

найважливіших та найцікавіших моментів для учасників тренінгу є етап звітування про виконання домашніх завдань, тобто чи вдалося досягти мети завдання, які виникали труднощі, які почуття переживали тощо. В умовах адаптивно-розвиваючого тренінгу покращилася здатність студентів-першокурсників тренінгових груп до самоаналізу, саморозкриття та самоактуалізації, про що свідчать результати аналізу їх самозвітів і заключної діагностики. У більшості досліджуваних стала помітною тенденція до зростання рівня самореалізації, гармонізації різних сторін "образу Я". Відповідно зміст уявлень про "Я" характеризувався більшою інтегрованістю та структурованістю, а також наповнився психологічним смислом. Разом з тим спостерігалася тенденція до зниження рівня тривожності, активнішої та продуктивнішої адаптивної діяльності, яка була більшою мірою, ніж раніше, представлена реальними успіхами в комунікативній діяльності, визначеними послідовними цілями та планами самореалізації. Намітилася лінія до кращого розуміння взаємозалежності між успіхом у адаптивній діяльності та індивідуальними особистісними властивостями. У студентів-першокурсників змінилося ставлення до розуміння актуальної ситуації їх навчальної діяльності у ВНЗ та життєдіяльності в цілому, покращилася здатність до поглибленого її аналізу та самопізнання, що сприяло розширенню самоусвідомлення особистості як необхідної передумови розвитку когнітивної складової адаптації. Завдяки таким характеристикам підвищилися адаптивні можливості як на потенційному рівні, так і на актуальному, що створюють у особистості, з одного боку, здатність до протистояння відносно до відповідних видів тривожності, з іншого – забезпечують оптимальні умови процесу адаптації.

Отже, запропонована адаптивно-розвиваюча програма психокорекції в цілому успішно впливає на формування адекватного рівня образу "Я" студентів-першокурсників всіх досліджуваних груп, зовнішні форми поведінки й реагування при складних ситуаціях та активізує і прискорює процес соціально-психологічної адаптації їх до нових умов навчання у ВНЗ.

Н. Є. Герасімова

Прояви адаптації студентів ВНЗ на соціально-психологічному рівні.

Провідною метою вищої освіти є не тільки якісна підготовка майбутнього фахівця до професійної діяльності, а й створення оптимальних умов для розкриття й реалізації потенційних можливостей, здібностей і потреб кожного на основі принципів гуманізму, демократизму, визначення пріоритетності загальнолюдських духовних цінностей. Різні аспекти адаптації студентської молоді до умов ВНЗ знайшли своє відображення у працях В. Т. Ащепкова, В. І. Брудного, М. І. Дьяченка, І. С. Кона, О. Г. Мороза.

Саме тому є актуальною розробка методики адаптації студентів психологічного факультету до навчального процесу у ВНЗ.

У результаті дослідження 130 студентів Черкаського національного університету ім. Б. Хмельницького було виділено три групи: I група – фізично здорові студенти; II група – студенти, які мають різні функціональні відхилення (ті, які довго та часто хворіють); III група – студенти з хронічними захворюваннями. У результаті подальшого дослідження ці студенти склали адаптивну (42 особи), неадаптивну (56 осіб) та дезадаптивну (32 особи) групи. На основі аналізу особливостей когнітивного, емоційно-оцінного та поведінкового конструктів адаптації студентів I-го курсу психологічного факультету встановлено, що когнітивний компонент їх адаптації до умов ВНЗ може бути характеризований: показником успішності в навчанні, самоактуалізації, самоуправлінні, ступенем активності та інтенсивності в аналізі труднощів, які виникають в навчальній ситуації та життєдіяльності, пошуку шляхів їх вирішення, задоволеності своїми здібностями та мотивацією досягнення успіху.

На основі виділених у ході психодіагностики критеріїв (самоаналізу, рефлексії, самоактуалізації, самоуправління) нами визначено три рівні розвитку студентів-першокурсників. I. Когнітивний компонент адаптації студентів визначених груп (адаптивної, неадаптивної, дезадаптивної) має такі рівні: високий, середній, низький. Встановлено, що студентам-першокурсникам адаптивної групи (без видимих проявів тривожності) притаманний високий рівень (56,4%), неадаптивної (з проявами тривожності) – середній (66,4%), дезадаптивної (з проявами тривожності) – низький (72%). II. Емоційний компонент адаптації студентів характеризується: самооцінкою вольових якостей, неадекватно завищеним або заниженим показником самоповаги, самооцінкою загальної психічної активності, особистісної та ситуативної тривожності, домінуванням емоційно-негативних або нейтральних ставлень при моделюванні стратегій життєвої перспективи. Нами виділено три рівні розвитку цього компоненту: високий, середній, низький. Встановлено, що студентам адаптивної групи притаманний високий рівень емоційного компоненту (78%), неадаптивної – низький (65,4%), дезадаптивної – також низький (66,4%). III. Поведінковий компонент адаптації студентів характеризується такими загальними особливостями: інтернальні-екстернальні якості, особливості темпераменту, суб'єктивний локус контролю поведінки. Типовими формами зовнішньої поведінки є співпраця, уникнення конфліктів, суперництво, компроміс.

