

УДК 159.923:316.6

ДИНАМИКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ КУРСАНТОВ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ИХ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ К ВЕДОМСТВЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ

Ю. А. Кравцова

Воронежский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации

Поступила в редакцию 19 июля 2023 г.

Аннотация: автор рассматривает вопросы адаптации к ведомственной образовательной организации в условиях дистанционного обучения. Приводит результаты исследования эмоциональных состояний обучающихся в процессе их адаптации к условиям учебной и служебной деятельности до перехода на дистанционное обучение и после него. Делает вывод о том, что дистанционное обучение изменяет ход адаптационного процесса первокурсников, усложняет и замедляет процесс их интеграции в образовательную и организационно-культурную среду вуза, ухудшает эмоциональные состояния при возвращении к обучению в оффлайн-формате.

Ключевые слова: адаптация, социально-психологическая адаптация, эмоциональные состояния, ведомственная образовательная организация, дистанционное обучение.

Abstract: the author examines the issues of adaptation in a departmental educational organization in the conditions of distance learning. The results of a study of the emotional states of students in the process of their adaptation to the conditions of educational and professional activities before and after the transition to distance learning are presented. He comes to the conclusion that distance learning changes the course of the adaptation process of first-year students, complicates and slows down the process of their integration into the educational, organizational and cultural environment of the university, and worsens the emotional state when returning to offline learning format.

Key words: adaptation, socio-psychological adaptation, emotional states, departmental educational organization, distance learning.

Поступление абитуриента в образовательную организацию высшего образования, включенность в учебный процесс закономерно влечет за собой переосмысление им своего места в обществе, социальной роли, отношений с окружающими, своего Я. Довольно ярко эти явления наблюдаются у обучающихся ведомственных образовательных организаций, поскольку, в отличие от студентов гражданских вузов, у них возникает необходимость приспособляться не только к изменившимся условиям обучения, но и к новым обязанностям – выполнению определенных служебных функций, для чего требуется приложить значительные усилия, пересмотрев и по-новому оценив свои личностные качества, интеллектуальные возможности, практические умения.

Изменение ритма жизни, разлука с домом и семьей, уставной распорядок дня, необходимость

подчиняться, невозможность уединения, осознание повышенной ответственности, определенные бытовые неудобства – все это вызывает у молодых людей огромный расход нервно-психической энергии и значительное психическое напряжение, а соответственно предъявляет высокие требования к адаптационным возможностям первокурсников. Именно поэтому при поступлении в ведомственную образовательную организацию высшего образования кандидаты проходят профессиональный психологический отбор, направленный, в том числе, на выявление качеств, способствующих оперативной и успешной социально-психологической адаптации к сложным условиям учебной и служебной деятельности.

Как отмечает Т. П. Габышева, успешная социально-психологическая адаптация предполагает отсутствие внутриличностных конфликтов, определенный психологический комфорт, предвкушение состояния самоутверждения, на фоне

© Кравцова Ю. А., 2023

которых продуктивно осуществляется жизнедеятельность, удовлетворяются социальные потребности. Человек готов соответствовать ролевым ожиданиям социальной группы, в которую он вошел, принимает ее нормы и требования. Иными словами, социально-психологическая адаптация сопровождается оптимальной реализацией возможностей, способностей человека и его личностного потенциала в значимой сфере [1].

Своеобразным показателем качественной адаптации обучающегося является характер его взаимодействия с окружающими – чем больше расширяется круг социальных контактов в образовательной организации, тем больше информации (как официальной, так и неофициальной) получает первокурсник, тем менее неожиданными становятся для него различные аспекты образовательного процесса, с которыми он уже опосредованно «знаком» через общение с другими курсантами и слушателями.

