

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

У статті розкрито психологічну сутність соціальної адаптації в умовах навчання у вищому закладі освіти; визначено поняття "соціальна орієнтованість" в контексті глибокого психологічного значення; описано структуру соціальної адаптації особистості та виділено її компоненти. Проведене дослідження дозволяє розглядати соціальну адаптацію студентів як комплексний, динамічний процес, обумовлений взаємодією профорієнтаційних, соціальних, біологічних і психологічних факторів.

Ключові слова: адаптація, соціальна адаптація студентів, особистісна адаптація, особистісні рівні адаптації, поведінкові реакції, дезадаптація.

Постановка проблеми. Проблема соціальної адаптації студентів є однією з важливих проблем у психології. Вивчення соціально-психологічних чинників адаптації особистості в умовах навчання висуває перед науковцями досить складну проблему використання загальної теорії адаптації особистості. Навчання у вищому закладі освіти для сучасної молоді людини є одним з найважливіших періодів її життєдіяльності, особистісного зростання та становлення як фахівця, а пошук шляхів її успішної адаптації до нових соціальних умов та нової діяльності є важливою передумовою успішної навчальної діяльності студентів, від якої залежить подальше особистісне та професійне зростання майбутнього фахівця. Саме у студентському віці розкриваються потенційні можливості особистості, вдосконалюється інтелект, формуються нові соціальні настанови, ціннісні орієнтації, професійні наміри, розвиваються професійні здібності. Соціальна адаптація студентів у вищому навчальному закладі залежить від індивідуально-психологічних особливостей, особистісних, ділових і поведінкових якостей, ціннісних орієнтацій, стану здоров'я, соціального оточення, статусу сім'ї тощо. Від успішності соціальної адаптації студента залежить подальше особистісне та професійне зростання молоді людини.

Мета статті – зробити психологічний аналіз проблеми соціальної адаптації студентів в умовах навчання у вищому навчальному закладі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема адаптації студентської молоді привертала увагу багатьох вітчизняних дослідників. Науковці Г. О. Балл, О. І. Борисенко, А. О. Вербицький, А. В. Захарова, В. А. Кан-Калік, М. В. Левченко, С. Д. Максименко, О. Г. Мороз, Н. В. Чепелева, В. С. Штифурак у систематичних психолого-педагогічних дослідженнях вирішують першочергові завдання адаптації молоді до навчання у вищих навчальних закладах.

У психологічній науці поняття "соціальна адаптація" вивчається і використовується не у спрощеному, а в глибокому психологічному значенні. Наукові праці О. П. Власової, В. М. Москаленко, Л. Е. Орбан-Лембрик присвячено соціальній адаптації особистості в нових ринкових умовах.

Дослідження проблеми соціальної адаптації та соціалізації студентів стало можливим в контексті нових праць вчених педагогів та психологів, які сформулювали теоретичні підходи, критерії, обґрунтували необхідний зміст проблеми і принципи її становлення, досліджували ступені соціальної адаптації, аналітично визначили психологічну готовність студентів до праці. Ці дослідження здійснено Є. О. Климовим, О. В. Киричуком, О. М. Леонтьєвим, Н. І. Литвиною, Н. Г. Ничкало, П. С. Перепелицею, Н. А. Побірченко, В. В. Синявським, Ю. М. Швалбом та іншими науковцями. Соціальна адаптація науковцями розглядається як процес активного пристосування особистості до певних умов, що передбачає енергійну діяльність особи, яка адаптується.

Результати теоретичного дослідження. Адаптація як соціальне явище являє собою процес включення особистості в нове для неї соціальне середовище, зокрема в колектив, становлення її діячем, активною функціонуючою частиною, об'єктом і суб'єктом відносин цього середовища, перетворення нового середовища найближчого оточення в засіб життєдіяльності. Критерії адаптації виявляють ступінь активності в колективі, різнобічність її діяльності, значення для суспільства чи колективу, що адаптується [6, с. 283].

