

Мукачівський державний університет
Гуманітарний факультет
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

05 – Соціальні та поведінкові науки / 053 – Психологія

Особистісні чинники адаптації студентів до навчання

Студентки 2 курсу П-2м групи
спеціальності 053 Психологія
 Бенци Б.В.
(прізвище та ініціали)

Керівник Ямчук Т.Ю.
(прізвище та ініціали)
Рецензент Соломка Е.Т.
(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ ДО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ	
1.1. Основні підходи до дослідження проблеми адаптації.....	6
1.2 Особливості процесу адаптації першокурсників до ЗВО.....	12
1.2 Особистісні аспекти адаптації студентів до навчальної діяльності.....	22
Висновки до першого розділу.....	29
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ЧИННИКІВ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ	
2.1 Методична організація дослідження.....	30
2.2 Отримані результати та їх аналіз.....	37
Висновки до другого розділу.....	54
РОЗДІЛ 3 ПРОГРАМА З ПІДВИЩЕННЯ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ	
3.1 Особливості програми з підвищення адаптації студентів до навчання.....	56
3.2 Рекомендації суб'єктам освітнього процесу у ЗВО щодо оптимізації психологічної адаптації студентів.....	74
Висновки до третього розділу.....	81
ВИСНОВКИ.....	83
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	87

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сьогодні, проблема адаптації людини набуває комплексного характеру, є предметом вивчення багатьох дисциплін, перебуваючи на стику дослідження в галузі психології, фізіології, медицини, екології, біології. Адаптація особистості є необхідним процесом перетворення індивіда як повноправного, активного члена соціальної групи. Відносна завершеність процесу соціальної адаптації до професійної діяльності, групи, колективу, праці, відповідність особистості основним вимогам і соціальним очікуванням є основною умовою нормального функціонування особистості в сучасному соціальному оточенні.

Виявлення та облік факторів професійного розвитку студента має сприяти зростанню ефективності процесу професійного становлення особистості на етапі професійної освіти, з метою підвищення конкурентоспроможності молодих спеціалістів, уміння інтегруватися у різні професійні, соціальні та етнічні спільноти з перших днів самостійної роботи та успішності подальшого професійного зростання. Безсумнівно, що підготовка фахівців, їхня професійна та соціальна діяльність багато в чому залежать від знань, умінь та навичок, які студенти набули під час навчання у ЗВО, однак лише їх формуванням ця підготовка не повинна обмежуватися. Навчальний процес має спрямовуватись і цілями розвитку особистості та насамперед формування таких якостей, які визначають ефективність соціальної взаємодії з оточуючими людьми та сприяють самореалізації особистості.

Дослідження за цією проблематикою здебільшого були пов'язані: з загальними проблемами соціальної адаптації особистості як специфічної форми соціальної активності (Б. Ананьєв, Г. Балл, Л. Виготський, Ю. Ган та ін.), як інструменту пристосування до середовища, захисний механізм чи спосіб її самоактуалізації (О. Асмолов, К. Роджерс, Л. Фестінгер, В. Ядов та ін.); вивченням особливостей соціальної адаптації студентської молоді вищих навчальних закладів в аспекті часу й динаміки, змісту і критеріїв, видів та

результатів адаптації (Д. Андреева, Ю. Бохонкова, М. Дворяшина, Т. Землякова, А. Колесова, А. Мацкевич, Т. Середя, М. Тоба та ін.); з'ясуванням загальних закономірностей адаптаційного процесу, його структури, механізмів та принципів реагування (Ф. Березін, С. Гарькавець, М. Дяченко, Н. Завацька, О. Зотова, Я. Рейковський); визначенням адаптації переселенців у новому соціокультурному середовищі (О. Блинова, В. Гриценко, Л. Ключникова, Л. Пілецька).

Актуальною є практична спрямованість роботи, пов'язана з дослідженням проблеми особистісних чинників адаптації до навчання студентів-першокурсників закладів вищої освіти, її актуальність зумовила вибір теми нашого дослідження.

