

УДК 316.334:37(355)

Третяк О.С., Чебоненко С.О.

ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ

Представлений у статті підхід до посилення мотивації курсантів першого курсу до навчання ґрунтується на врахуванні потреб, очікування, установки, системи взаємовідносин. До умов, які впливають на адаптацію курсанта віднесені такі, як: формулювання чітких і зрозумілих вимог; ознайомлення з системою навчання у вищій; регулярне обговорення проблем; навчання правильно розподіляти вільний час; перебудова системи звичок; психологічна підтримка в стресових ситуаціях; активна робота органів студентського самоврядування; розвиток соціальних, пізнавальних, комунікативних мотивів учіння, інтелектуальної активності; забезпечення матеріальних, духовних та соціальних потреб, ціннісної етичної орієнтації; формування адекватної самооцінки тощо.

Ключові слова: взаємовідносини, пристосування першокурсників до вимог, рівні адаптації, роль командирів, фактори впливу на мотивацію.

Постановка проблеми. На курсантів першого курсу, які поступили до вищого навчального закладу із специфічними умовами навчання, в адаптаційний період діють різноманітні внутрішні та зовнішні фактори, вплив яких на особистість характеризується: чіткою регламентацією життя; статутними взаємовідносинами; значними фізичними та розумовими навантаженнями; примусом з боку командирів різного рівня; обмеженнями в сфері задоволення сексуальних та харчових потреб; відсутністю бажаних контактів з рідними, близькими та друзями, можливості вільно пересуватися; небагатою палітрою позитивних емоцій; боротьбою за лідерство в курсантській групі; пристосуванням до групових норм; реалізацією особистісних очікувань; подоланням перешкод та інтелектуальною активністю; взаємною трансформацією пізнавальних і професійних мотивів; формуванням нових особистісних цінностей, потреб, інтересів, установок, досвіду, спрямованості; формуванням навичок міжособистісних відносин; поведінковими реакціями, що викликані образом "Я" та самооцінкою курсанта; проблемами із психологічною саморегуляцією поведінки тощо. Всі ці психологічні фактори, як зовнішні, так і внутрішні, залежно від їхньої тривалості й інтенсивності впливу на особистість курсанта, можуть викликати стрес та фрустрацію, і як наслідок – дезадаптацію. Таким чином, це актуалізує розгляд проблеми посилення мотивації курсантів першого курсу до навчання у період адаптації з тим, щоб наслідки дезадаптації були мінімальними.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових публікацій, присвячених проблемам адаптації студентів (О. Алексєєва [1], Д. Андрєєва [2], Г. Балл [5], М. Варій [6] та ін.) та курсантів (Г. Васильєв [3], М. Горліченко [4], В. Покалюк [7], В. Павлушенко [8], В. Лефтеров [9], Б. Рудов [10] та ін.), показав, що студенти та курсанти першого курсу, по-різному відчують потребу в психологічній підтримці й допомозі.

Одні дослідники вказують на те, що "виділяють три послідовних рівні в розвитку процесу адаптації курсантів вищого навчального закладу "закритого типу": часткова адаптованість; достатня адаптованість; повна адаптованість. Ці рівні характерні для всіх різновидів адаптації, але кожному з них притаманні свої показники та свої часові етапи їх досягнення. Тому, повна адаптація у вищому навчальному закладі "закритого типу" настає лише після досягнення курсантом рівнів повної адаптованості до основних видів діяльності: навчання, служби, соціокультурного життя" [8]. Водночас, як зазначає В. Павлушенко, "якість засвоєння навчального матеріалу, як показник навчальної адаптованості, характеризують результати успішності навчання курсантів – першокурсників" [7].

В. Лефтеров називає такі аспекти адаптації студентів та курсантів до умов навчання у ВНЗ як соціальний, професійний і фізіологічний. Він надає певного значення очікуванню курсантів, коли, як зазначає науковець, "зміст і сутність цих очікувань не меншою мірою зумовлюється самооцінкою та рівнем домагань курсанта, які є базою для побудови ним більш узагальнених, інтегрованих уявлень про себе, що виступають уже в формі "образу Я", "Я-концепції". Такі очікування зумовлено не лише індивідуальними психологічними властивостями кожного курсанта, але й навчальною діяльністю, організаційною структурою курсантської групи, груповими нормами та еталонами перспектив розвитку суспільного життя. У стійких малих групах вони відображають необхідність взаємоузгоджених дій членів окремої групи" [9].