Визначено три рівні розвитку поведінкового компоненту: високий, середній, низький. Встановлено, що студентам адаптивної групи притаманний високий рівень (51%), неадаптивної – середній (74%), дезадаптивної – низький (65%). Аналіз розвитку структурних компонентів адаптації

(когнітивного, емоційного, поведінкового) дозволяє нам виділити на основі цих критеріїв рівні соціально-психологічної адаптації: високий, середній, низький.

Таблиця 1

Частота розподілу рівнів адаптації студентів-першокурсників психологічного факультету

Рівні адаптації	Кількість студентів (%)		
	адаптивні	неадаптивні	дезадаптивні
Високий	5,5	5,3	2,7
Середній	56,9	43,7	42,1
Низький	37,6	51,0	55,2

При низькому рівні адаптації студенти характеризуються невисоким рівнем інтегруючої рефлексивності, при цьому диференціююча складність образу “Я” відзначається переважно негативним або нейтральним змістом. Їх емоційно-оцінний компонент образу “Я” відрізняється високим рівнем самоповаги, недостатнім розвитком вольової сфери, загальної психічної активності. Вони малоконтактні, пасивні, безініціативні, їм притаманні негативні установки при формуванні моделі життєвої перспективи (образи “Я-минуле”, “Я-тепер”, “Я-майбутнє”). У них неадекватно завищені або занижені показники розвитку особистісної та ситуативної тривожності. Поведінковий компонент “Я-образу” характеризується домінуванням екстернальних тенденцій суб’єктивного локусу контролю, несформованим самоконтролем поведінки, схильністю їх до суперництва, агресії, уникнення конфліктних ситуацій.

При середньому рівні адаптації студенти характеризуються середнім рівнем інтегруючої та диференціюючої рефлексивності. Когнітивні установки носять емоційно-нейтральний або позитивний зміст. Емоційно-оцінний компонент образу “Я” відзначається адекватним рівнем розвитку самоповаги, вольової сфери. Студентам властиві незалежність поведінки, комунікабельність, впевненість у собі; наявність позитивних або нейтральних установок при моделюванні стратегії життєвої перспективи (образи “Я-минуле”, “Я-тепер”, “Я-майбутнє”); адекватний рівень особистісної та ситуативної тривожності. Поведінковий компонент “Я-образу” проявляється у сформованих однаковою мірою інтернальних та екстернальних якостях суб’єктивного локусу контролю; схильності до співпраці, пошуку компромісних рішень, але за умови негативного педагогічного впливу- суперництва або уникнення конфліктних ситуацій.

Студенти високого рівня адаптації відзначаються високим рівнем розвитку особистісної рефлексивності, її інтегруючої та диференціюючої складових. Вони характеризуються переважно абстрактними, узагальненими, емоційно-позитивними установками. Емоційно-оцінний компонент

образу "Я" відрізняється завищеним рівнем самоповаги, що пов'язано з самовпевненістю, імпульсивністю, екстравертованістю, комунікабельністю тощо. Нерідкими є прояви комплексу вищості, демонстративної поведінки. Моделювання стратегії життєвої перспективи (образи "Я-минуле", "Я-тепер", "Я-майбутнє") у цілому позитивне. Їм властиві низькі показники особистісної та ситуативної тривожності. Поведінковий компонент "Я-образу" характеризується домінуванням інтернальних якостей суб'єктивного локусу контролю; у зовнішній поведінці ці студенти схильні до співпраці, де вони виявляють елементи демонстративності, інколи суперництва, прояви лідерських якостей, організаторських здібностей.

Проаналізувавши результати дослідження, ми маємо підстави вважати, що внутрішні та зовнішні чинники певною мірою впливають на активізацію та прискорення процесу адаптації студентів-першокурсників до нових умов навчання. Тому питання дослідження та попередження тривожності у них вимагає не лише теоретичного, але й практичного вирішення.

Г. М. Горбач

Особливості адаптації студентів до навчання у ВНЗ у залежності від акцентуацій характеру

Абітурієнти які вступають у ВНЗ, різко змінюють своє оточення, систему навчання, діяльності, звикають до порядків нового навчального закладу. Вони переживають емоційний дискомфорт через невизначеність уявлень про вимоги викладачів, про особливості та умови навчання, про цінності та норми поведінки в новому колективі. Все це ускладнює процес навчання і спілкування з незнайомими викладачами та одногрупниками.

У кожного студента процес адаптації займає різний період часу і має різне закінчення, тобто специфіка адаптації визначається психологічними особливостями і специфікою навчання. Неадаптованість може призвести до психологічного неблагополуччя індивіда, стану дистресу, серйозно загрожувати його життєвим інтересам. У юнацькому віці від типу акцентуації характеру залежать значною мірою особливості поведінки у самих різних обставинах. Грунтуючись на знанні цього типу, можна із значною вірогідністю спрогнозувати поведінку особистості у певних ситуаціях.

Дослідження проводилося у Черкаському національному університеті ім. Б. Хмельницького серед студентів другого курсу спеціальності „Практична психологія”, було охоплено 33 студенти. Вибір методик обумовлений необхідністю детального вивчення адаптації студентів до навчання у ВНЗі залежно від акцентуації характеру. Для цього необхідно було виявити існуючі міжособисті відносини за допомогою методу соціометричних вимірювань, з'ясувати ціннісні орієнтації за методикою