

Світлана НІКОЛАЄНКО, Олександр НІКОЛАЄНКО
**ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ
АДАПТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ
НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА
ПРОБЛЕМА**

У статті розглядається проблема формування соціально-психологічної адаптивності студентів у зв'язку з її актуальністю в нестабільному суспільстві, а також у зв'язку з пошуками нових підходів до організації навчання та виховання в системі вищої освіти. Для забезпечення адаптивності майбутнього професіонала педагогам вищої школи потрібно в процесі навчання створювати ситуації, які б моделювали фактори соціально-психологічної адаптації, що впливають на формування адаптованості і на цій основі підвищують рівень адаптивності майбутніх фахівців. Розвиток адаптованості як стану стає можливим, якщо в навчанні спеціально стимулювати процес адаптації в повному обсязі, коли включаються і задіяні всі його підсистеми.

Ключові слова: *соціально-психологічна адаптація, адаптованість, адаптивність.*

Постановка проблеми. Навколишній світ сьогодні є динамічним і нестабільним. Змінюється прискореними темпами і одночасно в багатьох напрямках й життєдіяльність людей у суспільстві. Змінюються також і підходи в соціальній політиці, реалізація яких впливає на поведінку людей. Всі ці зміни можуть сприяти не тільки покращенню життя людини, а й погіршувати, ускладнювати її життєву ситуацію. Самі по собі зміни і їх непередбаченість здатні викликати тривогу, напругу, стреси. Ставлення до таких нестабільних ситуацій багато в чому залежить від людини, від її адаптивних здібностей, від її вміння розпізнавати, відслідковувати характер змін, спокійно і впевнено діяти, реагувати, забезпечуючи для себе адекватну взаємодію з суспільством, групами, іншими індивідами.

Навчання в системі вищої освіти стає з кожним роком більш вимогливими і до студентів, і до викладачів. Сьогодні майже неможливо знайти професії, які б не вимагали психічного напруження, навіть якщо вони пов'язані з фізичною працею. І життя, і робота, і навіть відпочинок вимагають від сучасної людини здатності до постійної зосередженості, обережності, надзвичайної пластичності в реагуванні, вимагають готовності змінюватись весь час відповідно до мінливих вимог ситуації, зберігаючи і демонструючи, одночасно, доброзичливість, емоційну врівноваженість у стосунках з людьми, тобто вимагають соціально-психологічної адаптивності. Можна бути досить підготовленою в професійному відношенні людиною, але через відсутність соціально-психологічної адаптивності виявитися непридатною до здійснення професійних обов'язків в трудовій діяльності.

Отже, професіоналізм і адаптивність тісно взаємопов'язані. Це означає, що в системі вищої освіти під час навчання потрібно формувати одночасно і професіоналізм і адаптивність, забезпечивши для цього необхідну наукову основу. Тобто, потрібно дбати про засвоєння спеціальних знань, вмінь, навичок, прагнути постійного зростання поінформованості щодо новацій в професії. Але разом з цим важливо щоб людина, ставши повноцінним громадянином у суспільстві і суб'єктом суспільної професійної діяльності, навчилась використовувати свій потенціал, проявляти свою адаптивність. Адаптивність людини в соціально-психологічному відношенні проявляється в уміннях на досить високому рівні спостерігати, аналізувати, вносити нові пропозиції, відповідати за прийняті нові творчі рішення і їх виконання, або реалізацію і втілення в життя, а також володіти вміннями долати конфлікти та суперечності, вміннями справлятися із сумнівами й тривогами, бути дотепною й кмітливою.

Отже, під час навчання у вищому навчальному закладі майбутній професіонал повинен оволодіти не тільки спеціальними науками, досвідом, а і здібностями, які дозволять проявляти готовність до адаптації, спрямовану на виконання завдань в умовах різного рівня складності.