Водночас, Б. Рудов розглядає соціально-психологічну адаптацію курсантів, як вагомий і невіддільний аспект психологічної адаптації, що включає приведення індивідуальної та групової поведінки у відповідність до пануючої в цій соціальній і професійній групі системи норм та цінностей [10].

Інші дослідники зосереджують увагу не лише на навчальних досягненнях курсантів, що пов'язані з адаптацією. Головним для них є ефективність функціонування в них сенсорних і сенсомоторних систем, пам'яті й уваги, показники мотивації навчальної діяльності, набуття особистісних властивостей та ін. [1; 2]. Отже, існують неоднозначні підходи до розуміння адаптації та умов, що дозволяють робити її процес

Мета статті полягає у розгляді факторів, що впливають на успішну адаптацію курсантів першого курсу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Психологічну адаптацію курсантів першого курсу до умов перебування у вищому навчальному закладі із специфічними умовами навчання можна визначити як формування особистісних властивостей, які дозволяють курсанту успішно здійснювати навчальну діяльність, переробляти та засвоювати нову інформацію, адекватно взаємодіяти та сприймати групові норми, успішно оволодівати вміннями користуватися методами саморегуляції, мати стійку мотивацію до подальшої професійної діяльності. Водночас показниками адаптації можна вважати такі, як: *дезадаптація* (нездатність пристосуватися до умов навчання та відсутність мотивації до зміни свого ставлення до вимог, що висувують оточуючі); *вибіркова адаптація* (вибіркове пристосування до умов навчання та взаємодії з оточуючими; розвиток властивостей, які дозволяють курсанту витримувати психологічне та фізичне навантаження в певних сферах життєдіяльності, спираючись на мотивацію, пам'ять, увагу, вольові якості тощо); *загальна адаптація* (безконфліктне включення у систему взаємовідносин; пристосування до вимог середовища; вияв мотивації та індивідуальних властивостей, які дозволяють результативно виконувати поставлені завдання).

Анкетування курсантів показало, що їх турбують питання взаємовідносин (мають труднощі у спілкуванні з: однокласниками – 37%, молодшими командирами – 43%; керівництвом курсу – 28%), розподілом часу (58%), перебудові системи звичок (39%), навчанням (26%).

Проведені дослідження показують, що на формування позитивної мотивації курсантів першого курсу до навчання у виші із специфічними умовами навчання здійснюють вплив такі фактори, як:

– зменшення тягаря негативних емоцій у спілкуванні з командирами. Негативні емоції виникають внаслідок переживань з приводу невдач, які виділяють і про які повідомляють курсанту його командири. Ці невдачі об'єктивно виникають внаслідок того, що курсант, наприклад, може не зовсім правильно виконувати стройові прийоми, рапортувати командирів тощо. Зосередження уваги з боку командирів на цих невдачах та порівняння з досягненнями інших курсантів, змушує одних курсантів більш наполегливо працювати над усуненням помилок, а у інших це викликає стрес і фрустрацію, формує комплекс неповноцінності та мотивує до перегляду життєвих цілей. Такі курсанти, як правило, залишають навчання у виші протягом перших двох-трьох тижнів. Водночас, у тих курсантів, які залишилися навчатися, повсякчас відбувається боротьба мотивів, адже завжди існує альтернатива повернутися у звичне для них середовище, в якому не такі суворі правила та регламентація повсякденного життя. Для того, щоб у курсанта не виникло почуття "меншовартості", командирам не слід підкреслювати його недоліки, а треба показувати шляхи їх усунення, без крику, лайки, залякування нарядами та обмеження вільного часу, що відводиться на відпочинок. Мотивувати курсанта до оволодіння необхідними знаннями та вміннями доцільно у декілька етапів.

На першому етапі необхідно, щоб він сам визначив, що саме не дозволяє йому виконувати ті чи інші вимоги командира.

На другому етапі курсант самостійно має вибрати план усунення виявлених недоліків. Якщо він не може це зробити самостійно, треба дати можливість вибрати йому помічника, або самому командирів надати курсанту потрібну допомогу. Важливо навчити курсанта самостійно оцінювати свої дії. Такий самоконтроль є найкращим стимулом для того, щоб курсант почав працювати над собою.

