

УДК 616.89-003.96

© Е.О. Глазков, 2012.

ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІІ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Е.О. Глазков*Луганський національний університет імені Тараса Шевченка, кафедра фізичної реабілітації і валеології (зав. – д.пед.н., професор В.П. Горащук), м. Луганськ.*

VIOLATION OF ADAPTING HEALTH OF STUDENTS FOR EDUCATION ACTIVITY IN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

E.A. Glazkov

SUMMARY

In the article the results of research of level of anxiety (situation, personality) are given in the process of teaching for students with the use of standard method of Spilbergera Ch.D., and also the estimation of adaptation possibilities of personality is given on a multilevel personality questionnaire «Adaptiveness» (MLO-AM). Comparative description of constituents of process of adaptation of students is given. The necessity of research of problem of adaptation and correction of disadaptation is certain in the process of teaching.

НАРУШЕНИЕ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Э.А. Глазков

РЕЗЮМЕ

В статье поданы результаты исследования уровня тревожности (ситуативная, личностная) в процессе обучения у студентов с использованием стандартной методики Ч.Д. Спилбергера, а также дана оценка адаптационных возможностей личности по многоуровневому личностному опроснику «Адаптивность» (МЛО-АМ). Дана сравнительная характеристика составляющих процесса адаптации студентов. Определена необходимость исследования проблемы адаптации и коррекции дезадаптации в процессе обучения.

Ключові слова: адаптація, психофізіологічне забезпечення, тривожність, навчальна діяльність.

У сучасному суспільстві проблема адаптації виступає однією з ключових проблем медичної науки. Високі темпи життя, постійні інформаційні перевантаження і дефіцит часу все більше впливають на психіку особистості і стають причинами різних відхилень в нормальній діяльності окремих чи багатьох функціональних систем організму. Різноманітна і тривала дія несприятливих соціальних, психологічних, економічних чинників зумовлює велику нервово-психічну напругу, яка здатна викликати різноманітні негативні прояви в поведінці та призводити до нервово-психічних розладів [1-3].

Процес адаптації першокурсників у студентському колективі та соціально-психологічна структура труднощів періоду адаптації також займають важливе місце при дослідженні феномену стресу. Лише за останні роки проблема адаптації учнівської молоді до нового колективу стала предметом спеціальних досліджень [2, 10].

Процес адаптації студентів відображає складний, довготривалий процес і ставить високі вимоги до пластичності психіки та фізіологічних функцій організму молодих людей. Найбільш активні процеси адаптації до нових умов середовища та студентського життя відбуваються на перших курсах навчання, завдяки дії стресової ситуації на організм [2, 4, 8]. Складна та багатопланова реакція адаптації проявляється у вигляді специфічних відповідей саморегулюючих систем організму на різноманітні

ситуації. Більшість нервово-психічних і психосоматичних розладів, які виникають у студентів, є результатом порушення процесу адаптації до умов навчання і виражають нестійкість адаптивних механізмів в тривалих і короткочасних екстремальних ситуаціях [6].

МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ

В дослідженні використовували дані, які були отримані за результатами обстеження 60 підлітків віком 17-18 років, які були розділені на дві групи. Основна група сформована зі студентів першого року навчання інституту фізичного виховання і спорту ЛНУ імені Тараса Шевченка, а контрольна – з учнів 11 класів загально-освітньої школи №17 м. Луганська.

Дослідження проводилось на початку навчального семестру. Оцінку адаптаційних можливостей особистості проводили за багаторівневим особистісним опитувальником «Адаптивність» (МЛО-АМ) розробленим А.Г. Маклаковим і С.В. Чермяніним, який призначений для оцінки адаптаційних можливостей особистості з урахуванням соціально-психологічних та деяких психофізіологічних характеристик, що відображають узагальнені особливості нервово-психічного і соціального розвитку [7]. Дослідження рівня тривожності проводили за стандартною методикою Ч.Д. Спилбергера (адаптована Ю.Л. Ханінім) [5]. Для

оцінки функціонального стану вегетативної нервової системи та визначення екстра-, інтровертності та нейротизму використовували особистісний опитувальник Г. Айзенка [9].

