

УДК 378.4:796

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА

© **Киселева Ирина Николаевна**

старший преподаватель кафедры теоретико-методических основ
физической культуры и спорта,
филиал Российского государственного университета
по физической культуре, спорту, молодежи и туризму в г. Иркутске
Россия, 664050, г. Иркутск, ул. Байкальская, 267
E-mail: kiseleva_irk@mail.ru

В статье представлены результаты исследования проблемы социально-педагогической адаптации студентов первого курса физкультурного вуза. Приведено сравнение результатов социально-педагогической адаптации студентов-спортсменов со студентами разных факультетов, таких как физический, психологический, филологический и других. Обоснованы и представлены методы исследования социально-педагогической адаптации.

Ключевые слова: понятие социально-педагогической адаптации; методы исследования; возможности научно-исследовательской лаборатории для повышения резервных возможностей студентов.

В условиях перемен и общественных трансформаций во всех сферах жизни, в том числе и в образовании, современное общество переживает острую необходимость в переоценке ценностей, в переоценке знаний о человеке, о возможностях социализации и социально-педагогической адаптации к быстро меняющейся социально-экономической и культурной среде.

Проблемы социально-педагогической адаптации и причины, которые обеспечивают успешность социализации и адаптации, получили достаточное освещение в различных исследованиях (Китаев-Смык Л. А., 1983, Медведев В. И., 1984, Березин Ф. Б., 1988, Хрипкова А. Г., 1982, Лебедев В. И., 1989, Маклаков А. Г., 2001, Коваль Н. А., 1997, Чудновский В. Э., 2003, Шестопалова Л. Ф., 2003, Ясюкова Л.А., 2007, Власова Т.А., 2009, Хамзяева, 2012 и др.).

Известно, что с самого начала изучалась лишь психологическая (психическая) составляющая данного процесса, адаптация понимается, как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды, как поддержание психического гомеостаза, который в значительной мере определяет успешность деятельности и сохранение физического и психического здоровья человека (Б. Березина, А. А. Ухтомского, П. К. Анохин, Г. Селье, В. П. Казначеев, И. Каллаиков и др.) [1].

Социальный аспект адаптации глубоко изучается многими авторами, которые отмечают то, что личность и общественная среда, как обособленные, изолированные друг от друга субстанции. Изучение социальной стороны адаптации сводится к проблемам труда, трудовой деятельности и трудовых ресурсов к факторам социальной адаптации, таким как социальные связи, межличностные и производственные отношения, общение, к общественным требованиям, санкциям и нормам (Н. Ф. Наумова, И. М. Попова, А. Б. Георгиевский, В. П. Петленко, Э. Дюркгейм, Т. Парсонс, М. Ромм и др.).

Представители системного подхода Налчаджян А. А., Парыгин Б. Д., Дубровин Д. Н., Реан А. А. и др. понимают под социально-педагогической адаптацией процесс усвоения и активное воспроизводство индивидом социального опыта, норм, ценностей установок, осуществляемых в общении и деятельности, и факторам, влияющим на эффективность данного процесса. На наш взгляд, именно такое понимание социально-педагогической адаптации, где две ее составляющие (социальная, отражающая нормы и требования общества и личностная) объединяются за счет творческой активности личности — является самым полным и учитывающим специфику данного процесса.

Таким образом, социально-педагогическая адаптация студентов вуза — процесс активного приспособления индивида в условиях образовательной среды, а именно приспособление человека как личности к правилам, нормам, ценностям и требованиям социальной группы, с учетом собственных потребностей, мотивов и интересов. Основные проявления социально-педагогической адаптации — взаимодействие человека с социальным окружением в референтных социальных группах, а также активная образовательная деятельность в рамках обучения в вузе.

Известно, что именно в юношеском возрасте происходит профессиональное и личностное самоопределение. Данный этап характеризуется интенсивным усвоением правил коллективной жизни, интересом к социальным проблемам, связанным с поступками людей, появляется увлеченность вопросами в отношении «Я-будущего» и возможностей реализации себя в социальном и профессиональном плане. Решение данных проблем во многом будет зависеть от успешности социально-педагогической адаптации молодого человека.