Отметим, что в ведомственных образовательных организациях значительное внимание уделяется процессу психологического сопровождения обучающихся первого курса, оказывается всесторонняя помощь в их приспособлении к новым условиям жизнедеятельности, проводится обучение различным способами и методам саморегуляции, формируются навыки, помогающие снижать эмоциональное напряжение и поддерживать высокий уровень психологической готовности обучающихся к качественному выполнению своих обязанностей [2; 3].

Важно подчеркнуть: адаптационный процесс в ведомственных образовательных организациях высшего образования не носит стихийный характер, поскольку обеспечивается грамотной системой управления, представляющей собой целенаправленную деятельность, запускающую формирование профессиональной идентичности у обучающихся и помогающую им преодолевать возникающие трудности, успешно интегрироваться в образовательное пространство. Такая система управления обусловлена необходимостью максимально оперативного включения первокурсников в служебную деятельность, качественного выполнения не только учебных, но и профессионально-служебных задач.

Как уже было сказано, учебная деятельность в ведомственной образовательной организации значительно отличается от аналогичной в гражданском вузе. Для ведомственного вуза характерны такие особенности, как жесткий распорядок дня, необходимость совмещения обучения и выполнения служебных обязанностей (наряды, строевая подготовка и пр.), преобладание коллектив-

ной работы над индивидуальной, доминирование принципа подчиненности, строгое соблюдение субординации, высокий контроль за действиями со стороны должностных лиц [4].

Учитывая разнообразие факторов, к которым приходится приспосабливаться курсанту в образовательной организации, можно предположить, что обучающийся переживает достаточно широкий спектр эмоциональных состояний, имеющих нередко отрицательную модальность. Негативный эмоциональный фон, оказывающий деструктивное влияние на психику обучающегося в период социально-психологической адаптации, может складываться из состояний вины, тревоги, ожидания худшего, неуверенности, злости и т.п.

Известно, что эмоциональные состояния являются своеобразным индикатором, отражающим процесс и напряжение адаптационных механизмов личности, приспособляющейся к новым условиям жизнедеятельности [5]. Следовательно, эмоциональные состояния обучающихся могут выступать критерием успешности их адаптации к новым условиям образовательной среды, а их диагностика позволит оценить качество адаптации и спрогнозировать характер (успешный или неуспешный) течения этого процесса.

Ситуация дистанционного обучения, на наш взгляд, оказывает специфическое влияние на эмоциональные состояния обучающихся первого курса, находящихся в процессе адаптации к условиям обучения и службы. При переходе образовательной деятельности на удаленный формат обучения у курсантов снижается необходимость адаптироваться к традиционным организационным требованиям. Но сам процесс адаптации не прекращается. Он меняет свое направление. Как отмечают исследователи, в случае перехода процесса обучения из очного формата в дистанционный у обучающихся происходит скачок от одной сложной системы адаптации к другой, в которой ведущую роль играет учебная адаптация, поскольку в режиме самоизоляции исключаются некоторые социально-психологические факторы привыкания к обучению в вузе [1; 6].

Несмотря на то, что результаты исследований относительно характера динамики адаптации первокурсников неоднозначны, большинство специалистов сходятся во мнении, что первичная адаптация, предполагающая включение обучающегося в учебный процесс, должна завершаться к окончанию первого курса. Однако, по нашему мнению, дистанционное обучение нарушает адаптационный процесс, замедляет и растягивает его во времени. Наши наблюдения показали, что адаптация первокурсников, длительное время на-

ходившихся за пределами образовательной организации, значительно затрудняет их возвращение не только и не столько в образовательную среду, сколько в организационно-культурные условия вуза. Иначе говоря, страдает именно социально-психологическая адаптация. И это особенно выражено в ведомственных вузах.

Проблема социально-психологической адаптации в условиях дистанционного обучения в ведомственных образовательных организациях имеет не только теоретическую, но и практическую значимость. Данные о характере этого процесса позволяют более точно выстраивать систему управления адаптацией, о которой говорилось выше. Практический интерес и определил цель нашей работы, заключающуюся в изучении динамики эмоциональных состояний как показателя процесса приспособления первокурсников к новым условиям жизнедеятельности в ведомственном вузе.

