

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ УСПЕШНОСТИ АДАПТАЦИИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

**Д.Н. Церфус, кандидат медицинских наук, доцент.  
Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России**

Проведен анализ экспериментального изучения адаптации обучающихся в начальном периоде обучения. Определены психологические предикторы успешности адаптации к условиям образовательной среды. В исследовании учет адаптационных способностей обучающихся оценивался через оценку уровня развития психологических характеристик, наиболее значимых для регуляции психической деятельности человека. По результатам проведенного исследования было установлено, что существует взаимосвязь между уровнем адаптивных способностей обучающихся и познавательными психическими процессами (память, внимание, мышление и пр.).

*Ключевые слова:* нервно-психическая неустойчивость, адаптация, функциональное состояние, личностный адаптационный потенциал, жизнестойкость, познавательные психические процессы (память, внимание, мышление), самооценка адаптации обучающихся в вузе

## PSYCHOLOGICAL PREDICTORS OF SUCCESSFUL ADAPTATION OF STUDENTS TO EDUCATIONAL ENVIRONMENT

D.N. Tserfus. Saint-Petersburg university of State fire service of EMERCOM of Russia

In the article the analysis of the experimental study of adaptation of students in the initial training period. Identified psychological predictors of successful adaptation to the educational environment. In the study, given the adaptive abilities of the students was evaluated through an assessment of the level of development of psychological characteristics that are most important for the regulation of human mental activity. According to the results of the conducted research it was established that a correlation exists between the level of adaptive abilities of students and cognitive mental processes (memory, attention, thinking, etc.).

*Keywords:* mental instability, adaptation, functional status, personal adaptive capacity, resilience, cognitive mental processes (memory, attention, thinking), self-adaptation of students in high school

В связи с ростом ответственности и сложностью решаемых задач в МЧС России, повышаются требования к коммуникативным, профессиональным и личностным качествам специалистов этого ведомства. Качественная подготовка обучающихся к будущей профессиональной деятельности остается одной из важнейших задач вуза [1]. В основе эффективной профессиональной деятельности специалистов МЧС России (далее специалисты) лежат адаптивные возможности здорового человека.

Профессиональная деятельность будущих специалистов экстремального профиля деятельности сопряжена с определенным риском, характеризуется информационной недостаточностью, неопределенностью и непредсказуемостью событий, также предъявляет высокие требования к индивидуально-личностным качествам, уровню развития познавательных психических процессов, готовности к деятельности в экстремальных ситуациях с целью ликвидации последствий техногенных и природных чрезвычайных ситуаций (ЧС) [2].

На сегодняшний день разработано большое количество методической, технической и иной специальной литературы, затрагивающей проблему качественной подготовки высокопрофессиональных кадров для различных силовых ведомств.

Анализ литературных источников по проблеме повышения качества подготовки специалистов экстремального профиля деятельности показал, что успешность выполнения профессиональной деятельности во многом связана с совершенствованием мероприятий системы психологического обеспечения специалистов [2, 3]. Однако существуют противоречия в различных силовых ведомствах в части касающихся требований нормативной документации в системе мониторинга психологического сопровождения обучающихся к условиям образовательной среды.

Научную методическую основу этой системы, связанную с эффективной профессиональной подготовкой к деятельности, должно составить знание закономерностей формирования и развития психофизиологических и индивидуально-личностных качеств обучающихся.

Анализ литературных источников отечественной и зарубежной литературы свидетельствует о том, что многими учеными предпринимались попытки целостного осмысления личностных характеристик. В исследованиях А.Г. Маклакова введено понятие личностного адаптационного потенциала [4], определяющее устойчивость человека к экстремальным факторам, в работах Д.А. Леонтьева рассматривается понятие личностного потенциала [5, 6], на основе философских работ М.К. Мамардашвили, П. Тиллиха, Э. Фромма и В. Франкла [7–10].

По мнению А.Г. Маклакова, адаптация рассматривается как процесс и свойство живой саморегулирующейся системы, состоящее в способности приспосабливаться к изменяющимся внешним условиям [4]. Индивидуально-психологические особенности личности обуславливают адаптационные способности человека. Чем выше способности человека приспосабливаться к изменяющимся условиям среды, тем выше уровень регуляции психической деятельности.

Адаптационные способности могут оцениваться, по данным ряда психологических исследований, через оценку уровня развития психологических характеристик, наиболее значимых для регуляции психической деятельности.