Для формування цих важливих здібностей, що утворюють соціально-психологічну адаптивність, необхідно, крім засвоєння системи основ наукових знань, загальної обізнаності та інформованості, забезпечити формування вміння пристосовуватись до динамічності життєдіяльності, зумовленої непередбачуваністю соціальних змін, нестабільністю суспільства, що супроводжуються кризовими явищами, порушеннями правових і моральних норм, неврівноваженістю, недоброзичливістю і навіть агресивністю соціального оточення.

Чим вищим є рівень адаптивності, тим менше у людини виникає проблем під час процесу адаптації, що спонукається неочікуваними подіями. За умови сформованості адаптивності стан адаптованості досягається швидше і легше, завдяки чому людина здатна діяти оперативно і правильно. Отже, стан адаптованості слід розглядати як результат процесу адаптації, якість досягнення якого обумовлюється адаптивністю, як особливістю особистості, що формується у людини по мірі того, як вона звикає до часто повторюваних проблемних ситуацій, під час вирішення яких їй доводиться переживати адаптацію.

Очевидно, таким чином, що для молоді, особливо для майбутніх професіоналів з вищою освітою, підготовка до майбутньої професійної діяльності повинна включати не тільки засвоєння базових спеціальних і соціально-психологічних наукових знань, а і формування вмінь до швидкої, адекватної адаптації під час реальної взаємодії і співпраці з іншими людьми, в тому числі і в навчанні, що сприятиме підвищенню рівня соціально-психологічної адаптивності.

У зв'язку з цим потребує свого вивчення питання організації особливого навчання, з елементами соціально-психологічних тренінгів, із створенням штучних проблемних професійних ситуацій, що цілеспрямовано забезпечували б формування адаптивних здібностей. Це дозволить професіоналам у майбутньому найбільш повно реалізувати свої знання, свої

можливості за будь-яких нестабільних чи нестандартних умов, залишатися конкурентоздатними в умовах ускладнень соціально-психологічної взаємодії.

Виходячи з цього, **мета дослідження** включає обґрунтування можливості використання під час навчання студентів закономірних взаємообумовленостей між адаптацією як процесом, адаптованістю як станом і адаптивністю як здібністю і психічною властивістю особистості, визначення шляхів та способів формування соціально-психологічної адаптивності у студентів з урахуванням підсистем соціальної адаптації.

Аналіз актуальних досліджень. Питанню адаптації студентів в умовах ВНЗ у сучасній психологічній літературі приділяється значна увага. Зокрема, це наукові пошуки Т. Алексеевої, Ю. Бохонкової, Н. Герасимової, В. Демченко, О. Кузнєцової, Л. Литвинової, І. Соколової та ін. Актуальним проблемам формування адаптації студентської молоді до нових умов життєдіяльності та взаємин у соціальних групах в рамках нової парадигми присвячені праці вітчизняних психологів, таких як В. Кікоть, В. Петровський, О. Симоненко, Т. Серєда, О. Гончаров, А. Ерднієв, М. Лісіна, А. Фурман та західних вчених, таких як Е. Еріксон, Д. Клаузен, З.Фройд та ін. В окремих психологічних дослідженнях вирішуються завдання адаптації молоді до навчання у вищих навчальних закладах в наукових публікаціях таких авторів як О. Борисенко, А. Захарова, В. Кан-Калік, М. Левченко, О. Мороз, В. Штифурак та ін. Загалом аналіз результатів наукових досліджень стосовно адаптації особистості до різних умов її діяльності надає можливість стверджувати, що зацікавленість цією проблемою є досить великою. Однак, не зважаючи на значний інтерес дослідників до неї, окремі аспекти цієї проблеми ще залишаються малодослідженими.

В даному дослідженні на основі аналізу наукової літератури пропонується один із варіантів вирішення проблеми формування соціально-психологічних адаптивних здібностей під час навчання у вищій школі.