Розглядаючи соціальну адаптацію як форму реалізації процесу соціалізації Л. Е. Орбан-Лембрик підкреслює, що це вид взаємодії особи із соціальним середовищем, у процесі якого відбувається узгодження вимог та сподівань обох сторін. Цей процес вказує на пристосування індивіда до рольових функцій, соціальних норм, спільностей, до умов функціонування різних сфер суспільства [5, с. 90].

За результатами досліджень вчених соціальна адаптація припускає:

- адекватне сприйняття оточуючої дійсності і самого себе;
- адекватну систему відносин та спілкування з оточуючими;
- здатність до праці, навчання, до організації відпочинку;
- здатність до самообслуговування та самоорганізації у колективі;
- адекватність поведінки у відповідності до рольових очікувань.

У своїх роботах С.І. Самигін соціальну адаптацію студентів у вищому навчальному закладі поділяє на:

- *професійну адаптацію* (пристосування до характеру, змісту, умовам і організації навчального процесу, формування навичок самостійності в навчальній і науковій роботі);
- *соціально-психологічну адаптацію* (пристосування особистості до групи, взаємовідносин в ній, формування власного стилю поведінки) [6, с. 284-285].

Адаптація кожного студента до вищого навчального закладу, до навчально-професійної діяльності, професійне його зростання як фахівця відбувається в студентській групі, значення якої важко переоцінити. Навчання в університеті – це досить складний і багатограний процес в житті кожного студента, до якого входить активне пристосування до нових умов життя, включення в новий вид діяльності, пристосування до нового соціального середовища. Тому важливим аспектом адаптації вважається прийняття індивідом нової соціальної ролі а допомогти йому в цьому може колектив студентської академічно групи. О. Г. Мороз, досліджуючи форми адаптації студентів, зазначає, що *соціально-психологічна адаптація* – це процес внутрішньої інтеграції груп студентів-першокурсників і інтеграція цих груп зі студентським оточенням загалом; пристосування до нового соціального оточення (викладачі, однокурсники, сусіди в гуртожитку, соціальна структура великого міста тощо); перебудова наявних соціальних навичок і звичок; різкий перехід до самостійного життя [4, с. 65].

Визначаючи внутрішні і зовнішні фактори соціально-психологічної адаптації студентів до умов ВНЗ Т. Б. Буяльська наводить основні з них:

- *фактори професійної адаптації*: ставлення студентів до обраної професії і бажання працювати в певній галузі знань; прагнення поглибити знання про особливості професії, стати фахівцем в обраній спеціальності; професійна та педагогічна компетентність викладачів навчального закладу та інші;
- *фактори соціальної адаптації*: рівень соціальної і моральної зрілості; психологічної культури; культури поведінки; правової культури; мовленнєвої культури; комунікативні властивості індивіда та інші;
- *фактори біологічної адаптації*: загальний стан здоров'я і тип організації нервової діяльності; санітарно-гігієнічні умови навчання; організація побуту, харчування, відпочинку студентів;
- *фактори психологічної адаптації*: успішність (неуспішність) професійної, соціальної та біологічної адаптації (професійне самовизначення, соціальний статус, сформованість соціально-значимих здібностей, якостей, становище в колективі, задоволення (незадоволення) особистим статусом, можливість прояву індивідуальності та ін.) [1, с. 43].

Така класифікація дозволяє розглядати соціальну адаптацію студентів як комплексний, динамічний процес, обумовлений взаємодією профорієнтаційних, соціальних, біологічних і психологічних факторів.

Процес особистісної адаптації відображає той загальний результат адаптації, коли людина відчуває психологічний комфорт від ситуацій свого життя, приймає її як конструктивно значущу, що відкриває подальші перспективи розвитку. В залежності від соціальних, соціально-психологічних факторів вихід особистості з кризового стану може бути успішним.

І. Кон соціально-психологічну адаптацію розглядає як особистісну адаптацію, тобто адаптацію особистості до соціальних проблемних ситуацій, звикання індивіда до нових умов зовнішнього середовища, взаємне пристосування індивіда і середовища [2, с. 81].

В. А. Семиченко показниками особистісного рівня адаптованості вважає: зниження особистісного рівня тривожності; домінування позитивних емоцій; відсутність бажання змінити життєву ситуацію; стійка адекватна самооцінка; впевненість у собі, у власних силах, у здатності вирішити проблеми свого життя тощо [8].