Об'єкт дослідження – адаптація студентів до навчання у ЗВО.

Предмет дослідження – особистісні чинники адаптації до навчання студентів.

Мета дослідження: вивчити психологічні особливості адаптації студентів до навчання у ЗВО.

Згідно з метою дослідження були сформовані наступні **завдання:**

1. Теоретично дослідити проблему особистісних чинників адаптації до навчання студентів
2. Підібрати методичний інструментарій та вивчити особистісні чинники адаптації студентів до ЗВО .
3. Підібрати програму психологічного супроводу професійного самовизначення майбутніх фахівців

Методи дослідження. З метою визначення особистісних чинників адаптації до умов ЗВО нами застосовано психодіагностичні методики, тести, опитувальники: «Діагностика соціально-психологічної адаптації» (К. Роджерс та Р. Даймонд) та соціометричний аналіз групи, за Киричуком. Блок «Особистісно-індивідуальні властивості»; «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк); анкета «Самоставлення до ситуації адаптації» (К. Андросович); «Діагностика професійного типу особистості» за Дж. Голландом

База дослідження. Емпіричне дослідження адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти зі студентами перших курсів МДУ, 60 осіб.

Практичне значення полягає в можливості використання результатів щодо підвищення рівня адаптації першокурсників.

Публікації за час навчання.

Структура роботи. Робота складається з вступу, трьох розділів, висновків та списку літератури, який налічує 50 джерел; ілюстрована 8 таблицями. Основний зміст викладено на 80 сторінках тексту. Загальний обсяг – 84 сторінки.

ВИСНОВКИ

Визначено, що у вивчення феномену адаптації кожен із психологічних підходів вніс свою частку, і це позначилося на своєрідному баченні природи, функцій та критеріїв успішності адаптації.

Адаптація розглядається як процес або стан (необіхівіоризм), адекватна продуктивна результативність (інтеракціонізм) та співвідношення змін середовища й особистості (психоаналіз).

Враховуючи особистісні процеси, можна виділити 4 складові адаптації, а саме: активаційний, що спрямовується на досягнення вагомих цілей для особистості; когнітивний, спрямований на творення продуктивних способів перетворення інформації; емоційний, що визначає суб'єктивність в проходженні процесу адаптації; мотиваційно-вольовий, що визначає стійкість та безперервність процесу адаптації.

Важливе місце серед чинників адаптації відводиться таким чинникам, як індивідуально-типологічні особливості, самооцінка рівня тривожності, психофізіологічний стан, соціальна фрустрованість та рівень суб'єктивного контролю, оскільки неадекватність цих показників звичайно стає перепоною на шляху професійної адаптації.

Адаптація до навчання передбачає адаптацію до нового середовища закладу вищої освіти, яке виступає зовнішнім фактором по відношенню до студента та доведення їх особистісних параметрів до стану динамічної рівноваги до цього середовища. Отже, процес адаптації до навчання як процес, що передбачає активну акомодацию та наполегливу реалізацію опанованих цінностей в умовах певної ситуації студентського життя.

Процес адаптації першокурсників передбачає: адаптацію до навчальної діяльності – пристосування до нових форм викладання, засвоєння знань, усвідомлення серйозності обраної спеціальності; адаптацію в сфері спілкування – включення в його нові види, відсутність щоденної опіки з боку батьків, прийняття самостійного рішення при виборі партнерів по дружбі.

Адаптація до навчання – це також прийняття змін в свідомості студентів, що формуються в новому навчальному середовищі.

Висновки до другого розділу

З метою дослідження особливостей адаптації до умов навчання у закладі вищої освіти були враховані зовнішні і внутрішні чинники адаптації, критеріями яких виступили: адаптація за внутрішнім чинником визначалась через суб'єктивну оцінку задоволення взаємодією з соціальним середовищем; властивості психофізіологічного рівня і особистісного рівня.