Виклад основного матеріалу. Реалізація підходів до вирішення психолого-педагогічної проблеми формування адаптивних здібностей

системного характеру, або соціально-психологічної адаптивності майбутнього професіонала в умовах сучасної освіти вимагає використання нової освітньої парадигми, спрямованої на розвиток духовності і творчої сутності людини з метою забезпечення формування її адаптивності.

Головним завданням сучасної освітньої практики, згідно парадигми такого спрямування, є вивчення студентами у навчанні не лише законів явищ природи, суспільства та взаємодії з ними людини в її професійній діяльності, а і розуміння, вивчення механізмів, законів суб'єктивних явищ внутрішнього світу, тобто психології, опанування гуманістичною методологією творчого перетворення світу, оволодіння навичками гармонізації відносин у системі «людина — природа — суспільство», а отже основ, що зумовлюють формування адаптивності. Як зазначає Г.М. Андреева, "середовище органічно включене в життєдіяльність людини і послуговує важливим фактором регуляції її поведінки. З будь-яким компонентом екосистеми індивід пов'язаний через процеси пристосування до неї і, разом з тим, через процеси її перетворення [1, с. 136]. Пошук шляхів дослідження і впровадження нової парадигми та відповідних нових моделей освіти не повинен обмежуватися змінами обсягів змісту навчальних дисциплін або термінів навчання. Йдеться про досягнення принципово інших цілей освіти, які раніше не були актуальними, але які, очевидно, тепер будуть змінювати якість освіти відповідно до вимог сучасного життя, що характеризується наявністю глибоких і суперечливих процесів перетворення в економічній, соціальній і політичній сферах. Перед системою освіти постали складні проблеми, вирішення яких здійснюється на фоні «стрибкоподібного» розвитку економічного виробництва і в умовах переоцінки цінностей. Тому, з одного боку, необхідно зберегти сильні сторони традиційної освітньої системи, а з іншого – систему освіти необхідно зробити гнучкою і адаптивною.

В.А. Козаков, підкреслюючи трансформуючий вплив сучасного суспільства на освіту і освіти на особистість майбутнього фахівця, розглядає

категорію «вища освіта» як процес перетворення засвоєних у навчанні знань, навичок, умінь на досвід особистості, в якому знання влітаються в світогляд, а їх обсяг стає ерудицією як основою компетентності, а навички та вміння доводяться до рівня звичок, в тому числі в структурі професійній майстерності [6, с. 294].

Ці ідеї доповнюються в науковій літературі аналізом основних суперечностей сучасної системи освіти, наявністю протиріч між швидким темпом приросту знань у сучасному світі та обмеженими можливостями їх засвоєння індивідом.

Ознакою освіченості сучасної людини, як відзначає Г. М. Романова, з точки зору сучасних науковців, є самостійність, здатність до самоуправління та управління людьми, спроможність творчо підходити до вирішення проблемних ситуацій, орієнтуватися в інформаційному просторі, тобто соціально-психологічна адаптивність. Освічена успішна людина сьогодні – це людина спрямована на саморозвиток, самовдосконалення, самореалізацію, небайдужа до інших і до соціуму, що дозволяє говорити про її соціально-психологічну адаптивність. [6, с. 293].

Певна довершеність у формуванні адаптивності як соціально-психологічної якості особистості майбутнього фахівця досягається в умовах вищої освіти за різних умов і обставин навчання. Для цілеспрямованих дій в цьому напрямку потребує свого вивчення взаємозв'язок адаптації, адаптованості і адаптивності. Якщо пристосування, як результат процесу адаптації, проявляється в перетворенні системи станів людини, то слід говорити про рівень адаптованості.

При цьому слід відзначити, що процес адаптації є одним з найбільш досліджуваних наукових об'єктів і використовується в різних науках – біологічних, філософських, соціологічних, психологічних. У зв'язку з цим у сучасній літературі використовується багато суперечливих визначень цього поняття.

