Шеленкова Наталія Леонідівна,
канд. психол.н., доцент, доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, м. Умань
Мальцева Ольга Олегівна,
здобувачка вищої освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, м. Умань

СИМПТОМИ ДЕЗАДАПТАЦІЙНОЇ ПОВЕДІНКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Емоційний стан першокурсника на початку першого семестру є досить специфічним. Він не повторюється у процесі подальшого навчання; втім, його проходження визначає, до певної міри, успішність адаптації студента до умов навчання вищого закладу освіти.

Цей емоційний стан виникає як результат несвідомого співвіднесення попередніх очікувань першокурсника від навчання у вузі та його перших вражень від цього процесу. Можна припустити, що його очікування від навчання породжують як піднесення, ейфорію, так і певну тривогу, пов'язану з побоюванням різного роду неуспіху як у навчальній, так і у міжособистісній сферах.

Виділяють такі симптоми психологічної дезадаптації [2]:

- підвищення показника емоційного збудження, тривожності, нейротизму;
- зниження комунікабельності, емоційної стійкості, самоконтролю, соціальної сміливості;
- з’являється почуття неповноцінності у стосунках із товаришами, вчителями, батьками, а в поведінці в цілому – надмірна сором’язливість;
- зниження успішності, недостатня увага й зосередженість на уроках;
- скарги на погане самопочуття, сон;

- втрата інтересу до навчання, школи.

Внаслідок цих проявів розвиваються :

- непродуктивні форми реагування;
- симптоми порушення поведінки;
- емоційні розлади різного ступеня.

Соціально-психологічна дезадаптація не тотожна поняттю хвороби і проявляється в патологічній і непатологічній формах.

Стосовно непатологічної дезадаптації, то вчені як приклад наводять відхилення в поведінці й переживаннях суб'єкта, пов'язані з недостатньою соціалізацією, соціально неприйнятними установками особистості, різкою зміною умов існування, розривом важливих соціальних стосунків тощо. За структурою й механізмами непатологічна і патологічна дезадаптація мають суттєві відмінності: в першому випадку зниження загального рівня адаптації відбувається за рахунок звуження сфери діяльності і спілкування та зменшення їхньої інтенсивності; в разі патологічної дезадаптації розпочинається «ломка» основних напрямів адаптаційної діяльності, з'являються патологічні варіанти адаптації.

Вказуючи на прямий зв'язок соціально-психологічної дезадаптації із суїцидом, у динаміці обох форм соціально-психологічної дезадаптації, яка веде до суїциду, вчені вирізняють дві фази: переддиспозиційну й суїцидальну, де перша фаза не є специфічною для суїциду, а в другій, яка починається із зародження суїцидальних тенденцій і продовжується аж до їх реалізації, дезадаптаційний процес проходить за загальною схемою, яка зводить до нуля всі вироблені раніше форми адаптації. При цьому конфлікт має вирішальне значення для переходу переддиспозиційної фази в суїцидальну [1].

За результатами досліджень найбільш типовими симптомами дезадаптаційної поведінки першокурсника виявилися:

- підвищена тривожність,

- дефіцит міжособистісних контактів,
- закритість,
- яскраве домінування інтелектуальної сфери над емоційною.

1. Підвищена тривожність

Підвищена тривожність зустрічаються у 57% першокурсників і лише у 28% - студентів четвертих курсів.

Аналіз виникнення та динаміки переживання тривоги дає багато інформації про специфіку емоційного стану першокурсника. Причинами переживання на початку навчання є, по-перше, перехід у незнайому структуру з незрозумілими соціальними вимогами. Відсутність ясності, визначеності - це саме по собі є серйозним фактором зростання тривожності (а в осіб з постійно підвищеною тривожністю це може викликати стрес і навіть невроз). По-друге, у першокурсника відбувається напружена боротьба за вступ до навчального закладу, що також позначається на його емоційному стані.

2. Дефіцит міжособистісних контактів

Аморфність соціальних орієнтацій призводить до того, що першокурсник не має чіткого уявлення про регламентацію стосунків як з товаришами у групі, так і з викладачами та адміністрацією факультету.

3. Закритість

Виникає як механізм захисту від стресогенних факторів. За своєю дією цей адаптаційний механізм є скоріше деструктивним, ніж конструктивним: усвідомленню соціальних орієнтацій та встановленню дружніх і ділових контактів заважає інформаційний дефіцит. Закритість як механізм захисту лише посилює цей дефіцит, призводячи до майже цілковитої пасивності першокурсника у процесі інформаційного обміну. Якщо такий стан речей залишиться незмінним, то це цілком може призвести до кризи особистості.

4. Домінування інтелектуальної сфери над емоційною

Домінування інтелекту у психіці сучасної людини є загальною бідою нашої цивілізації. У науковому середовищі стихійно відбувається селекція

людей з непомірно розвиненим інтелектом за рахунок інших функцій психіки. Людина добровільно перетворює себе в інструмент обробки інформації та вирішення ситуативних завдань. У результаті такого однобічного розвитку у людини створюється "психічна псевдоцілісність", ілюзія інтегрованості психіки. Людині здається, що вона себе цілком і повністю усвідомлює та контролює. Як результат - сильні внутрішні конфлікти та надзвичайно сильні негативні проекції на оточуючих людей.

Отже, основні симптоми психологічної дезадаптації проявляються у підвищенні показника емоційного збудження, тривожності, нейротизму; зниженні комунікабельності, емоційної стійкості, самоконтролю, соціальної сміливості; появі почуття неповноцінності у стосунках із товаришами, вчителями, батьками, а в поведінці в цілому – надмірна сором'язливість; зниженні успішності, недостатній увазі й зосередженість на уроках; скаргах на погане самопочуття, сон; втраті інтересу до навчання, школи. Внаслідок цих проявів розвиваються: непродуктивні форми реагування; симптоми порушення поведінки; емоційні розлади різного ступеня.

Список використаної літератури:

1. Зданевич Л.В. Теоретико-методологічні основи вивчення проблеми адаптації у психолого-педагогічних дослідженнях. *Наука і сучасність. Серія: Педагогіка. Філологія : збірник наукових праць*, НПУ, Київ. 2005. Т. 51. С. 9–18.

2. Кулеша Н. П. Психологічна адаптація студентів І курсу навчання у вищих навчальних закладах. *Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка», Видавництво Національногоуніверситету «Острозька академія»* Острог, Випуск 19. 2012. С. 123–127.