Исследование проводилось в ведомственной образовательной организации в два этапа: через 3,5 месяца после начала обучения (1 этап, 1 семестр первого курса) и через 12,5 месяцев после начала обучения (второй этап, 1 семестр второго курса). Между указанными этапами обучение в течение второго семестра первого курса проходило в дистанционном формате. В исследовании приняли участие 73 обучающихся-первокурсника.

Для диагностики эмоциональных состояний обучающихся в процессе адаптации использовались методики «Самочувствие, активность, настроение» (САН) В. А. Доскина, Н. А. Лаврентьевой, В. Б. Шарая, М. П. Мирошникова и «Самооценка эмоциональных состояний» (СЭС), А. Уэссмана и Д. Рикса [7]. Мы намеренно прибегли к использованию метода стандартизованного самоотчета, конкретизированного двумя выше-названными методиками, поскольку считаем, что исследование эмоциональных состояний должно опираться прежде всего на самооценки самого человека, который непосредственно переживает эти состояния. Именно его субъективные переживания выполняют сигнальную и регулирующую функции, что обеспечивает те или иные проявления активности индивида, в том числе в процессе его социально-психологической адаптации. Поэтому чрезвычайно важно диагностировать то, как сам человек оценивает свой эмоциональный статус в определенных жизненных ситуациях, в частности, в ситуации обучения.

Результаты диагностики обучающихся на 1 и 2 этапах исследования по методике САН приведены в табл. 1.

Результаты диагностики обучающихся на 1 и 2 этапах исследования по методике СЭС представлены на рис. 1–4.

Таблица 1

Результаты диагностики первокурсников по методике САН (количество человек / %)

Показатель / Уровень	1 этап			2 этап		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Самочувствие	7 / 10,0	50 / 68,0	16 / 22	16 / 22,0	48 / 66,0	9 / 12,0
Активность	10 / 14,0	48 / 66,0	15 / 20,0	14 / 19,0	47 / 64,0	12 / 16,0
Настроение	6 / 8,0	56 / 77,0	11 / 15,0	18 / 25,0	53 / 73,0	2 / 3,0

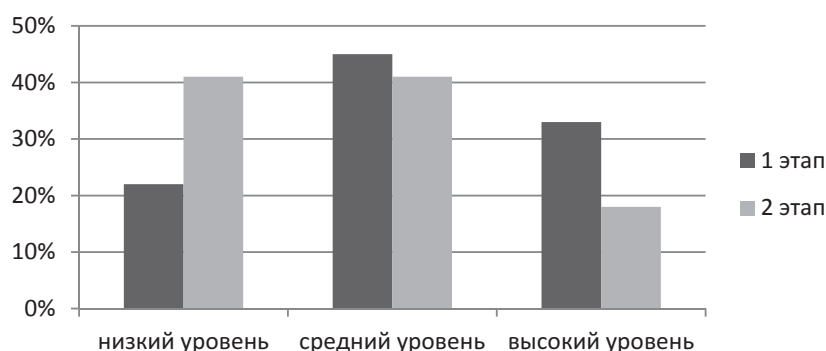


Рис. 1. Результаты диагностики первокурсников по методике СЭС (показатель «Спокойствие – тревожность»)

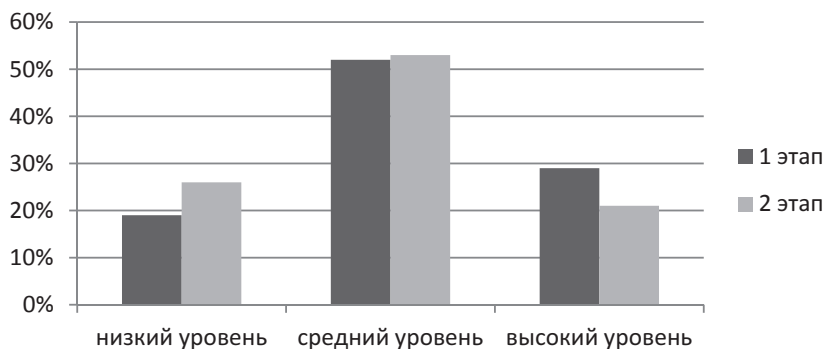


Рис. 2. Результаты диагностики первокурсников по методике СЭС (показатель «Энергичность – усталость»)