На третьому етапі треба враховувати те, що кожна людина очікує з боку оточуючих схвалення своїх успіхів, особливо, якщо для цього їй довелося докласти певних зусиль. Заохочення курсанта та підтримка з боку командирів дозволяє йому самоствердитися як відносно себе, так і в курсантському середовищі. Бажано, щоб позитивні висловлювання з боку командирів відносно конкретного курсанта відбувалися в присутності інших курсантів, що стимулюватиме останніх до створення позитивної атмосфери в спілкуванні, формуванню хорошого психологічного мікроклімату в колективі. Покарання всієї курсантської групи за проступок одного курсанта, навпаки, створюватиме передумови для виникнення конфліктів, напруження у взаємовідносинах між курсантами;

– формулювання чітких і зрозумілих вимог з боку курсових та науково-педагогічних працівників впливає на ставлення курсантів до виконання різноманітних вимог, розпоряджень, формує переконання в правильності своїх дій та вчинків, мотивує до прояву активності та ініціативи;

– ознайомлення курсантів з новою для них системою навчання у виші, що відрізняється від шкільної, дозволяє налаштувати курсанта на певну навчальну діяльність, орієнтує на бажаний результат, показує шляхи досягнення успіху у навчанні, нівелює почуття невизначеності та невпевненості. Курсант має знати, що йому треба зробити, щоб отримати необхідну суму балів за системою ЄКТС на поточних заняттях та мати залік чи високий бал на екзамені з тієї чи іншої навчальної дисципліни;

– створення умов для самостійної роботи в бібліотеці, читальній залі, гуртожитку Академії сприяє задоволенню пізнавальних потреб курсантів, їхній підготовці до різних видів навчальних занять, формує почуття впевненості та готовності до відповіді, виникнення бажання проявити себе, а отже розвиває вольові якості;

– регулярне обговорення проблем, що виникають у курсантів з керівництвом вишу, працівниками курсової ланки. Методами та прийомами, якими в цьому випадку можуть скористатися представники управлінської ланки Академії можуть бути такі:

- а) ініціювання проведення зустрічей з першокурсниками для того, щоб отримати необхідну інформацію та зрозуміти їхню позицію щодо тих чи інших питань, вислухати аргументацію курсантів щодо прийняття певних рішень;
- б) бажано поставити себе на місце курсантів, уважно їх слухати, перетворити зустріч на діалог, наводити переконливі аргументи, робити висновки і доводити прийняті рішення до відома курсантів та погоджувати їх з ними;
- в) намагатися толерантно ставитися до предмету дискусії, виділяти ключові моменти, не з'ясовувати особистісні стосунки, зберігати спокій, пам'ятаючи про те, що існують такі психологічні явища, як "психологічне навіювання" і "психологічне зараження";
- г) виявляти впевненість, заохочувати до обміну думками, доводити до відома присутніх результати попередніх зустрічей та цікавитися наслідками прийнятих управлінських рішень;
- д) підтримувати лідерів студентського самоврядування та періодично заслуховувати їх на засіданнях вченої ради Академії;

– забезпечення можливості отримати психологічне індивідуальне та групове консультування. У цьому випадку, з курсантами має постійно працювати старший психолог, викладачі кафедри психології. Курсанти мають чітко розуміти, що означені особи будуть дотримуватися принципів: конфіденційності та анонімності; добровільності звернення курсанта за консультацією; неупередженого ставлення; спонукання курсанта до активного пошуку шляхів вирішення проблеми; розмежування особистісних стосунків та субординації тощо;

– навчання правильно розподіляти час в умовах суворої регламентації дня першокурсника є досить складним завданням, і в цьому можуть стати в пригоді такі поради:

- а) намагатися виконувати роботу у відведений час. Часто так буває, що курсант не робить необхідні записи під час навчального заняття, а потім йому доводиться це робити у вільний від занять час;
- б) не відкладати на останній момент виконання тих чи інших завдань, оскільки це позначається як на якості результату, так і на емоційному стані; розподіляти справи залежно від їхньої важливості та терміновості. Бажано робити відповідні записи та позначки щодо виконання цих справ;
- в) під час планування треба передбачати час як для виконання певних справ, так і для відпочинку, зняття нервового навантаження через прослуховування улюбленої музики, спілкування з друзями, перегляду телепередач тощо;
- г) не відволікатися від виконання важливих завдань;
- д) під час виконання навчальних завдань не лінуватися робити записи в конспекті, це дозволить краще запам'ятати навчальний матеріал та швидко пригадати його в подальшому у процесі підготовки до заліку чи іспиту;
- е) планувати розподіл свого часу на кожний день, тиждень, місяць;
- ж) підводити підсумки зробленого, аналізувати досягнення і невдачі, не гаяти час на пустопорожні балачки, переключатися з розумової праці на фізичні вправи;