Таким чином, особистісний рівень адаптації посідає важливе місце у структурі проадаптаційного механізму. Адапованість є кінцевим продуктом складного процесу входження особистості у нові умови. Саме в процесі соціально-психологічної адаптації людина бажає досягнути гармонії.

При дослідженні проблеми соціальної адаптації студентів ми виділяємо три напрямки. Перший напрям в основному пов'язаний з психоаналітичними концепціями взаємодії особистості і соціального середовища, хоча до цього ж напрямку можна віднести і деякі психоаналітичні підходи, в основному пов'язані з психосоматичною і психофізіологічною проблематикою. В рамках цього напрямку соціальна адаптація трактується як результат, який виражається у рівновазі особистості з вимогами зовнішнього середовища. Зміст процесу адаптації описується узагальненою формулою: конфлікт – тривожність – захисні реакції. Окрім праць авторів психологічної і психоаналітичної орієнтації (L. Berkowitz, E. Erikson, S. Freud та ін.) близький до цього підхід реалізується в концепції загального адаптаційного синдрому Г. Сельє (1979, 1992). В рамках цього напрямку конфлікт розглядається як наслідок невідповідності потреб особистості, який обмежується вимогою соціального середовища. Результатом конфлікту є актуалізація стану особистісної тривожності. Реагуючи на тривожність і порушення внутрішнього гомеостазу, "его" мобілізує особистісні ресурси. Виключаються захисні реакції, які переважно діють на несвідомому рівні. Важливо підкреслити, що ступінь адаптивності особистості при даному підході визначається характером її емоційного самопочуття. Внаслідок цього виділяють два рівні адаптації: адаптованість і неадапованість. Адапованість при цьому зв'язується з відсутністю в особистості тривоги, неадапованість – з наявністю проявів тривоги.

Слід підкреслити, що підхід американського психолога Е. Еріксона, який прийнято відносити до даного напрямку досліджень соціальної адаптації, має істотні особливості. Ці особливості заключаються в тому, що за Е. Еріксоном, процес адаптації описується за формулою: протиріччя – тривога – захисні

реакції індивіда в середовищі – гармонічна рівновага або конфлікт. Тобто конфлікт – лише один із можливих вихідних взаємодії особистості і середовища. Він виникає, коли недостатні захисні реакції індивіда і недостатні "поступання" середовища.

Другий напрям досліджень соціальної адаптації представлено в роботах, в яких у якості цілі адаптації розглядається досягнення позитивного духовного здоров'я і відповідності цінностей особистості цінностям соціуму. При цьому припускається розвиток у адаптуючого індивіда певних необхідних особистісних якостей. У цьому підході (G. Allport, A. Maslow, C. Rogers, V. Frankl) критикується розуміння адаптації в рамках гомеостатичної моделі. У гуманістичній психології, на противагу ідеї гомеостазу, висувається положення про оптимальну взаємодію особистості і середовища. Особливо важливо відмітити, що стан оптимальності трактується як динамічний. Тобто можливе його порушення, при якому актуалізується прагнення до його досягнення знову, але, можливо, на іншому (більш високому або більш низькому) рівні. Процес адаптації у даному підході описується за формулою: конфлікт – фрустрація – акти пристосування. Причому конфлікт виникає при розбіжності реальності не з будь-якими потребами особистості взагалі, а лише тоді, коли фруструються фундаментальні потреби особистості. До їх числа А. Маслоу [3] відносить фізіологічні потреби, потреби у безпеці, потреби у приналежності до групи, у спілкуванні, потреби у повазі, визнанні, любові і потреба в самоактуалізації.

Виділяють конструктивні і неконструктивні поведінкові реакції. За А. Маслоу, критеріями конструктивних реакцій є: детермінація їх потреб соціального середовища, направленість на вирішення певних проблем, однозначна мотивація і чітка уява цілі, усвідомлення поведінки, наявність в прояві реакцій певних змін внутрішньо особистісного характеру і між особистісною взаємодією. Ознаками неконструктивних реакцій є: агресія, реагресія, фіксація і т.д. ці реакції на усвідомлюються і направлені на усунення неприйнятих переживань їх свідомості, реально не вирішуючи самих проблем. Отож, ці реакції є аналогом захисних реакцій (які розглядаються в психоаналітичному напрямку).

