

Падалка Юлия Викторовна

канд. психол. наук, доцент

Нефедова Екатерина Михайловна

канд. биол. наук, доцент, директор института довузовского образования

ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный медицинский

университет» Минздрава России

г. Оренбург, Оренбургская область

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ В ВУЗЕ

***Аннотация:** в статье представлен краткий теоретический анализ проблемы адаптации, а также результаты эмпирического исследования психологических особенностей студентов среднего профессионального образования (далее – студентов СПО) на 1 и 2 курсах обучения. Выявлено, что психологическая адаптация студентов СПО на 1 и 2 курсах обучения имеет положительную динамику развития: у студентов первых и вторых курсов качественно разный уровень психологической адаптации. На 1 курсе у студентов СПО повышенные регуляторные свойства и восприимчивость к новому. У студентов 2 курса отмечается низкий уровень дипломатичности и эмоциональной устойчивости, повышенный уровень тревожности.*

***Ключевые слова:** психологическая адаптация, психологические особенности, регуляторные свойства, уровень дипломатичности, эмоциональная устойчивость, тревожность, студенты СПО.*

Адаптация студентов представляет из себя совокупность процессов вхождения в определенные роли и формы деятельности в вузе, приспособления к особенностям выбранной студентом профессии посредством учебного процесса [2]. При этом, имеется в виду, что студент приспосабливается не только к нормам и правилам учебного заведения, новым методам обучения и дисциплинам, но и овладевает нормами и функциями будущей специальности. Здесь функция

адаптации состоит во включении студента в социальную деятельность и повышении его уровня активности и кроме того, она является предпосылкой успешности будущей профессиональной деятельности [3].

Адаптация студентов является непрерывным процессом и результатом приспособления к относительно быстро меняющимся социальным условиям, а также как процесс развития, происходящего в процессе преодоления кризисных периодов [7]. При этом адаптация не сводится к приспособлению к вузовским условиям, а предполагает полноценное развитие личности студента [4].

Анализ литературы по проблеме исследования показал, что процесс вузовской адаптации является неравномерным и гетерохронным, то есть основные компоненты системы личности формируются разновременно (гетерохронность) и с разной скоростью (неравномерность) [8]. Подобной дуальностью обладает разделение адаптации на первичную (включение студента в учебный процесс, среду и коллектив) и вторичную (дальнейший период профессионального становления) [9].

Бабанский Ю.К. [1] разделил адаптацию студентов к вузу на три последовательных этапа: 1 – Определяющий (ломка школьных стереотипов и формирование новых, 1–3 семестры), 2 – Накопительный (4–6 семестры), 3 – Завершающий (7–10 семестры).

Рассматривая этапы адаптации студентов, следует отметить, что все они являются составными процесса профессиональной адаптации – вхождение студента в роль профессионала, его ознакомление с традициями и особенностями профессии. Это касается прежде всего профессионального компонента адаптации.

Цель исследования. Целью нашего исследования является изучение психологической адаптации студентов среднего профессионального образования к учебному процессу в вузе. Сравнение психологических особенностей адаптации студентов СПО к вузу на 1 и 2 курсах обучения.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось на базе Оренбургского государственного медицинского университета в 2023–

2024 годах. Выборку составили студенты первого и второго курсов среднего профессионального образования в количестве 90 человек (60 – студенты 1 курса СПО и 30 – студенты 2 курса СПО).

В качестве психодиагностического инструментария использовалась методика «Шкала тревожности» Ч. Спилберга (STAI, Charles Spielberger, 1983 [58]), которая является способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность, как состояние) и личностной тревожности (как устойчивой характеристики человека). Шкала «Социальной дистанции» (Social Distance Scale, Emory S. Bogardus, 1920 [5]), направлена на определения степени близости или отчужденности между различными группами (расовыми, профессиональными, религиозными), каждая из которых, отдельно или в совокупности, определяется условиями исследования. Шкала «Атмосфера в группе» (F.E.Fiedler, 1990 [6]), используется для оценки психологической атмосферы в коллективе. В основе данной методики лежит метод семантического дифференциала [4]. В качестве методов обработки данных использовались количественный и качественный анализ; методы математической статистики (расчёт среднего арифметического и стандартного отклонения, расчёт критерия U-Манна-Уитни для проверки гипотезы о значимости различий на независимых выборках).

Результаты и обсуждение. Результаты изучения психологической адаптации студентов среднего профессионального образования к учебному процессу в вузе представлены в таблице 1. Средние значения рассчитаны по каждому из факторов, как в целом по выборке испытуемых, так и отдельно по каждому курсу.

Таблица 1

Результаты исследования уровня реактивной и личностной тревожности по «Школе Тревожности» Спилберга Ч.

Уровни тревожности	Р	M±σ	
	1 и 2	1 курс	2 курс

Ситуативная	$p \leq 0.01$	37,5±2,92	44,64±10,33
Личностная	$p \leq 0.01$	38,5±6,91	47,89±8,34

У студентов на всех курсах обучения уровень личностной тревожности выше, чем уровень ситуативной тревожности, в связи с чем можно предположить, что данная разница обусловлена использованием эффективных копинг-стратегий.