Следует отметить, что у студентов физкультурного вуза процесс социально-педагогической адаптации специфичен и проходит по-особому, это связано с их профессиональной деятельностью, которая предполагает не только умственные, но и интенсивные, регулярные физические нагрузки, что является дополнительным фактором, влияющим на процесс адаптации.

Целью нашего исследования явилось изучение особенностей социально-педагогической адаптации студентов физкультурного вуза.

В исследовании приняли участие 128 студентов первого курса Иркутского филиала РГУФКСМиТ. Исследование проводилось на базе студенческой научно-исследовательской лаборатории Иркутского филиала РГУФКСМиТ в рамках исследования «функциональных резервов человека».

Особенности социально-педагогической адаптации изучались при помощи модифицированного нами опросника для оценки уровня социально-педагогической адаптации студентов (Г. С. Никифоров, М. А. Дмитриева). Данная методика позволяет оценить социально-педагогическую адаптацию, представляющую собой единство адаптации индивида к физическим условиям профессиональной среды (психофизиологический аспект), адаптации субъекта деятельности к профессиональным задачам, орудиям труда, выполняемым операциям и т. д. (собственно профессиональный аспект) и адаптация личности к социальным компонентам профессиональной среды (социально-психологический аспект).

Для выявления уровня психической адаптации нами был использован коэффициент психической адаптации, который высчитывается по формуле П. Ф. Бе-

резина на основе результатов методики многофакторного исследования личности Р. Кеттелла (16PF). *Коэффициент психической адаптации*, состоит из следующих психологических факторов: базовые эмоционально-волевые компоненты личности, такие как тревога и фрустрация, а также установки и потребностно-мотивационные характеристики личности, лежащие в основе личности, которые либо способствуют, либо препятствуют успешности адаптации. П.Ф. Березин предложил формулу для количественного определения психической адаптации (ПА), в которой показатель фрустрированности (Q4), делится на показатель интегрированности поведения (С). Данная формула выглядит следующим образом:

$$ПА = Q4 / С$$

Чем выше получаемое значение, тем ниже уровень психической адаптации. Показатели от 0 до 0,9 балла относятся к эффективной психической адаптации или отсутствию дезадаптации. Показатели 1 до 2 баллов отражают неустойчивую психическую адаптацию или наличие дезадаптации, которая носит неустойчивый характер. Показатель выше 2 баллов отражает стойкое нарушение психической адаптации. Следует сказать, что Березин рассматривает «собственно психическую адаптацию», необходимую для поддержания психического гомеостаза и сохранения психического здоровья.

Остановимся на результатах, полученных благодаря формуле П. Ф. Березина. Уровень эффективной адаптации был выявлен у 50% студентов физкультурного вуза. Данная группа учащихся характеризуется эффективными адаптивными способностями, нервно-психической устойчивостью. Чуть меньше половины студентов-физкультурников — 46% имеют неустойчивый уровень психической адаптации, это может выражаться в нестабильности процесса адаптации и зависимости от внешних факторов. Стойкое нарушение психической адаптации выявлено всего лишь у 4% студентов физкультурного вуза, что может выражаться осложненным протеканием социализации и адаптации, что может сопровождаться нервными срывами и неадекватным восприятием социальной действительности. В целом, показатель психической адаптации лучше у студентов физкультурного вуза, чем у других студентов. Мы сравнили полученные результаты с результатами исследования, проведенного в 2010 году на базе ИГУ, в котором приняли участие 277 студентов-первокурсников таких факультетов, как географический (47 чел.), химический (12 чел.), физический (56 чел.), математический (29 чел.), психологический (71 чел.), филологический (62 чел.) в возрасте 16 — 22 лет. Выяснилось, что высокий уровень адаптации был выявлен у 40% студентов разных факультетов, которые достаточно успешно адаптируются к социальной жизни. Другая группа учащихся (30%) характеризуются неустойчивыми признаками адаптации, некоторой зависимостью от внешних условий. Выявлена достаточно большая группа студентов — 30%, которые имеют стойкое нарушение адаптации, что может выражаться в наличие социально-психологических проблем, в общей социальной неудовлетворенности и неустойчивости.