– організація спортивно-масової роботи та культурного дозвілля курсантів-першокурсників дозволяє розвинути їхні здібності, згуртувати колектив, сформувані позитивні традиції, дати можливість проявити емоції;

– перебудова системи звичок ґрунтується на формуванні нових стереотипів, що дозволяє краще пристосуватися до оточуючої дійсності, змінити ставлення до наказів, правил внутрішнього розпорядку, статутних вимог. Прикладом для першокурсників є курсанти старших курсів, які своєю поведінкою, ставленням до навчання, дотриманням чинних правил спонукають діяти у прийнятний спосіб першокурсників, які таким чином самостверджуються і прагнуть не виділятися з основної маси курсантів, що є наслідком конформної поведінки. У той же час, негативний приклад старшокурсників не стимулює до формування у першокурсників позитивних якостей, а безкарність з боку командирів породжує хибні уявлення про особистість курсанта, його моральний облік;

– психологічна підтримка в стресових ситуаціях (проблеми в родині; конфлікти з іншими курсантами або керівництвом; розлади здоров'я; непорозуміння з коханим чоловіком; значні фізичні та психічні навантаження та ін.) може надаватися не лише психологом, а й оточуючими. Для цього треба створити позитивний морально-психологічний клімат в курсантській групі, коли негативний емоційний стан кожного курсанта стає причиною переживань небайдужих оточуючих, здатних самостійно або за допомогою постійного персоналу Академії надати необхідну психологічну допомогу та підтримку;

– активна робота органів студентського самоврядування впливає на вироблення соціальної позиції курсантів, прояву їхньої життєвої активності, формує почуття відповідальності за вироблення та реалізацію рішень, що спрямовані на покращення умов навчання та відпочинку в Академії. Залучення курсантів-першокурсників до роботи в органах студентського самоврядування дозволяє їм швидше адаптуватися, ставати повноцінними представниками свого курсу в органах управління вищим навчальним закладом, впливати на загальну політику вишу в частині реалізації прав та прагнень курсантів;

– методом формування установки та підтримка мотивації до навчання, як цілеспрямованої дії, що дозволяє досягти поставленої мети є розвиток соціальних, пізнавальних, комунікативних мотивів учіння, інтелектуальної активності першокурсників через залучення їх до участі в науково-практичних конференціях, круглих столах, семінарах, конкурсі курсантських наукових робіт, курсантсько-студентському форумі та ін.;

– забезпечення матеріальних, духовних та соціальних потреб, ціннісної етичної орієнтації. Методами переведення цінностей суспільних у цінності суб'єктивно значущі для самого першокурсника можуть стати екскурсії по історичним місцям, кінолекторії, музейні експозиції, організація концертів, театралізованих вистав, творчих конкурсів, клубу кмітливих та винахідливих, залучення до реалізації в загальноосвітніх школах проекту освіта проти наркотиків "Вибір" та ін.;

– самоствердження, як формування адекватної самооцінки курсантів-першокурсників, почуття власної гідності, набуття сенсу життєдіяльності. Може бути забезпечено шляхом створення умов для розширення сфери взаємодії курсанта з середовищем, осмисленого прийняття ним норм та суспільних правил поведінки, співпраці на заняттях та в побуті, затвердження особистістю своєї індивідуальності та надання можливості проявляти лідерські якості як майбутнього офіцера.

Висновки та напрямки подальших досліджень. Проведений аналіз факторів, що впливають на дезадаптацію курсантів-першокурсників, а також розгляд методів та прийомів, які дозволяють сприяти їхній успішній адаптації, вказують на те, що процес проходження адаптації не можна залишати без уваги і надання необхідної підтримки та допомоги курсантам, без створення сприятливих умов, без залучення до роботи з курсантами різних фахівців, і в першу чергу командирів, тих хто повсякденно взаємодіє з курсантським середовищем. Вирішення проблеми адаптації курсантів першого курсу не обмежується вище наведеними підходами. Подальших розвідок потребують питання, що торкаються формального і неформального лідерства в курсантському середовищі, побудови системи взаємовідносин на рівні "курсант – молодший командир".