Багатьма авторами адаптація визначається як пристосування. Проте таке тлумачення поняття є дуже вузьким, оскільки не враховує специфіки адаптації людини. Адже людина не лише пристосовується до середовища, але й активно перетворює його. Як відомо, між людиною і середовищем існують мінливі, взаємодоповнюючі відносини. Можуть спостерігатися наступні їх варіанти: а) зміна людини при незмінюваному середовищі (відрив від життєвих обставин); б) різноспрямовані зміни людини і середовища (поглиблення суперечностей); в) незмінюваність людини при життєвих обставинах, що змінюються (консерватизм); г) односпрямовані зміни людини і середовища (синхронізація розвитку та умов); д) незмінюваність людини і середовища (стагнація) [2, с. 176].

Проте варто зауважити, що поза увагою дослідників залишається ще багато нерозв'язаних проблем. Сьогодні найбільш актуальною є проблема системного розгляду процесів адаптації, її результатів. Якщо це стосується таких нових особливих системних якостей, що очікується отримати в результаті сучасної освіти і які забезпечуватимуть молодій людині в майбутньому в її житті прояв гнучкості, пластичності по відношенню до непередбачених обставин і які допомагатимуть подолати будь-яку ригідність, або відсутність можливості змінюватись та створювати для себе нові плани і програми дій, то тоді слід говорити про більш високий рівень результату процесу адаптації – адаптивність як властивість особистості. Різновидністю такої адаптивності є соціально-психологічна адаптивність, що виникає через відповідну адаптацію.

Соціально-психологічна адаптація – це передумова активної діяльності і необхідна умова для успішного її здійснення. У цьому полягає позитивне значення адаптації для успішного функціонування індивіда в тій або іншій соціальній ролі. Під соціально-психологічною адаптацією більшість учених розуміють пристосування індивіда до динамічних умов соціального середовища та його результат. Уміння адаптуватися, тобто адаптивність, вміння досягти адаптованості за різних обставин, характеризує

процес становлення і розвитку адаптивності особистості, її професійного зростання. У випадку ж її дезадаптації порушується не лише особистісно-професійний розвиток, а й знижуються психофізіологічні показники організму і навіть можуть виникати розлади здоров'я [7, с. 347].

В цілому під процесом адаптації слід розуміти складну систему перетворень, що відбуваються з людиною, з її свідомістю, відповідно до змін і в умовах нестабільності її життя, внаслідок яких виникають такі якості як: а) адаптованість як безпосередній результат цих перетворень, тобто стан узгодження наявних якостей людини і вимог середовища в окремий момент діяльності; б) адаптивність як інтегрована особистісна якість, що забезпечує здатність людини до подальших перетворень. [4, с. 76].

Стійким результатом процесу адаптації є адаптивність. Якщо людина буде поставлена в такі умови, які вимагають постійно діяти нестандартно, творчо та продукувати нові ідеї, тобто, коли процес адаптації повторюється і досягається успішно адаптованість, то напрацьовується та підвищується і рівень адаптивності. Отже, процес адаптації, за умови правильного його розподілу у часі і правильної та повної реалізації, сприяє тому, що людина звикає діяти так, щоб оперативно і швидко досягати адаптованості, що може свідчити про адаптивність.

На соціальному рівні дослідники частіше за все виділяють суспільно-політичну форму адаптації, професійну, соціально-психологічну, психофізіологічну, матеріально-побутову. В основі запропонованої В. А. Семиченко концепції системного розгляду процесу адаптації покладено ідею про те, що адаптація є складним явищем, що має певну структуру і окремі підсистеми [2, с. 175]. Він запропонував найбільш узагальнений перелік підсистем соціальної адаптації. Це такі підсистеми як енергетична, а також підсистеми середовища, діяльності, соціальна та особистісна. Вони повинні бути враховані в організації навчання для забезпечення адаптації в повному об'ємі, і в усіх її формах і рівнях [3, с. 193]. Реалізація цих підсистем в

навчанні студентів у вигляді запропонованому нами, який потребує ще свого вивчення, виглядає наступним чином.