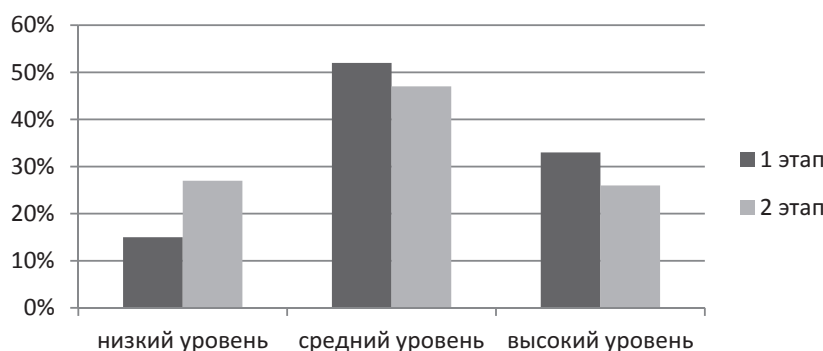


Рис. 3. Результаты диагностики первокурсников по методике СЭС (показатель «Уверенность в себе – чувство беспомощности»)

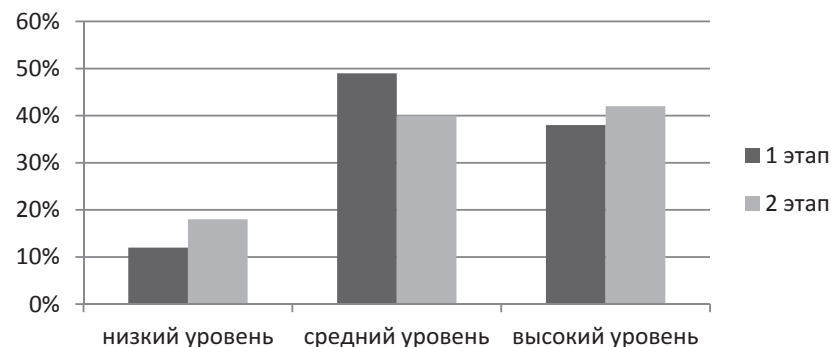


Рис. 4. Результаты диагностики первокурсников по методике СЭС (показатель «Приподнятость – подавленность»)

Для установления статистически значимых различий между уровнем выраженности параметров эмоциональных состояний первокурсников на 1 и 2 этапах исследования нами использовался t-критерий Стьюдента. Полученные эмпирические значения t-критерия представлены в табл. 2.

Как следует из табл. 2, после перехода на дистанционное обучение статистически значимо (на уровне $\alpha \leq 0,01$) изменилось настроение

первокурсников, а также такие показатели эмоциональных состояний, как спокойствие – тревожность и уверенность – беспомощность (на уровне $\alpha \leq 0,05$). Другими словами, после 12,5 месяцев обучения (на 2 этапе исследования после возвращения первокурсников с дистанционного обучения в традиционный очный режим) зафиксированы значимые различия, а именно ухудшение настроения, повышение тревожности и усиление

Таблица 2

Результаты оценки статистической значимости различий по показателям методик САН И СЭС у первокурсников на 1 и 2 этапах исследования

Эмпирическое значение t-критерия	Показатели методики САН			Показатели методики СЭС			
	самочувствие	активность	настроение	спокойствие – тревожность	энергичность – усталость	уверенность – беспомощность	приподнятость – подавленность
	1,431	1,549	2,754**	2,567*	1,211	2,031*	1,637

Примечания: * – различия статистически значимы при $\alpha \leq 0,01$; ** – различия статистически значимы при $\alpha \leq 0,05$

чувства беспомощности у испытуемых по сравнению с результатами 1 этапа исследования.