РЕЗУЛЬТАТИ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

Порушення адаптації часто викликаються соматоформною вегетативною дисфункцією. Потенційно вегетативна дисфункція виявляється емоційними розладами, відчуттям страху, тривоги з

порушеннями адаптації. Оцінку адаптаційних можливостей особистості проводили за багаторівневим особистісним опитувальником «Адаптивність» (МЛО-АМ). В основу методики покладено уявлення про адаптацію, як про безперервний процес активного пристосування людини до постійно мінливих умов соціального середовища і професійної діяльності, отримані результати дослідження приведені у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники адаптаційних можливостей особистості (M±m)

Показники рівня розвитку якостей	Нервово-психічна стійкість (НПС)		Комунікативний потенціал (КП)		Моральна нормативність (МН)	
	основна група	контрольна група	основна група	контрольна група	основна група	контрольна група
Нище середнього	38,17±1,4	30,14±3,83	5,0±0,4	11,43±2,18	14,92±1,04	13,5±2,12
	40 %	23 %	20 %	23 %	40 %	7 %
Вище середнього	20,72±1,16	16,09±1,31	13,54±0,62	6,22±0,8	4,5±0,37	5,07±0,48
	60 %	77 %	80 %	77 %	60 %	93 %

Показники особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП) розраховували за формулою: ОАП=НПС+КП+МН та оцінювали за прийнятою шкалою оцінок.

Результатами дослідження встановлено достовірні відмінності в показниках особистісного адаптаційного потенціалу основної та контрольної груп 46,8±2,27 та 32,3±3,11 (p<0,001) відповідно. Величина зазначеного показника у групі високої і нормальної адаптації становила 27,83±0,52 (20 %) 24-особи для основної групи та 17,29±1,56 (47 %), 47-осіб контрольної групи. Показники задовільної та низької адаптації основної групи становили 42,44±1,53 (30 %) та 57,0±0,81 (50 %), 9 і 15-осіб відповідно. Рівень задовільної та низької адаптації контрольної групи складав 40,17±1,93 (40 %) та 61,25±1,28 (13 %), 12 і 4-особи відповідно.

Таким чином, при дослідженні особистісного адаптаційного потенціалу встановлено, що контрольна група має більш високі показники адаптованості в порівнянні з основною групою, а 50 % всіх першокурсників відчувають порушення процесу адаптації.

Найбільш частою моделлю перенапруження регуляторних механізмів і зниження адаптаційних можливостей є емоційний стрес. Адаптація організму до емоційної напруги протікає індивідуально і залежить від регулюючої діяльності вегетативної нервової системи, яка починає активізуватися у стадії тривоги. Тривожним розладам властива складна психопатологічна структура, що включає як гострі прояви тривоги так і панічні атаки з властивими їм вегетативними розладами і страхом смерті, уникаюча

поведінка, тобто прагнення уникати ситуацій, що провокують повторення панічного пароксизму.

При дослідженні показників ситуативної тривожності встановлено кількісні статистично достовірні відмінності. Середні показники основної групи становили 41,5±1,68 і були достовірно вищими показників контрольної групи 25,97±1,35 (p<0,001). Зазначений показник за шкалою оцінок характеризувався як низький у контрольній групі і помірний в основній.

У той же час слід відзначити, що середні показники високого рівня тривожності становили 48,5±0,44 та спостерігалися у 60 % обстежуваних основної групи (18 осіб). В контрольній групі високого рівня тривожності не виявлено. В групу обстежуваних за показником помірного рівня тривожності основної групи, що становив 32,67±0,59 увійшли 9 студентів (30 %) проти 9 осіб (33 %) контрольної групи з показником 32,6±0,91. Показник низького рівня тривожності становив 26,0±0,71 в основній групі та спостерігався у 10 % (3 особи). У контрольній групі зазначений показник становив 23,41±1,41 та спостерігався у 20 осіб (67 %).

За даними дослідження встановлена достовірна різниця (p<0,05) між показниками рівня особистісної тривожності основної та контрольної груп, що становили 44,83±0,96 та 41,63±1,65 відповідно. Встановлено, що показники низького рівня особистісної тривожності у контрольній групі становили 26,67±1,08 (10 %) – 3 особи при цьому в основній групі даний показник не виявлено. Показники помірного і високого рівня особистісної тривожності в основній групі становили 41,39±0,82 і

50,0±0,63 та спостерігалися в 60 % (18 осіб) і 40 % (12 осіб) відповідно. Відповідні показники в контролі становили 38,05±1,15 (19 осіб - 63 %) та 52,0±2,38 (8 осіб – 27 %).

Вегетативна нервова система відіграє істотну роль в процесах адаптації організму, внаслідок чого її функціональний стан вельми мінливий. Результати дослідження нейротизму приведені на рис. 1.