Чем выше уровень развития этих характеристик, тем выше вероятность успешной адаптации человека. Личностный адаптационный потенциал, по мнению А.Г. Маклакова, включает следующие составляющие: уровень нервно-психической устойчивости; самооценку личности, являющуюся ядром саморегуляции и определяющей степень адекватности восприятия условий деятельности и своих возможностей; ощущение социальной поддержки; уровень конфликтности личности [4].

Все перечисленные характеристики являются важными в прогнозе успешности адаптации к трудным и экстремальным ситуациям, а также при оценке скорости восстановления психического равновесия.

Личностный потенциал по Д.А. Леонтьеву обобщает такие понятия как воля, сила Эго, внутренняя опора, локус контроля, ориентация на действие, воля к смыслу. По его мнению, наиболее полно отражающее содержание личностного потенциала в зарубежной психологии соответствует понятие «hardiness» – «жизнестойкость», введенное С. Мадди [11–13].

Оценка уровня адаптивных возможностей обучающихся с учетом интеллектуальной деятельности, развития познавательных психических процессов, на взгляд автора, должна выступать значимым критерием успешности обучения в вузе.

В качестве гипотезы исследования было выдвинуто следующее предположение, что существует взаимосвязь между уровнем адаптивных возможностей обучающихся и познавательными психическими процессами (память, внимание, мышление и пр.).

Целью данного исследования стало изучение познавательных психических процессов и уровня нервно-психической устойчивости обучающихся.

В исследовании приняли участие 86 испытуемых – обучающихся института безопасности жизнедеятельности Санкт-Петербургского университета Государственной противопожарной службы МЧС России. Выборку составили юноши в возрасте 18–20 лет.

В исследовании с целью успешности адаптации оценивались следующие параметры: уровень нервно-психической устойчивости, самооценка адаптации обучающихся в вузе, показатели жизнестойкости, а также изучение познавательных психических процессов. Для изучения познавательных психических процессов памяти, внимания и мышления применялась батарея тестов «КР-3-85», разработанная Б.В. Кулагиным и М.М. Решетниковым. Испытуемым предлагалось выполнить 10 методик по 30 заданий, на выполнение каждой выделялось ограниченное количество времени. По результатам выполнения методик у испытуемых оценивались следующие параметры: логическое (понятийное) мышление с применением методик «Аналогии» (АН), «Установление закономерностей» (УЗ), «Числовые ряды» (ЧР); оценка зрительной кратковременной памяти, «Зрительная память» (ЗП), «Вербальная память» (ВП); способность к образным представлениям, «Образное мышление» (ОМ); темповые характеристики психических процессов, «Арифметический счёт» (АС).

Для определения общего уровня нервно-психической устойчивости применялся многоуровневый личностный опросник МЛЮ – «Адаптивность» [14]. В данном исследовании оценивалась также жизнестойкость, личностная характеристика которой, по мнению С. Мадди, является общей мерой психического здоровья человека и отражает три жизненные установки: вовлеченность, уверенность в возможности контроля над ее событиями, а также готовность к риску (тест С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева).

Для самооценки адаптации успешности обучения в вузе применялась авторская анкета, которая включала в себя оценку адаптации к различным объектам: к условиям обучения, к коллективу. Оценка производилась по 6-балльной шкале.

По результатам проведенного исследования уровня нервно-психической устойчивости было установлено, что среднее значение в общей выборке обучающихся составило  $14,34 \pm 0,54$  «сырых» балла или  $5,29 \pm 0,12$  стена, что соответствует средней популяционной норме для этого возраста.

Для распределения обучающихся на группы с различной («полярной») выраженностью нервно-психической устойчивости (НПУ) был проведен частотный анализ показателей НПУ всех кандидатов, а в дальнейшем – приведение к нормальному распределению и перевод показателей в 10-балльную (стенную) шкалу.

Обучающиеся с выраженностью нервной устойчивости, соответствующей 7–10 стеном, составили группу с высокой НПУ ( $n=19$ ) или группу «лучших», среднее значение НПУ в этой группе было равно  $5,85 \pm 0,13$  «сырых» балла (шкала обратная) или  $7,80 \pm 0,07$  стена.

В «полярной» группе обучающиеся по показателю НПУ (группа «худшие»), соответствующей 1–4 стеном, составили группу с низкой выраженностью НПУ ( $n=28$ ), ее среднее значение соответствовало  $26,90 \pm 1,02$  «сырых» балла или  $2,59 \pm 0,11$  стена.

В группе «средних» по выраженности НПУ обучающиеся ( $n=39$ ), соответствующей 5–6 стеном, ее среднее значение составило  $11,72 \pm 0,21$  «сырых» балла или  $5,41 \pm 0,08$  стена, что практически соответствовало средним значениям по всей выборке.