Отже, в рамках напрямку досліджень соціальної адаптації студентів, процес адаптації є процесом оптимальної взаємодії особистості і середовища. Основним критерієм адаптованості тут виступає ступінь інтеграції особистості і середовища.

Ще один підхід у дослідженні соціальної адаптації пов'язаний з концепціями "когнітивної психології" особистості. Формула така ж: конфлікт – загроза – реакція пристосування. Однак зміст її інший. Припускається, що, якщо в процесі інформаційної взаємодії з середовищем особистість зіштовхується з інформацією, яка протирічить її установкам, виникає розбіжність між змістовним компонентом установки і реальною ситуацією. Ця розбіжність (когнітивний дисонанс) і переживається як стан дискомфорту (загроза).

В підході до проблеми соціальної адаптації з позиції когнітивного дисонансу, як і в інших теоріях виділяються два рівня адаптації: адаптація і дезадаптація. Адаптованість пов'язується з відсутністю переживання загрози, дезадаптація – з вираженням емоційним переживанням.

Значимим, що соціальна адаптація є постійним процесом пристосування особистості до умов соціального середовища, який, відмітимо, може проходити з різною ступінню результативності не тільки у різних суб'єктів, але і в одних і тих же суб'єктів у різних життєвих ситуаціях.

В структурі соціальної адаптації особистості виділяються наступні компоненти (критерії адаптованості): вихідні параметри діяльності особистості, ступені інтеграції особистості з макро- і мікросередовищем, ступінь реалізації внутрішньо особистісного потенціалу, емоційне самопочуття [7]. Використання цих показників у якості критеріїв адаптації дозволяє виділити чотири основні рівні адаптованості особистості: високий оптимальний, високий надмірний, низький дезадаптивний. Ознаками соціальної адаптації особистості є намагання до самоактуалізації і можливість найбільш повної реалізації цього намагання як динамічних і процесуальних параметрів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Під соціальною адаптацією зазвичай розуміють:

- постійний процес активного пристосування індивіда до умов соціального середовища;
- результат цього процесу.

При цьому виділяють основні типи адаптаційного процесу:

- тип, який характеризується перевагою активного впливу на соціальне середовище;
- тип, обумовлений пасивним, конформним прийняттям цілей і ціннісних орієнтацій групи;
- тип, який базується на реалізації гнучкої, комбінованої стратегії соціальної адаптації.

При такій комбінованій стратегії актуалізація зовнішньої активності (зміна середовища) або внутрішньої активності (зміна себе) виникає в результаті оцінки ситуації, оцінки потенціалу особистості і оцінки імовірності успішної соціальної адаптації у залежності від вибраного виду активності. Третій тип адаптаційного процесу, на нашу думку, є оптимальним і найбільш результативним.

Вибір одного з варіантів типу адаптаційного процесу студентів здійснюється в результаті оцінки особистістю імовірності успішної адаптації при різних типах адаптаційної стратегії. При виборі стратегії особистістю оцінюються:

- а) вимоги соціального середовища – їх сила, ступінь ворожості, ступінь обмеження потреб особистості, ступінь дестабілізуючого впливу тощо;
- б) потенціал особистості в плані зміни; пристосування середовища до себе;
- в) ціна зусиль (фізичні та психологічні витрати) при виборі стратегії зміни середовища або стратегії зміни себе.

Зрозуміло, що оцінка всіх цих параметрів відбувається у згорнутому виді або навіть на неусвідомлювальному, інтуїтивному рівні.

Розповсюдженням є твердження про те, що основні типи адаптаційного процесу формуються в залежності від структури потреб і мотивів індивіда. Це твердження є не досить термінологічно точне, так як краще говорити не про індивід, а про особистість, якщо вже мова йде про соціальну адаптацію.