Таким образом, студенты физкультурного вуза имеют более высокие показатели психической адаптации. Данная группа студентов хорошо адаптирована к своей социальной среде, их отличает удовлетворенность не только физическими условиями профессиональной (студенческой) среды, но и достаточно высокая приспособленность к профессиональным задачам, способам обучения, выполняемым требованиям. Это факт можно объяснить наличием опыта физических и

психоэмоциональных нагрузок физической выносливостью студентов, занимающихся физкультурой. Такие студенты привыкают к спортивному режиму и испытаниям различного плана и возможно вырабатывают некий «иммунитет» к различным социальным факторам среды. Далее мы остановимся на анализе результатов социально-педагогической составляющей адаптации.

Высокий уровень социально-педагогической адаптации был выявлен у 32% студентов-физкультурников, которые достаточно успешно адаптированы. Большая часть студентов — 54% имеют средний уровень социально-педагогической адаптации, что выражается в недостаточной удовлетворенности физическими условиями, профессиональной и социально-психологической деятельности, в нестабильности процесса адаптации и в зависимости от социальных условий. Низкий уровень адаптации был выявлен у 14% учащихся, которые не удовлетворены, как физическими условиями обучения, так и взаимоотношениями в группе и собственной деятельностью. Такие результаты указывают на осложнение процесса социально-педагогической адаптации у испытуемых данной группы, что может проявляться в низкой коммуникативной и профессиональной активности.

Анализ полученных результатов по социально-педагогической адаптации студентов ИГУ, показал, что высокий уровень адаптации был выявлен у 26% студентов, было обнаружено, что большинство студентов из исследуемой выборки — 66% имеют средний уровень социально- адаптации. Это выражается в недостаточности удовлетворенности физическими условиями, профессиональной и социальной деятельности, в нестабильности процесса адаптации и зависимости от социальных условий. Низкий уровень социально-педагогической адаптации был выявлен всего у 8% учащихся, которые обладают признаками дезадаптации, что может выражаться в нервно-психических срывах, в неустойчивости самооценки и общей неудовлетворенностью.

Таким образом, проведенное нами исследование, позволяет сделать следующие выводы. Большинство студентов из исследуемой выборки имеют средний уровень социально-педагогической адаптации, что выражается в нестабильности адаптационного процесса и зависимости от социальных условий. Также среди особенностей адаптации студентов физического вуза можно отметить достаточно высокую нервно-психическую устойчивость и самооценку, что может способствовать более эффективному выстраиванию взаимодействия со сверстниками.

Следует отметить, что по окончании нашего исследования в рамках научно-исследовательской лаборатории Иркутского филиала РГУФКСМиТ были проведены групповые и индивидуальные профилактические консультации [2], направленные на выявление, осознание, принятие своих индивидуальных особенностей и специфики социально-педагогической адаптации. Это позволило студентам актуализировать процессы самопознания, самосознания, рефлексии и поисковой активности, направленной на понимание сущности социально-психологических явлений и активизировать процесс самовоспитания.

В дальнейшем мы планируем продолжить изучение адаптивных возможностей человека, а также факторов, влияющих на этот процесс в рамках научно-исследовательской лаборатории Иркутского филиала РГУФКСМиТ.

Литература

1. Березин Ф. Б. Психическая и физиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988.
2. Воробьева Е. В., Богданович Н. Г. Творческое мышление и психологическая устойчивость личности как факторы профессиональной подготовки будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта // Теория и практика физической культуры. 2011. № 6. С. 12–18.
3. Налчаджян А. А. Социально-психологическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии) / отв. ред. Э. А. Александрян; АН АрмССР. Ин-т философии и права. Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988. 263 с.

FEATURES OF SOCIAL AND PEDAGOGICAL ADAPTATION
OF STUDENTS OF THE PHYSICAL CULTURE HIGHER EDUCATION

Irina N. Kiseleva

The senior teacher of department of teoretiko-methodical fundamentals of physical culture and sport of Branch of the Russian state university of physical culture, sport, youth and tourism in Irkutsk.

Russia, 664050, Irkutsk, Baykalskaya St., 267

E-mail: kiseleva_irk@mail.ru

The article presents the results of a study of the problem of social and pedagogical adaptation of first-year students of a sports institution. Comparison of results of social and pedagogical adaptation of students-athletes with students of different faculties, such as physical, psychological, philological and others is given. The methods of research of social and pedagogical adaptation are substantiated and presented.

Keywords: the concept of social and pedagogical adaptation; research methods; the possibilities of a research laboratory to enhance the reserve capacity of students.