Емпіричне дослідження особистісних чинників адаптації до умов ЗВО передбачало використання таких методик: «Діагностика соціально-психологічної адаптації» (К. Роджерс та Р. Даймонд) та соціометричний аналіз групи, за Киричуком. Блок «Особистісно-індивідуальні властивості» передбачає використання таких методик: «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк); анкета «Самоставлення до ситуації адаптації» (К. Андросович); «Діагностика професійного типу особистості» за Дж. Голландом.

Узагальнюючи результати дослідження відносин студентів до себе як суб'єктів навчального процесу, можна зробити висновок: найбільш значну вагу суб'єктивно усвідомлюваних студентами труднощів, пов'язаних з навчальним процесом, мають труднощі, пов'язані з недостатніми навичками самоорганізації.

Такі якості, як характер, стадії та форми перебігу адаптації, відрізняються залежно від індивідуально-особистісних властивостей студентів, і ці відмінності треба розглядати в комплексі, що дає підстави для визначення типових проявів індивідуально-особистісних особливостей адаптації, які відображають і трансформацію особистісних змін студентів як етапу розвитку особистості професіонала.

Індивідуально-особистісні властивості студентів впливають на процес адаптації, виявляючись у станах задоволеності, настрою, успішності у навчанні, різних видах стосунків. Ці властивості є основою, вони зумовлюють

і особливості формування особистості студента, його соціальні якості, його особистісне зростання.

Підтримка особистості в процесі її становлення і розвитку, а також при виникненні проблем і критичних ситуацій здійснюється засобами різноманітних видів психологічної допомоги. Надання цієї допомоги здійснюється спеціальними психологічними способами та методами у безпосередньому спілкуванні й взаємодії з людиною. Різними видами психологічної допомоги виступають психологічне консультування, психологічна корекція і психотерапія. Вони тісно поєднані і багато в чому безпосередньо переплітаються. Разом з тим є певні відмінності, пов'язані з межами й обсягом втручання, що дає нам змогу зробити поділ цих сфер діяльності.

При наданні психологічної допомоги, існують певні принципи і вимоги, реалізація яких є обов'язковою. Ці принципи необхідні для того, щоб надання психологічної допомоги було не просто більш ефективним і осмисленим заняттям, але також – соціально прийнятним. Психологічний вплив, спрямований на створення оптимальних можливостей і умов розвитку особистісного та інтелектуального потенціалу або як сукупність прийомів, які використовує психолог для виправлення поведінки психічно здорової особистості.

Для оптимізації психологічної адаптації студентів доречно використовувати тренінгові заняття з урахуванням чотирьох блоків: мотиваційно-вольовий, когнітивно-рефлексивний, емоційний і поведінковий.

Отже, використання інноваційних технологій, вправи-ігри, рефлексія проведених занять, дозволять студенту вплинути на досягнення рівня сформованості психологічної адаптації до умов навчання у ЗВО. Участь у тренінгу дозволить студенту зрозуміти, пережити й усвідомити наявні проблеми, зрозуміти, що схожі труднощі також переживають його одногрупники. Вважаємо, що це один із найважливіших ефектів тренінгу, оскільки більшість студентів, приходячи на заняття, відчувають себе

самотніми у своїх думках і переживаннях. Програвання різноманітних ситуацій, проблем студента під час тренінгу дозволяє особистості усвідомити, прорефлексувати власну поведінку. Окрім цього, тренінгова група та взаємодія її учасників надає емоційну підтримку кожному студенту, сприяючи зростанню рівня самооцінки, зниженню тривожності, підвищенню мотивації, пізнавальні інтереси та такі вольові якості, як цілеспрямованість, наполегливість і рішучість, розвитку рефлексії.

Перспективи подальших досліджень. Здійснене нами дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективним вивченням ми вбачаємо у виявленні особистісних чинників, котрі сприяють ефективній навчальній діяльності студентів закладів вищої освіти.



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>