Логично, что статистические различия показателей НПУ в «полярных» группах обучающихся носили наиболее выраженный, контрастный характер ( $p < 0,0001$ ).

Следует отметить, что и другие показатели методики МЛЮ – «Адаптивность» значения шкал «коммуникативные качества», «моральная нормативность» и «личностный адаптационный потенциал» (ЛАП) практически повторяли динамику показателей НПУ (шкала «ПР») в группах обучающихся.

Дальнейший сравнительный анализ показателей интеллектуального развития обучающихся проводился в различных, в первую очередь в полярных, по показателю НПУ группах.

При оценке результатов выполнения методик «Интеллектуальной батареи» было выявлено, что средние по выборке значения интегрального показателя общего интеллектуального развития (ОИР) составили  $115,6 \pm 1,41$  баллов, что соответствует среднормативным оценкам уровня для данного возрастного контингента. Сравнительный анализ в группах с различной выраженностью НПУ показал, что в группе «худших» по НПУ среднее значение интегрального показателя ОИР составило  $106,4 \pm 2,35$ , а в группе «лучших» он был значительно выше и составил  $125,2 \pm 2,68$  балла. В группе «средних» показатели ОИР практически повторяли средние значения по всей выборке ( $115,47 \pm 2,10$ ). Статистические значимые различия по ОИР были выявлены при сравнении всех групп на уровнях от  $p < 0,005$ , при сравнении ОИР групп «худших» и «средних», «средних» и «лучших», до  $p < 0,0001$  при сравнении «полярных» групп «худших» и «лучших» по НПУ.

Анализ выполнения отдельных субтестов «интеллектуальной батареи» показал, что в «полярных» группах поведенческой регуляции статистически значимо различались результаты выполнения методик «интеллектуальной батареи» практически по всем методикам, за исключением методики «арифметический счет», по которой не было выявлено статистически значимых различий ни в одной из групп.

Что, по-видимому, связано, с общей для всех тенденцией и привычке (выработанной уже в школе) производить арифметические действия с помощью калькуляторов. Наибольшие статистические различия ( $p < 0,0001$ ) в «полярных» группах были получены по субтестам: «Аналогии», «Образное мышление», «Установление закономерностей», «Силлогизмы» и «Кубы».

Следует заключить, что по результатам ОИР в целом в группе «худших» по НПУ значения показателей эффективности выполнения отдельных субтестов «интеллектуальной батареи» были значительно ниже, что говорит о достоверно более низких показателях развития познавательных психических процессов (памяти, внимания, мышления) в целом.

Выявленные различия позволяют заключить, что обучающиеся со сниженной НПУ в целом имеют более низкий уровень результатов по методике оценки познавательных психических процессов.

Анализ корреляционной матрицы показал, что были установлены следующие связи между самооценкой адаптации с показателем вовлеченности ( $r = 0,57$ ), что может интерпретироваться убежденностью обучающихся в том, что вовлеченность в происходящее создает максимальную возможность найти нечто стоящее и интересное для личности. Результаты исследования показателя контроля ( $r = 0,59$ ) отразили убежденность обучающихся в том, что борьба за результат позволяет позитивно повлиять на итоги происходящего (при  $p > 0,01$ ). При дальнейшем исследовании такой жизненной установки как, готовность к риску ( $r = 0,55$ ), показало, что обучающиеся убеждены в том, что все происходящее с ними способствует их развитию за счет приобретаемых знаний и опыта как позитивного, так и отрицательного (при  $p > 0,05$ ).

Была установлена корреляционная связь между самооценкой адаптации обучающихся и показателем общей жизнестойкости, которая составила  $r = 0,70$  при  $p > 0,01$ .

Таким образом, по результатам исследования можно сделать следующие выводы.

Существует взаимосвязь между уровнем адаптивных способностей обучающихся и познавательными психическими процессами (память, внимание, мышление и пр.). Учитывая связь между уровнем нервно-психической устойчивости и познавательными психическими процессами, возможно прогнозирование успешности профессиональной адаптации обучающихся.

Приведенные результаты исследования наглядно показывают, что успех адаптации определяется уровнем развития познавательных психических процессов. По результатам исследований были установлены связи между самооценкой адаптации обучающихся и жизнестойкостью.

