

7. Традиции и новации профессионального воспитания в высшей школе // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2009. – №5. – С.234-236.

8. Тряпельников А.В. Современные компьютерные технологии: виртуальные формы организации самостоятельной работы // ОТО. – 2008. – №2. – С.426-432.

9. Ронь Г.И. Новые горизонты Уральской стоматологической молодежной науки / Г.И. Ронь, С.Е. Жолудев, М.П. Харитонов, Ю.В. Мандра, Н.В. Ожгихина // Проблемы стоматологии. – 2014. – №3. – С.57-60.

10. Смирнов М.В. Пути повышения качества образования студентов стоматологического факультета / М.В. Смирнов, Н.В. Ожгихина // Актуальные вопросы обеспечения качества высшего образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции «От качества медицинского образования – к качеству медицинской помощи» (Екатеринбург, 14-16 ноября 2016 г.). – Екатеринбург: УГМУ, 2016. – 613 с.

УДК159.9.07

Серкова – Холмская Е.А., Набойченко Е.С., Носкова М.В.,

**УРОВЕНЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТИВНОСТИ И СТРАТЕГИИ
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СТУДЕНТОВ –
ПЕРВОКУРСНИКОВ УРАЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Кафедра клинической психологии

Кафедра психологии и педагогики

Уральский государственный медицинский университет

Екатеринбург, Российская Федерация

Serkova–KholmetskayaE.A., NaboychenkoE.S., NoskovaM.V.

LEVEL OF PSYCHOLOGICAL ADAPTABILITY AND THE STRATEGY OF

**SOVLADAYUSHCHY BEHAVIOUR AT STUDENTS – FIRST-YEAR
STUDENTS OF THE URAL STATE MEDICAL UNIVERSITY**

Department of clinical psychology

Department of psychology and pedagogy

Ural state medical university

Ekaterinburg, Russian Federation

E-mail: ielizavieta.kholmskaia@mail.ru

Аннотация. Проблема психологической адаптивности студентов к условиям медицинского вуза приобретает практическую значимость и остается интересной для современного медицинского образования. Связано это с новыми, постоянно изменяющимся ситуациям учебной и внеучебной деятельностью студентов, а также с преодолением трудностей в освоении будущей профессии и возможностью появления стрессовых ситуаций. В статье представлены результаты исследования уровня психологической адаптации и выбор стратегий совладающего поведения у обучающихся 1-го курса педиатрического факультета и студенты специальности «Клиническая психология» Уральского государственного медицинского университета (г. Екатеринбург).

Annotation. The problem of psychological adaptability of students to conditions of medical school gains the practical importance and remains interesting to modern medical education. It is connected with new, to constantly changing situations educational and extracurricular activities of students and also with overcoming difficulties in development of future profession and a possibility of emergence of stressful situations. Results of a research of level of psychological adaptation and the choice of strategy of sovladayushchy behavior at students of the 1st course of pediatric faculty and students of specialty «Clinical Psychology» of the Ural state medical university are presented in article (Ekaterinburg).

Ключевые слова: студенты-первокурсники, медицинское образование

психологическая адаптивность, совладающее поведение.

Keywords: first-year students, medical education psychological adaptability, sovladayushchy behavior.

Введение. Актуальность изучения психологической адаптивности студентов первого курса к условиям обучения в медицинском вузе определяется большой практической значимостью в учебной деятельности и в профессиональном обучении [1]. В ситуации модернизации системы медицинского образования повышаются требования к подготовке будущих специалистов практического здравоохранения. Значимым становится не только уровень формирования общекультурных, профессиональных компетенций обучающихся, но и уровень их социально-личностной готовности, являющийся важным условием успешной профессиональной деятельности.

Студенты – первокурсники медицинского вуза сталкиваются с различными трудностями: интенсивной учебной нагрузкой, эмоциональным напряжением, с установлением новых контактов с преподавателями вуза, сокурсниками, одногруппниками. Особо остро трудности проявляются в период экзаменационной сессии, что способствует нарастанию психического напряжения у студентов. На протяжении первых двух лет обучения происходит вхождение студентов в новый учебный коллектив, осознание выбора профессии, формируются необходимые навыки самоорганизации умственной деятельности, вырабатывается оптимальный режим труда, отдыха и досуга, раскрываются профессиональные значимые качества личности, необходимые для будущего специалиста.