Використані джерела

1. Алексеева О.Ф. Индивидуально-психологический фактор адаптации субъекта учебной деятельности / Алексеева О.Ф. – М. : Наука, 1995. – 23 с.
2. Андреева Д.О. О понятии адаптации, исследование адаптации к условиям учебы в вузе / Д.О. Андреева // Человек и общество. – Л., ЛГУ, 1973. – № 13. – С. 65–66.
3. Васильев Г.І. Особливості адаптаційного процесу курсантів вузу "закритого типу" / Г.І. Васильев // Вісник Одеського інституту внутрішніх справ. – Одеса : Вісник Одеського інституту внутрішніх справ. – 1997. – № 4. – С. 132–137.
4. Горліченко М.Г. Фактори адаптації курсантів військового вузу / М.Г. Горліченко // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету. Зб. наук. пр. – Одеса : ПДПУ ім. К. Д. Ушинського, 2001. – Вип. 3–4. – С. 147–151.
5. Балл Г.А. Понятие адаптации и ее значение для психологии личности / Г.А. Балл // Вопр. психол., 1989. – № 1. – С. 92–100.
6. Варій М.Й. Психологія особистості: навч. пос. / М.Й. Варій. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 592 с.
7. Покалюк В.М. Особливості навчальної адаптації курсантів ВНЗ державної служби України з надзвичайних ситуацій [Електронний ресурс] / Покалюк В.М. – Режим доступу : <http://nuczu.edu.ua/sciencearchive/Conferences/ProblemsOfCivilProtection>
8. Павлушенко В.М. Специфіка процесу адаптації слухачів військових вузів до професійної діяльності / В.М. Павлушенко // Збірник наукових праць. – № 18, Ч. II. – Хмельницький: Вид-во НАПВУ, 2001. – С. 292–296.

9. Лефтеров В.О. Психологічні аспекти проблеми адаптації курсантів до навчального простору [Електронний ресурс] / В.О. Лефтеров. – Режим доступу : http://www.nbuiv.gov.ua/old_jrn/e-journals/Vnadps/2010_4/10lvodnp.pdf
10. Рудов Б.А. Адаптація курсантів молодших курсів до навчання у вищому військовому навчальному закладі: дис. ... кандидата пед. наук : 20.02.02 / Рудов Борис Анатолійович. – Хмельницький, 2002. – 202 с.

Tretiak H., Chebonenko S.

FACTORS THAT INFLUENCE THE EFFICIENCY OF THE FIRST-YEAR CADETS' ADAPTATION

In the article the author presents the approach to intensification of the first-year cadets' motivation to learning. It is based on taking into account the adaptation levels (wrong adaptation, selected adaptation, general adaptation), individual features, needs, expectations, tasks, the system of mutual relations both horizontally and vertically.

The author discusses the conditions that influence a cadets' personality during the period of adaptation. These conditions are decreasing the burden of negative emotions in communication with commanders; forming a cadets' distinct and clear responsibilities; introducing cadets' to a new form of learning at the higher educational institutions; organizing conditions to for self-organized work; regular discussion of the problems; providing with psychological assistance, learning to distribute time correctly; organizing sports activities and leisure time; reformation of habits system; psychological assistance in stress situation; active work of students' self-government bodies; the development of social, cognitive, communicative motives for learning intellectual activity; ensuring material, spiritual and social needs, values ethic orientation; forming adequate self-esteem.

The advice how to analyze cadet's achievements and failures, factors which don't allow him to cope with all necessary requirements is given in the article. The conditions of cadets' learning needs satisfaction are outlined. Communication commanders with cadets is presented as means of getting necessary information and possibility to discuss and to make decisions aimed at necessary learning conditions implementation and every day problems solving. The role of psychologist, psychological assistance, efficient time distribution and time planning is carried out. Cadets' uniting promotes visits to theatre, philharmonic, museums, exhibitions and organizing of sports clubs, competitions and others. The author emphasizes the role of psychological assistance to the first year cadets, moral and psychological atmosphere in the group, undergraduates sample, students' self-government bodies, methods of cadets' learning motivation forming and support. The author also underlines the necessity of further investigation of formal and informal leaderships among cadets, organizing of relationship system al the level "cadet – junior commander".

Key words: *mutual relations, first-year cadets, adjusting to responsibilities; adaptation levels; commanders' role, factors of influence on motivation.*

Стаття надійшла до редакції 10.10.2016 р.