Полученные результаты позволяют сделать некоторые практические рекомендации:

– в процессе обучения учет индивидуальных особенностей обучающихся и уровень развития познавательных психических процессов позволит повысить качество подготовки обучающихся и ускорить процессы адаптации;

– результаты исследований могут быть использованы в психологическом сопровождении обучающихся образовательных учреждений высшего образования МЧС России.

### **Литература**

1. Шленков А.В. Влияние профессиональной подготовки в образовательных учреждениях ФПС МЧС России на индивидуально-психологические особенности обучающихся // Проблемы управления рисками в техносфере. 2013. № 3 (27). С. 137–145.

2. Корзунин В.А., Церфус Д.Н. Актуальные вопросы психофизиологического сопровождения адаптации обучающихся к условиям образовательной среды в вузах силовых ведомств // Проблемы управления рисками в техносфере. 2015. № 3 (35). С. 169–176.

3. Чермянин С.В. Психологические основы профессионального отбора военнослужащих для выполнения служебных обязанностей в экстремальных условиях. Военное образование в условиях реформа ВС РФ: материалы XXIII Науч.-метод. конф. СПб.: ВАА, 1994. С. 295–299.

4. Маклаков А.Г. Общая психология: учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2008. 583 с.

5. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. Т. 21. № 1. С. 15–25.

6. Леонтьев Д.А. Личностная зрелость как опосредствование личностного роста // Культурно-историческая психология развития / под ред. И.А. Петуховой. М.: Смысл, 2001. С. 154–161.

7. Мамардашвили М.К. Как я понимаю философию. М.: Прогресс, 1990.

8. Тиллих П. Избранное. Теология культуры. М.: Юрист, 1995.

9. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

10. Фромм Э. Душа человека. М.: Республика, 1992.

11. Maddi S. Hardi training. Hardiness and mental health // Journal of personality assement. 1994. № 63. P. 265–274.

12. Maddi S. The search for meaning // the nebraska symposium on motivation 1970 / w.j. Arnold, m.h. Page (eds.). Lincoln: university of nebraska press, 1971. P. 137–186.

13. Maddi S. Creating meaning through making decisions // the human search for meaning / ed. By p.t.p. Wong, p.s. Fry. Mahwah: lawrence erlbaum, 1998. P. 1–25.

14. Маклаков А.Г. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» // Профессиональный психологический отбор кандидатов в военно-учебные заведения Министерства обороны Российской Федерации: метод. рекомендации. М., 1994. С. 164–174.

### **References**

1. Slinkov A.V. the Influence of training in educational institutions of EMERCOM of Russia on the individual-psychological characteristics of students // Problems of risk management in technosphere. 2013. № 3 (27). P. 137–145.

2. Korzunin V.A., Zervos D.N. Current issues of psycho-physiological accompaniment of adaptation of students to educational environment in the universities of power departments // Problems of risk management in technosphere. 2015. № 3 (35). P. 169–176.

3. Chermenin S.V. Psychological basis of professional selection of military personnel to perform their duties in extreme conditions. Military education in conditions of reform of the RF armed forces: proceedings of the 23 scientific.-method. conf. SPb.: ВАА, 1994. P. 295–299.

4. Maklakov A.G. General psychology: textbook for universities SPb.: Peter 2008. 583 p.

5. Leont'ev D.A. Psychology of freedom: statement of a problem of self-determination of personality // Psychological journal. 2000. Т. 21. №. 1. S. 15–25.

6. Leont'ev D.A. Personal maturity as the mediation of personal growth // cultural-historical psychology of development / ed. Petukhova. M: Meaning, 2001. P. 154–161.
7. Mamardashvili M.K. As I understand philosophy. M.: Progress, 1990.
8. Tillich P. Favorites. Theology of culture. M.: Yurist, 1995.
9. Frankl V. Man in search of meaning. M.: Progress, 1990.
10. Fromm E. the Soul of man. M.: Respublika, 1992.
11. Maddi S. Hardi training. Hardiness and mental health // Journal of personality assement. 1994. №. 63. R. 265–274.
12. Maddi S. The search for meaning // the nebraska symposium on motivation 1970 / w.j. Arnold, m.h. Page (eds.). Lincoln: university of nebraska press, 1971. P. 137–186.
- 13 Maddi S. Creating meaning through making decisions // the human search for meaning / ed. By p.t.p. Wong, p.s. Fry. Mahwah: lawrence erlbaum, 1998. P. 1–25.
14. Maklakov A.G. Multilevel personal questionnaire «Adaptability» // Professional psychological selection of candidates for military educational institutions of the Ministry of Defence of the Russian Federation: metod. rekomendasii. M.: 1994. P. 164–174.