1. Енергетична підсистема. Дана підсистема відображає ресурсні можливості організму, їх спроможність забезпечити функціонування основних систем організму в умовах підвищення енерговитрат. На рівні цієї підсистеми адаптація переважно відбувається шляхом пристосування, в тому числі і до складних соціальних умов. В цілому мова йде про той фізіологічний механізм, що забезпечує пристосування людини як біологічної істоти до ускладнених умов її діяльності. Внаслідок необхідності подолання невідпрацьованості дій, що вимагаються в структурі діяльності, значно підвищуються витрати енергії. На цьому рівні процес адаптації забезпечується сукупністю фізіологічних та психофізіологічних показників. Чи можна управляти ними в навчанні так, щоб вони виявились сприятливими для адаптації? Очевидно, на заняттях ця підсистема спрацює, якщо давати студентам завдання і весь час мобілізувати їх психічну інтелектуальну активність. І на лекціях, і на семінарських заняттях важливо захоплювати, навантажувати увагу, пам'ять, мислення через стимуляцію пошуку відповідей на питання, рішення задач і сприяти його успіху.

2. Підсистема середовища. Дана підсистема відображає відносини людини з тими зовнішньо-предметними умовами, що її оточують. Зміна умов для людини може бути або повною, або частковою. Наприклад, якщо студент починає навчатися з нового навчального року в новому навчальному закладі та ще й в іншій країні, то зміна умов буде повною. Якщо ж студент приходить навчатися до свого вузу на старший курс, то зміна умов буде частковою. Показниками адаптації в цій підсистемі може бути міра задоволеності новими умовами, а також впевненість людини, що планування подій виявилось правильним, бо зміни середовища відбуваються так як очікувалось і тому зовсім відсутніми є почуття смутку і жалю. В системі освіти підсистема сприятливого середовища в структурі процесу адаптації може бути створена спеціально, цілеспрямовано через гарну матеріальну

базу і творче, відповідальне відношення викладачів до своєї справи, що реалізується через використання психолого-педагогічних знань.

3. Підсистема діяльності. Вона відображає здатність людини виконувати дії, що складають зміст потрібної в нестандартних умовах, відповідної діяльності. По-перше, це передбачає засвоєння нових дій, по-друге, – позбавлення від вже напрацьованих навичок, які в нових умовах є недоцільними, по-третє, – це здатність, що передбачає зменшення часових витрат на виконання цих дій. Показниками адаптації до діяльності можуть бути: наявність уміння уникати труднощів та помилок у виконанні основних видів діяльності, доцільний розподіл навантаження протягом доби, тижня тощо. В системі освіти підсистема діяльності в структурі процесу адаптації може бути забезпечена, якщо викладачі звертають увагу у викладанні предметів на варіативність вирішення задач, прагнуть показати важливість розвитку різноманітних дій та способів їх виконання, різноманітних звичок, вмінь і навичок.

4. Соціальна підсистема. Вона відображає входження людини в нове соціальне середовище. Соціальний аспект адаптації характеризується, з одного боку, ступенем прийняття людиною норм та правил життя в новій соціальній спільноті і мірою привабливості групи для людини, а з іншого боку – ступенем прийняття цієї людини соціальним оточенням. Показники, що відображають тенденції соціальної адаптації: задоволення людини групою, до складу якої вона входить; співпадання індивідуальних і соціальних цінностей, соціально сприятлива позиція. В навчанні забезпечення цієї підсистеми також є можливим за умови цілеспрямованих заходів, що можуть бути пов'язані із пропонуванням таких спільних завдань для групи, в рамках яких обов'язково виникає необхідність розподілу обов'язків, що породжує певні зобов'язання кожного перед групою та сприяє її згуртованості.

