическими и психическими заболеваниями.

В зависимости от эмоциональных проявлений, особенностей психомоторных реакций, включенности в социальную сферу весь контингент обследованных разделился на три типа реагирования: стенический, гипостенический и смешанный. Структурный состав обследованных (табл. 1) показывает, что стенический тип превалировал во всех группах, как это и свойственно данному возрасту, однако его преобладание было наиболее отчетливо среди лиц, находящихся в состоянии адаптации. Гипостенический и смешанный типы реагирования были больше представлены среди студентов, находящихся в состоянии психической дезадаптации.

Таблица 1

Структурный состав обследованных

Тип реагирования	В % от группы студентов, находящихся в состоянии адаптации	В % от группы студентов, находящихся в состоянии дезадаптации
Стенический	69,0	39,8
Гипостенический	13,7	26,8
Смешанный	17,3	33,4

Индивидуально-типологическая инфраструктура суммирована в табл. 2. Из представленных данных видно, что среди студентов, находившихся в состоянии психической дезадаптации, преобладали лица с тревожно-мнительными чертами характера (27,3 %) и ригидными (25,3 %). Шизоидные черты были у 18,4 % испытуемых, гипертимные — у 17,5 % и импульсивные — у 11,5 %.

Таблица 2

Индивидуально-типологическая структура студентов первых курсов, находящихся в состоянии психической дезадаптации

Черты характера	В % от группы студентов, находящихся в состоянии психической дезадаптации
Тревожно-мнительные	27,3
Ригидные	25,3
Циклотимные	18,4
Гипертимные	17,5
Импульсивные	11,5

Исследование показало, что лица, выделенные в 1-ю группу контингента обследованных и находившиеся в состоянии адаптации, были как до, так и после поступления в институт социально более адаптированы, чем испытуемые 2-й группы, обнаружившие признаки психической дезадаптации. В 1-й группе был выше общеобразовательный ценз, лица были физически более подготовлены, среди них было больше выделявшихся социальной активностью до поступления.

В табл. 3 представлены прогностические характеристики предрасположенности к психической дезадаптации и оценке состояния адаптивности.

Средний балл успешности в учебе (по результатам сдачи сессий) был ниже 4-х баллов во 2-й группе, за исключением лиц с ригидными чертами характера.

Психомоторные реакции более устойчивые в 1-й группе, которые подтверждаются показателями среднестатистических отклонений.

Наибольшая разница в сравнении обычной активности психической деятельности между 1-й и 2-й группой (по данным субъективной оценочной шкалы — СУПОС-8) отмечалась у лиц с гипертимными чертами характера: 2,5 ед. среди адаптированных и 7 ед. у дезадаптированных, а у импульсивных личностей — соответственно 2,5 ед. и 5,3 ед., что является важным критерием для выделения «группы риска» при оценке стрессоустойчивости. У лиц с шизоидными чертами характера наблюдалась обратная картина: обычная психическая активность у испытуемых, находящихся в состоянии адаптации, была выше,

Таблица 3

Прогностические характеристики предрасположенности к психической дезадаптации

Прогностические характеристики	Группа адаптации	Группа дезадаптации				
		Тревожно-мнительные	Ригидные	Циклотимные	Гипертимные	Импульсивные
Средний балл успеваемости (по результатам сессий)	4,4	3,4	4,08	3,6	3,4	3,3
Активность психической деятельности (по данным оценочной шкалы СУПОС-8 в ед.)	2,5	4,5	3,9	1,9	7,0	5,2
Коэффициент адаптивности	0,9	0,43	0,41	0,62	0,49	0,55
Метод цветочных выборов (МЦВ)	Норма	Сдвиг ахроматических таблиц на первые позиции ряда при построении рангового цветового ряда, разобщенность цветов "рабочей группы", наличие сочетания дополнительных цветов с основными				

чем у дезадаптированных (соответственно 2,5 ед. и 1,9 ед.). Распределение обследованных групп студентов по шкале психической адаптивности показано в табл. 4.