З точки зору психодіагностики було б доцільним створення такої методики вивчення соціальної адаптації особистості, яка б засновувалась на системному підході. Робота в цьому напрямку ведеться. Разом з тим багато психодіагностичних методик виходять на проблему соціальної адаптації особистості і можуть використовуватися в цьому ракурсі. Наприклад, в методиці Т. Лірі (Т. Leary) прямо йде мова про адаптаційний і дезадаптаційний рівень розвитку якостей. Певна структура мотивації (методики Х. Хекхаузена, К. Замфір, А. Реана та ін.) може сприяти соціальній адаптації особистості, в тому числі і професійної адаптації. Перелік методик, які так чи інакше виходять на проблему вивчення соціальної адаптації особистості можна вважати достатнім для розвитку даної проблеми. Було б практично корисно створити набір комплексної психодіагностики соціальної адаптації особистості, безпосередньо спрямовану на вирішення саме цієї діагностичної задачі, із врахуванням розглянутої тут складності і багатоаспектності самого феномену соціальної адаптації особистості.

Використані джерела

1. Буяльська Т. Б. Теоретичні аспекти адаптації студентів I курсу до навчання у ВНЗ / Т. Б. Буяльська // IX МНПК Гуманізм та освіта – 2008.
2. Кон И. Социализация и воспитание молодёжи / И. Кон. – М., 1989. – 320 с.
3. Маслоу А. Самоактуализация личности и образование/ Перевод с англ., предисловие Г. А. Балла / А. Маслоу. – Киев-Донецк, 1994. – 52 с.
4. Мороз О. Г., Падалка О. С., Юрченко В. І. Педагогіка і психологія вищої школи / О. Г. Мороз, О. С. Падалка, В. І. Юрченко. – К. : НПУ, 2003. – 267 с.
5. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: Навчальний посібник / Л. Е. Орбан-Лембрик. – К. : Академвидав, 2005. – 448 с.
6. Педагогика и психология высшей школы. Учеб. пособие для вузов / Отв. ред. С. И. Самыгин. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1998.
7. Реан А. А., Коломинский Я. Л. Социальная педагогическая психология / А. А. Реан, Я. Л. Коломинский. – СПб. : Издательство "Питер", 2000. – 416 с.
8. Семиченко В. А. Психология деятельности / В. А. Семиченко. – К.: Издатель Ешке А. Н., 2002. – 248 с.

Polishchuk S.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SOCIAL ADAPTATION OF STUDENTS ARE TO STUDIES IN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT

In the article psychological essence of social adaptation is exposed in the conditions of studies in higher establishment of education. The further personality and professional increase of young man depends on success of social adaptation of student. A concept "social adaptation" is certain in the context of deep psychological value. Undertaken a theoretical study allows to examine social adaptation of students as complex, dynamic process conditioned by co-operation professionally of orientation, social, biological and psychological factors.

The process of personality adaptation represents that general result of adaptation, when a man feels a psychological comfort from the situations of his life, accepts her as structurally meaningful, that opens the further prospects of development. In the structure of social adaptation of personality choose next components (criteria of adapted) are distinguished: initial parameters of activity of personality, degrees of integration of personality with macro and micro environment, degree of realization inwardly of personality potential, emotional feel. The use of these indexes in quality criteria of adaptation four basic levels adaptation of personality allow to distinguish: high optimal, high excessive, low maladaptive with all this going on distinguish the basic types adaptation process: type that is characterized by advantage of active influence on a social environment; type, which conditioned by the passive, conformal acceptance of aims and valued orientations of group; type that is based on realization of the flexible, combined strategy of social adaptation.

List of methodologies that investigate the problem of study social adaptation of personality it is possible to consider sufficient for evolution this problem. It would be practically useful to create the set of complex psychoactivator of social adaptation of personality, directly sent to the decision self of this troubleshooting problem, with taking into account of the complication and multidimensionality of the phenomenon of social adaptation personality considered here.

Keywords: adaptation, social adaptation of students, personality adaptation, personality even adaptations, behavior reactions, maladaptive.

Стаття надійшла до редакції 19.10.2014