Уровень личностной и ситуативной напряженности студентов 1 курса умеренный, что можно объяснить вхождением в начальный этап обучения и отсутствием сформированных представлений о предстоящем обучении.

Студенты 2 курса испытывают самый высокий уровень тревожности, поскольку равноудаленно находятся от начала и завершения образовательного процесса, осознавая в полной мере как ученические обязанности, так и начиная усваивать профессиональные компетенции.

На всех курсах обучения атмосфера в группе оценивается как оптимальная, что объясняется высокой сплоченностью студентов. Все результаты статистически подтверждены, уровни статистической значимости и значения среднеарифметического и среднего стандартного отклонения представлены в Таблице 2.

Таблица 2

Результаты исследования психологической атмосферы в коллективе по методике «Атмосфера в группе» Фидлера Ф.Е.

P		M±σ	
1 курс	2курс	1 курс	2 курс
$p \leq 0.1$	$p \leq 0.1$	39,75±11,3	37,47±18,92

Студенты 1 курса СПО социальную дистанцию со студентами 2 курса СПО оценивают очень близко (как близкого родственника или близкого друга) – можно предположить, что столь чрезмерная близость обусловлена копинг-механизмом «Положительной переоценке», а также гиперкомпенсации близости в целях безопасности, связанной с предстоящим взаимодействием в будущем.

Далее, по увеличению времени обучения в вузе и формированием более адекватного восприятия действительности, социальная дистанция достигает умеренных значений. У студентов второго курса СПО близость со студентами первого курса СПО оценивается, как «был бы рад видеть, как близкого друга» и «соседа». Все результаты статистически подтверждены, уровни статистической значимости и значения среднеарифметического и среднего стандартного отклонения представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты исследования степени близости или отчужденности между студентами 1 и 2 курсов СПО по методике «Социальной дистанции» Богдаруса Е.С.

Р	M±σ	
	1 курс	2 курс
p≤0.1	1,75 ± 0,44	2,69 ± 1,67

На первом курсе обучения уровень психологической адаптации можно определить, как «недостаточно зрелый». Таковым он является в силу отсутствия опыта и четких представлений о предстоящих трудностях, связанных с особенностями обучения в вузе, преобладанием на данном возрастном этапе стереотипов, не в полной мере подходящим к новым условиям социальной ситуации развития. Можно сказать, что на данном этапе обучения студенты воодушевлены переменами в процессе обучения (переход от школьного обучения в вуз) и больше направлены на внешние обстоятельства, нежели на содержание, которое предстоит в них усвоить. Об этом говорит высокий уровень регуляторных свойств и восприимчивости к новому, невысокий уровень тревожности.

На 2 курсе, в виду равной удалённости от начала и окончания обучения, смене старых учебных стереотипов на новые и начала формирования профессиональных компетенций, психологическую адаптацию на этом этапе обучения можно определить, как «повышено напряжённую». Здесь, в условиях четкого

представления учебной деятельности, высокого интеллектуального и психологического напряжения, связанного с преодолением учебных трудностей, накопления знаний и умений, наблюдается переко́с в сторону высокой напряженности в силу интенсивного потребления внутренних ресурсов, следуя по пути «наименьшего сопротивления».

Таким образом, на каждом этапе обучения, психологическая адаптация студентов СПО качественно различается, являясь отражением сформированности представлений о самом себе и окружающем мире. Также, психологическая адаптация является ответом на динамически меняющиеся обстоятельства, в виде совокупности определенных психологических характеристик, позволяющих приемлемым, в каждой конкретной ситуации.

Список литературы

1. Бабанский Ю.К. Педагогика высшей школы / Ю.К. Бабанский. – М.: Просвещение, 1988. – 480 с.
2. Карпов А.В. Психология профессиональной адаптации: монография / А.В. Карпов. – Ярославль: Институт «Открытое общество», РПО, 2003. – 161 с.
3. Моисеева Л.А. Комплексная характеристика социализации и адаптации в процессе обучения первокурсников / Л.А. Моисеева // Вестн. Моск. гос. обл. ун-та Сер. Психологические науки. – 2007. – №2. – С. 188–192. EDN KDNRVP
4. Яницкий М.С. Основные психологические механизмы психологической адаптации студентов к учебной деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук / М.С. Яницкий. – Иркутск, 1995. – 24 с. – EDN THLGEN
5. Сорокина Ю.Л. Преодоление кризиса учебной адаптации студентами педагогического вуза: дис. ... канд. психол. наук / Ю.Л. Сорокина. – Ярославль: ЯГПУ, 2005. – 257 с. – EDN NNQBRJ
6. Смирнов А.А. Психология вузовской адаптации: учеб. пособие / А.А. Смирнов. – Ярославль: ЯрГУ, 2009. – 115 с. – EDN QXZFP
7. Фетискин Н.П. Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру) / Н.П. Фетискин. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – С. 190–191.

8. Чепурная Ю.В. Адаптация как один из основных процессов становления профессионала / Ю.В. Чепурная, А.Н. Вечерина, А.В. Федосеева // Человеческий капитал. – 2015. – №10 (82). – С. 91–92. – EDN TMPJEQ

9. Verkerk P.J. Fiedler's contingency model of leadership effectiveness: background and recent developments. Eindhoven University of Technology. Eindhoven University of technology, 1990. – 25 p.