Таблица 4

Распределение обследованных групп студентов по шкале психической адаптивности (%)

Стэны	Количество обследованных	
	В группе адаптации	В группе дезадаптации
1	3	0
2	8	4
3	33	8
4	26	18
5	20	22
6	9	24
7	1	8
8	0	6
9	0	6
10	0	4

Коэффициент адаптивности (КА — отношение актуальной психической активности к конституциональной) во всех индивидуально-типологических подгруппах был ниже среди лиц, находившихся в состоянии дезадаптации, что составляло 0,4—0,6 ед., в то же время в группе адаптированных это соотношение было равно 0,8—1,0 ед. Максимальная разница показателей КА между 1-й и 2-й группой отмечена среди лиц с импульсивными чертами характера, что подтверждает высокую лабильность их психики. Наименее выражены различия КА среди лиц с шизоидными чертами характера, что объясняется трудностями адаптации у лиц этой подгруппы.

При анализе данных метода цветочных выборов (МЦВ), полученного при обследовании студентов, находящихся в состоянии психической дезадаптации, выявлялась разобщенность «рабочей» группы и наличие сочетания дополнительных цветов с основными, что отражало проявление психоэмоциональной напряженности. В группе лиц психической нормы обнаружены особенности цветочных выборов в зависимости от индивидуально-типологической принадлежности. В состоянии дезадаптации при построении рангового цветового ряда отмечался сдвиг ахроматических таблиц на первые позиции ряда. Причем у лиц с преобладанием гипостенических свойств на одну из первых трех позиций значимо выбирался серый и коричневый цвета, а у лиц с преобладанием стенических особенностей на пять-шесть позиций влево передвигался черный и серый цвета. При коррекции состояния и обратном развитии признаков психической дезадаптации происходила полная нормализация цветового выбора с воссоединением цветов «рабочей» группы, разобщенность которой отмечалась в 31,3 % случаев.

Сравнение средних «профилей» личности первокурсников, находящихся в состоянии адаптации и дезадаптации по Стандартизированной методике исследования личности (СМИЛ), показывает, что они существенно различаются между собой (рис. 1, 2, табл. 5).

Отличительными чертами «профиля» дезадаптированных личностей являются значительно более низкие шкалы L и K, в то время как шкала F у них почти в два раза выше, чем в группе адаптированных лиц. С одной стороны, это свидетельствует о незащищенности и излишней откровенности в ситуации тестирования, чаще наблюдаемой при психической дезадаптации, с дру-

