
УДК 159.9:351.749.6.

Олена Олександрівна ДОБРОВОЛЬСЬКА,

*викладач кафедри психології та педагогіки факультету № 3
Одеського державного університету внутрішніх справ*

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ
КУРСАНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ВНЗ СИСТЕМИ МВС
УКРАЇНИ**

*Проаналізовано поняття «психологічна адаптація курсантів»,
обговорено зміст цього феномена, визначено головні труднощі, що впливають*

на адаптаційний процес. Розглянуто найбільш типові симптоми психологічної дезадаптації курсантів-першокурсників.

Вступаючи на поріг нового навчального закладу (а саме – навчального закладу системи МВС), курсант-першокурсник почуває себе невпевнено. В психологічній літературі, можемо навіть зустріти такий термін, як «навчальна фобія», що означає – страх перед відвідуванням навчального закладу. В цьому випадку часто мова йде не лише про страх перед новим, а й про страх при зміні звичного способу життя (від'їзд з рідної домівки, розлучення із батьками тощо). Відбувається так званий процес адаптації. А адаптація, як ми всі з вами знаємо, (лат. *Adapto* – пристосовую) – це процес активного пристосування організму, або особистості, до нових умов середовища.

Термін «адаптація» використовується в різних галузях наукового знання, однак дослідниками ще не вироблено єдиної думки про його зміст. Так, одні – розглядають адаптацію як процес або результат «*пристосування*», а інші – як «*взаємодію*» людини з людиною, з певним колективом або групою, або як «*взаємодію*» людини і навколишнього середовища.

Саме тому, ми можемо зазначити, що пристосування курсантів-першокурсників в умовах нового середовища, в умовах діяльності навчального закладу системи МВС не завжди проходить успішно.

Проведені нами дослідження адаптаційного процесу курсантів в умовах діяльності вишу, дозволяють нам виділити наступні **основні труднощі**:

- переживання, пов'язані з періодом переходу від шкільного до дорослого життя;
- відсутність та невизначеність остаточної мотивації вибору професії;
- недостатня психологічна підготовка до самостійного життя, необхідності приймати рішення, брати на себе відповідальність за власні дії і вчинки;
- невміння здійснювати психологічну саморегуляцію поведінки і діяльності, що підсилюється відсутністю звичного повсякденного контролю з боку батьків;
- нові умови діяльності курсанта у ВНЗ – це якісно інша система співвідношення відповідальності і залежності, де на перший план виступає необхідність самостійної регуляції своєї поведінки;
- пошук оптимального режиму праці і відпочинку в нових умовах;
- налагодження побуту і самообслуговування, особливо при переході до життя в гуртожитку;
- відсутність навичок самостійної роботи [1, с. 55];
- специфіка діяльності навчального закладу та ін.

Психологічний стан курсанта, в перші дні першого семестру є досить специфічним. Він не повторюється у процесі подальшого навчання; втім, його проходження визначає, до певної міри, успішність процесу адаптації курсанта до умов навчання у виші. Цей емоційний стан – процес так званої дезадаптації, виникає як результат несвідомого співвіднесення попередніх очікувань першокурсника від навчання у вузі та його перших вражень саме від цього процесу.

Виділяють такі симптоми психологічної дезадаптації:

- підвищені емоційне збудження, тривожність, нейротизм;
- зниження комунікативних навиків, емоційної стійкості, навиків самоконтролю;

- з'являється почуття неповноцінності у стосунках із товаришами, викладачами, офіцерами та батьками, а в поведінці в цілому спостерігається сором'язливість;

- зниження успішності, недостатня зосередженість й увага під час навчальних занять;

- скарги на самопочуття, сон та втрату інтересу до навчання.

Внаслідок цих проявів розвиваються:

- неадекватні форми реагування;

- порушення поведінки, емоційні розлади тощо [2, с. 43].

За результатами наших досліджень до найбільш *типових симптомів дезадаптаційної поведінки курсанта-першокурсника* слід віднести: підвищену тривожність, дефіцит міжособистісних контактів, замкнутість, домінування інтелектуальної сфери над психоемоційною.

Таким чином, саме особисті взаємовідносини – один із найважливіших факторів позитивного психологічного клімату взводу, «психоемоційного благополуччя» всіх його членів. Кожен курсант займає в колективі певне місце не лише в системі ділових відносин, але й в системі особистісних. Особистісні взаємини, як правило, складаються стихійно, через цілий ряд психологічних обставин. Становище курсанта може бути благополучним: прийнятність в колективі, відчуття симпатії зі сторони колег, власна зустрічна симпатія тощо. Така психологічна ситуація переживається ним як почуття єдності з колективом, яке, в свою чергу, сприяє впевненості в собі, відчуттю «захищеності». Неблагополуччя у взаємовідносинах з колегами, переживання власного відчуження від колективу може призвести до ускладнень у розвитку особистості. Стан психологічної ізоляції негативним чином впливає на розвиток особистості, на ефективність її діяльності та на саме навчання. Такі курсанти можуть погано навчатися, у спілкуванні можуть бути грубими, афективними та агресивними [3, с. 35].

Отже, таким чином ми можемо зробити висновок, що на процес адаптації курсантів-першокурсників значною мірою впливають

взаємовідносини в їх колективі та наявність в ньому мікрогруп. І саме це мікросередовище й визначає творчі успіхи, загальне емоційне благополуччя та здоров'я особистості курсанта.

Список бібліографічних посилань

1. Адаптация организма подростков к учебной нагрузке/под ред. Д. В. Колесова. М.: Педагогика, 1987. 152 с.
2. Кинелев С. В. Адаптация личности как социальное явление. *Психологический журнал*. 1991. Т. 12, № 4. С. 41–49.
3. Корнієнко О. В. Підтримання психоматичного здоров'я практично здорових людей: навч. посіб. Київ: Київ. ун-т, 2000. 126 с.

Отримано 28.02.2017