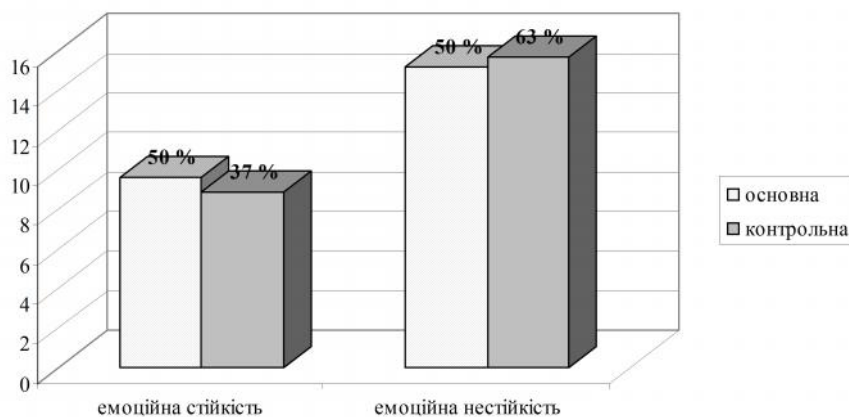


Рис.1. Показники нейротизму досліджувальних груп.

Наявність екстра - чи інтровертів визначається залежністю реакцій і діяльності людини, або від зовнішніх вражень, що виникають у даний момент “екстрверсія, чи образів, уяви та думок, пов’язаних з минулим і майбутнім” інтроверсія. Тому два фактори “нейротизм та екстрверсія” інтроверсія є основними параметрами особистості людини [11].

За результатами дослідження функціонального стану вегетативної нервової системи встановлено, що середні показники екстравертності в основній групі становили 15,14±0,31 і спостерігалися в 70 % випадків проти 67 % осіб контрольної групи з показником 15,04±0,43. Показник інтровертності в основній групі склав 9,33±0,64 (30 %), а в контрольній 8,67±0,68 (33 %).

ВИСНОВКИ

Таким чином, результати дослідження свідчать про наявність високого рівня особистісної тривожності у студентів першого курсу. Дослідження дають змогу констатувати, що психодіагностика адаптаційних можливостей студентів першого року навчання має велике значення, тому що дезадаптація може позначитися на погіршенні роботи пізнавальної сфери, змінах в емоційно-почуттєвій сфері, неадекватності самосприйняття і самооцінки. Встановлені достовірні відмінності в показниках особистісного адаптаційного потенціалу основної та контрольної груп та виявлені низькі показники адаптації в 50 % випадків основної групи проти 13 % контрольної.

ЛІТЕРАТУРА

1. Адаптация организма подростков к учебной нагрузке / Под ред. Д.В. Колесова. “М.: Педагогика, 1987. “ 152 с.

2. Адаптация первокурсников: проблемы и тенденции /Л.Н. Боронина, Ю.Р. Вишневский, Я.В. Дидковская и др. // Университетское управление: практика и анализ. – 2001. – № 4 (19). С. 87-94.

3. Бодров В.А. Информационный стресс / В.А. Бодров. “М.: ПЕР СЭ, 2000. “ 352 с.

4. Иванова М.А. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов первого года обучения в вузе / М.А. Иванова, Н.А. Титкова – СПб., 1993. “ 258 с.

5. Карандашев В.Н. Изучение оценочной тревожности: руководство по использованию / В.Н. Карандашев, М.С. Лебедева, Ч. Спилбергер. – СПб.: Речь, 2004. – 80 с.

6. Ляхова І. Використання системного аналізу процесу адаптації студентів-першокурсників / І. Ляхова, О. Учитель // Рідна школа. – 2001. “ № 1. – С. 61-63.

7. Маклаков А.Г. Общая психология “СПб; Питер, 2001 “ 529 с.: ил. “ (Серия „Учебники нового века”.

8. Монахова Л.Ю. Адаптация студентов к процессу обучения в высшей школе / Л.Ю. Монахова // Современные адаптивные системы образования взрослых: [Сб.] / Ин-т образования взрослых. “СПб., 2002. “С. 126-130.

9. Райгородский Д.Я. Практическая психодіагностика. Методики и тесты. / Д.Я. Райгородский. “Самара: Изд-во Бахрах-М, 2006. “ 672 с.

10. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості / А.В. Фурман. – Тернопіль: Економічна думка, 2003. – 64 с.

11. Eysenck H.J. The biological basis of personality / Spring “ field, III. Charles C. Thomas. “ 1967. “ 120 p.