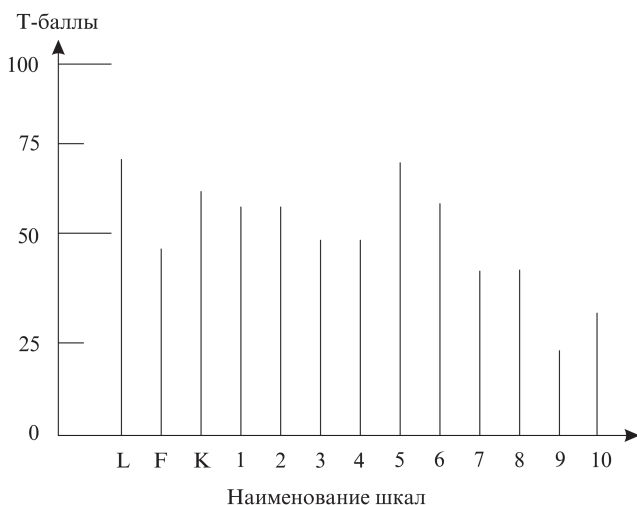


Рис. 1. Усредненный «профиль» личности в группе адаптации

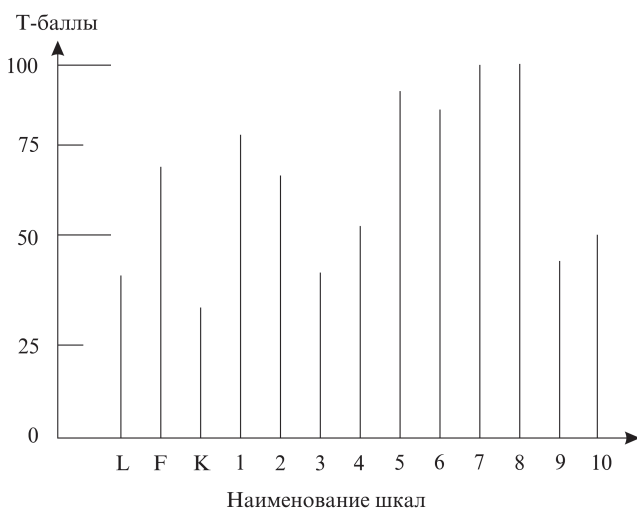


Рис. 2. Усредненный «профиль» личности в группе дезадаптации

гой — на фоне этой откровенности появляется много ошибочных ответов, связанных с нервностью, суетливостью, невнимательностью и легкой отвлекаемостью. Клинические шкалы «профиля» в группе дезадаптированных студентов сравнительно более высокие, за исключением шкалы 3 (истерии). Последнее обстоятельство вполне понятно, если учесть, что шкала 3 отражает тенденцию к отрицанию межперсональных конфликтов, желание находиться в центре внимания и т.п., качества, которые реже наблюдаются у этой категории обследованных. В целом же при дезадаптации наблюдались чаще высокие значения

клинических шкал. Особенно это относится к шкалам 7 (психостения) и 8 (шизофрения), где различия в среднем по группам больше чем в два раза.

Примечательно, что дисперсия (δ) в группе дезадаптированных всегда выше, чем в группе студентов с высокими адаптивными способностями. Это означает, что диапазон колебаний шкал там велик. Таким образом, как правило, у дезадаптированных личностей наблюдается не общий подъем уровня «профилей», а экстремальные колебания отдельных его клинических шкал, что подтверждается и результатами эмпирического наблюдения (табл. 5).

Психическая дезадаптация в рамках приспособительных реакций определяется нами как диссонанс в системе детерминированных психических процессов (их опосредованности, причинности и упорядоченности), приводящий к нарушению оптимального соответствия личности и окружающей среды в процессе жизнедеятельности человека, при сохранении психического и физического здоровья.

Полученные результаты позволили выделить у студентов первых курсов следующие клинико-психологические варианты психической дезадаптации, наблюдаемые в рамках приспособительных реакций к новым условиям учебной деятельности:

- повышение психического напряжения. Адаптационные реакции проявляются в компенсаторной мобилизации психической деятельности. Они сопровождаются увеличением уровня тревожности, усилением продуктивности психической деятельности без нарушения адекватных форм поведения;
- парциальная декомпенсация психической деятельности. Адаптационные реакции проявляются в частичном снижении актуальной психической активности, увеличении тормозимости, уменьшении интенсивности психомоторных реакций, проявлении астенических черт в характере, нарушении эмоционального реагирования и внимания. К ощущению внутренней напряженности присоединяется чувство безотчетной тревоги. Возникают не свойственные ранее и не адекватные по силе и направленности поведенческие реакции. Указанные состояния динамичны, полиморфны и носят парциальный характер;
- невротические реакции. Они выражают конечный итог многоуровневого спада психической продуктивности и проявляются в психоэмоциональной напряженности, сопровождаются повышенной тревогой и возбудимостью. Невротические реакции носят преходящий психогенно-спровоцированный характер.

В результате двухлетнего наблюдения была

Таблица 5

Сравнительная характеристика шкальных значений СМИЛ в группах обследованных студентов с различными адаптивными способностями

Наименование шкал	Группа адаптации			Группа дезадаптации			p
	χ	δ	ω	χ	δ	ω	
L	8,2	3,2	0,3	5,9	3,7	0,4	0,01
F	3,8	2,6	0,2	7,7	7,7	0,7	0,01
K	20,0	3,1	0,3	16,1	4,7	0,5	0,01
1	2,8	2,6	0,2	5,1	4,1	0,4	0,01
2	20,3	3,2	0,3	21,7	4,6	0,4	0,05
3	20,0	4,1	0,3	19,2	5,9	0,5	0,01
4	14,7	2,9	0,2	18,4	2,8	0,5	0,01
5	22,9	3,5	0,3	25,4	4,5	0,4	0,01
6	9,5	1,9	0,2	11,1	3,9	0,4	0,01
7	5,7	3,0	0,3	12,0	6,7	0,6	0,01
8	6,3	3,2	0,3	14,8	10,0	1,0	0,01
9	14,3	2,6	0,2	17,2	4,0	0,4	0,01
0	24,9	5,3	0,4	28,3	6,3	0,3	0,01

Примечание: χ — среднее арифметическое значение; δ — среднеквадратичное отклонение; ω — средняя ошибка; p — вероятность ошибки по τ — критерию Стьюдента.