Выборочные беседы с курсантами, принявшими участие в исследовании, показали, что респонденты отмечали у себя после выхода с дистанционного формата занятий напряженность, подавленность, вялость, снижение мотивации к обучению. Значительное число указало на трудности в общении и взаимодействии друг с другом и преподавателями, а также появление у них ощущения чрезмерных физических и умственных нагрузок. Это говорит о том, что после дистанционного обучения процесс адаптации участников исследования стал сопровождаться субъективным ощущением повышенных (а иногда и чрезмерных) трудностей, обучающимся пришлось «повторно» приспособляться к организационно-культурной среде вуза («переадаптироваться»). Вновь актуализированная необходимость длительного пребывания в образовательной организации и решения ряда служебных задач, отсутствовавших во время дистанционных занятий, вызвали у многих обучающихся субъективные ощущения чрезмерности возложенных на них обязанностей и повышенной сложности обучения в офлайн-формате.

Таким образом, выявленная отрицательная динамика эмоциональных состояний курсантов ведомственной образовательной организации дает основания утверждать, что длительное (в течение целого семестра) дистанционное обучение изменяет ход адаптационного процесса первокурсников. В случае, когда адаптация прерывается или нарушается (в частности, при переходе на дистанционный формат обучения), приспособление к новым условиям, порядку, требованиям усложняется, замедляется процесс интеграции в образовательную и организационно-культурную среду. Все это сопровождается субъективными переживаниями обучающихся, которые могут усугублять адаптационные процессы. Практическая значимость проведенного исследования видится нам в том, что его результаты и выводы со всей очевидностью свидетельствуют о следующем:

в случае необходимости длительного дистанционного обучения первокурсников ведомственного вуза возврат после этого к традиционной форме образовательного процесса требует определенного «перезапуска» психологического сопровождения учебной и служебной деятельности курсантов, включения дополнительных рычагов управления процессом социально-психологической адаптации как со стороны психологической службы вуза, так и с участием профессорско-преподавательского состава и вузовской администрации.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Габышева Т. П.* Особенности учебной адаптации студентов первого курса в условиях самоизоляции / Т. П. Габышева // Социология, психология, педагогика. – 2020. – № 12. – С. 250–254.
2. *Шмыков В. И.* Психологическое сопровождение профессиональной адаптации сотрудников ОВД / В. И. Шмыков // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2008. – № 3(39). – С. 246–253.
3. *Журавлева Е. А.* Психологическое сопровождение молодых сотрудников в период их профессиональной адаптации / Е. А. Журавлева // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2003. – № 1. – С. 26–30.
4. *Резепин А. В.* Психологическое сопровождение адаптации первокурсников к условиям учебно-служебной деятельности / А. В. Резепин, В. Б. Михайлов, В. Ю. Даутова // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2001. – № 2(16). – С. 44–48.
5. *Забегалина С. В.* Психологическое состояние военнослужащих в период их адаптации / С. В. Забегалина // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2022. – № 1(88). – С. 71–78.
6. *Пухачева Л. И.* Изучение психологических трудностей первокурсников в условиях адаптации к обучению в вузе / Л. И. Пухачева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2013. – № 1. – С. 41–45.
7. Большая энциклопедия психологических тестов / сост. А. Карелин. – Москва : Эксмо, 2006. – 416 с.

Воронежский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации

Кравцова Ю. А. – кандидат психологических наук, начальник кафедры психологии и педагогики

E-mail: cop-74@mail.ru

Voronezh Institute of Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation

Kravtsova Ju. A. – PhD in Psychological Sciences, Head of the Department of Psychology and Pedagogy

E-mail: cop-74@mail.ru