5. Особистісна підсистема. Вона відображає той загальний результат адаптації, коли людина відчуває психологічний комфорт від ситуації свого

життя, приймає її як конструктивно значущу навіть якщо вона є складною, що відкриває подальші перспективи розвитку. Комплексними показниками особистісного рівня адаптації можуть бути: зниження особистісного рівня тривожності і напруги; відсутність бажання змінити життєву ситуацію на більш кращу, передбачувану і спокійну; домінування позитивних емоцій (оптимістична гіпотеза); стійка адекватна самооцінка. Ця підсистема процесу адаптації може бути забезпечена в системі вищої освіти, якщо в навчанні буде стимулюватись особистісне зростання через забезпечення формування адекватної самооцінки і потреба в самовдосконаленні.

Висновки. В системі вищої освіти повинно здійснюватись навчання у такому контексті, щоб структура процесу адаптації була реалізована в повному обсязі. Тільки за цих умов буде досягатися адаптованість і адаптивність найбільш високої якості та адекватності. При забезпеченні в навчанні студентів повторюваності проблемних ситуацій, в яких виникають процеси адаптації в повному обсязі, буде підвищуватися рівень адаптивності молодій людині як особистості і як суб'єкта майбутньої професійної діяльності. Для цього необхідно не тільки стимулювати процеси адаптації в навчанні, а і допомагати студентам досягати якісної адаптованості. Отже, потрібні подальші пошуки шляхів і способів формування соціально-психологічної адаптивності у сучасних студентів до майбутньої професійної діяльності і життя в умовах суспільних змін. Тому потребують подальшого вивчення як умови, так і шляхи формування адаптивності.

Література

1. Андреева, Г. М. Социальная психология : навч. посібник / Г. М. Андреева. – М. : Наука, 1994. – 442 с.
2. Зданевич, Л. В. Як живеться студентові? // Гуманітарні науки. – 2005. - №2. – С. 174 -179.
3. Кондратова, Н. О. Проблеми адаптації студентів ВНЗ : зміст, форми, психологічна специфіка //Психологія. Зб. наук. праць. – Вип. 2. – К. : НПУ. – 1999. – С. 189-196.

4. Казміренко, В. П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молоді людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. - №6 – С. 76-78.

5. Научитель, Е. Д. Адаптація студента в ВУЗе // Практична психологія та соціальна робота. – К. – 2001. - № 7. – С. 21-23.

6. Психологія та педагогіка: навч. посібник / Л. А. Колесніченко, М. В. Артюшина, О. М. Котикова та ін.; За заг. ред. Л. А. Колесніченко. – К. : КНЕУ, 2008. – С. 289-301.

7. Ткачишина, О. Р. Соціально-психологічна адаптація особистості як невід'ємна складова її соціалізації / О. Р. Ткачишина // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2006. – Т. VIII. – Вип. 1. – С. 341–348.

Summary

Nikolayenko Svetlana, Nikolayenko Oleksandr. Formation of social and psychological adaptability of students while studying in high school as psychopedagogical problem.

The paper addresses the problem of creating social and psychological adaptability of students due to its relevance in an unstable society, as well as in connection with the search for new approaches to teaching and training in higher education. To ensure future adaptability of professional educators in higher education to create learning situations that would be modeled factors of socio-psychological adaptation that influence the formation of adaptability and on this basis, increase the level of adaptability of future specialists. Development of adaptation as a state is possible if the training specifically stimulate the adaptation process in full when switched on and using all of its subsystems.

Keywords: *social and psychological adaptation, adaptability, adaptability.*

Ніколаєнко, С. І. Формування соціально-психологічної адаптивності студентів під час навчання у вищому навчальному закладі як психолого-педагогічна проблема [Текст] / С. І. Ніколаєнко, О. С. Ніколаєнко // Світогляд - Філософія - Релігія : зб. наук. пр. / ДНВЗ "УАБС НБУ". - Суми, 2013. - Вип. 4. - С. 64-72.