отмечена следующая динамика состояния психической адаптации студентов к новым условиям учебной деятельности.

Количество лиц, находящихся в состоянии психической дезадаптации в первый месяц учебы среди стенических, гипостенических и лиц смешанного типов реагирования, отличалось большой разницей (соответственно 11,4 % у первых двух типов и 10,1 % среди последних). На втором месяце учебы эти различия стали более существенными: в подгруппах стенического и смешанного типов реагирования эти показатели составили 3,4 % и 2,0 %, а гипостенического типа количество лиц, находящихся в состоянии дезадаптации, — 6,7 %. Реадаптация у лиц стенического и смешанного типов реагирования развилась на втором месяце учебы, у гипостенических — на третьем (3,6 %).

Однако соотношение психической дезадаптации в третьем семестре среди стенических и смешанных типов реагирования вновь возрастает, больше среди стенического типа реагирования (до 18,1 %), и вновь снижается к концу четвертого семестра. В то же время среди лиц гипостенического типа реагирования эти показатели почти не изменились. Это связано с дифференцированным влиянием психогенных факторов новых условий среды и обучения. У лиц с преобладанием гипостенических индивидуально-типологических особенностей стереотипность дальнейшей учебной деятельности позволяет сохранять адаптивное состояние. Новизна ситуации, повышение ответственности, информационная насыщенность, необходимость быстроты принятия

решения, предъявление требований, не соответствующих имеющимся знаниям, приводят в этих случаях к развитию психической дезадаптации. У лиц с чертами стенического типа реагирования к концу второго семестра стереотипность ситуации, ограниченный круг общения, гиперпротекция способствуют возникновению реакций активного протеста, проявляющихся в форме противодействия окружающим и отклонениях от положенных форм поведения.

На основании изучения динамики адаптационных реакций среди 94 студентов в ходе исследования были разработаны дифференцированные варианты психологического сопровождения учебной деятельности студентов с учетом преобладания индивидуально-типологических особенностей. Они основаны на общих и индивидуализированных принципах психокоррекционного подхода. Схематический и методический подходы к психологическому сопровождению учебной деятельности выглядят таким образом.

Лицам с гипостеническим типом реагирования необходимы психологическая поддержка, поощрение, создание определенного стереотипа деятельности, не требующего быстрого переключения внимания и самостоятельного принятия решений в процессе обучения. Лиц этого круга нецелесообразно использовать в деятельности, связанной с повышенной психоэмоциональной нагрузкой.

При преобладании у студентов стенического типа реагирования с импульсивными и гипертимными чертами характера необходимы строгий контроль за их деятельностью, поведением и сдерживание поспешного реагирования, воспи-

тание самокритичности и организованности в действиях. Лица с ригидными чертами характера, болезненно реагирующие на авторитарное обращение, нуждаются в повышении как уровня самокритичности, так и конвенциональной коррекции поведения.

Для лиц с шизоидными чертами характера необходимо создание особого режима с дифференцированным подходом при выборе деятельности, с повышенным вниманием к их индивидуальности, выработке заинтересованности и мотивационной направленности в постановке нестандартных задач. Для них необходима особая четкость в постановке конкретных задач, активная, но дифференцированная по форме внешняя стимуляция деятельности.

Во всех указанных случаях необходимо выбирать метод воздействия с учетом преобладания стенических или гипостенических особенностей.

Обобщив результаты исследования, можно сделать следующие выводы:

- для студентов первых курсов характерны проявления психической дезадаптации в виде адаптационных (приспособительных) реакций, наблюдающихся в различные периоды учебной деятельности. Время возникновения, длительность дезадаптационного периода, характер его течения, повторность возникновения во многом определяются индивидуально-типологическими особенностями;

- разработанный комплекс скрининговых психологических обследований, направленных на изучение личности студентов первых курсов, позволяет в достаточно короткое время выявлять лиц, находящихся в состоянии психической дезадаптации; определять характер дезадаптационных процессов; осуществлять выбор оптимальных форм психологического сопровождения учебной деятельности студентов, учитывающей индивидуальные личностные особенности обучаемых.