Профессиональная подготовка будущего специалиста в области практического здравоохранения во многом зависит не только от организации учебного процесса в вузе, а также от мотивационно – личностных качеств самих студентов. В этой связи необходимо своевременно проводить исследования, направленные на выявление уровня психологической адаптивности студентов и оказывать им психологическую помощь.

Исследования в области изучения психологической адаптивности студентов – первокурсников помогают выявлять личностные качества будущих врачей, а также способствуют раскрытию внутреннего потенциала к изучению медицинской науки.

Основным физиологическим критерием адаптивности обучающихся можно назвать благоприятную динамику работоспособности, а также сочетание высоких показателей физического, социального, психического благополучия и вегетативных показателей.

Процесс адаптивности к процессу обучения можно рассматривать в таких критериях, как: эффективность учебной деятельности, которая определяется через успешную академическую успеваемость и активность на практических занятиях, усвоение необходимых образовательных норм и правил поведения в вузе и успешность социальных контактов, а также благоприятное эмоциональное состояние.

Период обучения на первом курсе медицинского университета является сложным многогранным процессом, включающим все особенности молодого организма, и требует обеспечения целостного подхода к формированию психологической адаптивности студентов и развитию совладающего поведения в борьбе с факторами стресса на начальном этапе профессионального обучения. Совладающее поведение понимается здесь как целенаправленное социальное поведение, позволяющее человеку справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией способами, адекватными его личностным особенностям и ситуации через осознанные стратегии действий [2].

Недостаточное представление о психологической адаптивности в период обучения на первых порах профессионального изучения у студентов может приводить к нарушению развития адаптации и может сопровождаться конфликтностью, непониманием своей социальной роли, ухудшением физического здоровья.

Психологическое благополучие студентов является значимым компонентом, которого являются стратегии совладающего поведения личности.

Изучение всех особенностей адаптивного поведения у студентов является перспективным направлением в современном медицинском образовании и существует необходимость совершенствования образовательной деятельности, направленной на повышение уровня психологической адаптивности обучающихся.

Цель исследования – определить уровень психологической адаптивности и стратегии совладающего поведения студентов первого курса.

Материалы и методы исследования.

В исследовании приняли участие 90 студентов первого года обучения педиатрического факультета и студенты специальности «Клиническая психология». Средний возраст составил 18,1 лет.

Для измерения уровня психологической адаптивности у первокурсников использовался опросник Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ») А.Г.Маклакова и С.В.Чермянина [3].

Для выявления стратегий совладающего поведения обучающихся применялся опросник совладания со стрессом, созданного К. Карвером, М. Шейром и Дж Вейнтраубом в интерпретации Т.О Гордеевой [4].

Результаты исследования и их обсуждение.

Результаты Многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» показали, что у больше половины обучающихся – студентов-первокурсников в шкалах *«адаптивные способности» «нервно-психическая устойчивость»* проявлен *низкий уровень* (по 56%). Это свидетельствует о том, что студенты проявляют тенденцию к выраженности акцентуаций характера, при этом возможны нервно-психические срывы, конфликтны. Низкий уровень проявления этих шкал возможно связано с периодом адаптации в процессе обучения на первом курсе, дополнительной психоэмоциональной нагрузкой,

затруднительным установлением межличностных отношений со сверстниками и преподавателями. Высокий уровень по шкале «психологическая адаптивность» демонстрируют лишь 15% обучающихся, по шкале «нервно-психическая устойчивость» – 12,5% студентов. Остальные показали средний уровень по данным шкалам.

На основании проведенного опросника, направленного на выявление стратегий совладающего поведения со стрессом (Табл.1), студенты – первокурсники специальности «Клинической психология» демонстрируют высокие значения в таких шкалах, как *позитивное переформулирование проблемы* (ср.ариф. 14,5), *активное совладание* (ср.ариф. 12,3), *принятие проблемы* (ср.ариф. 11,4), *использование юмора как средства решения* (ср.ариф. 12,5) и *планирование своих действий* (ср.ариф. 13,5) (рис.1). Данные результаты позволяют говорить о том, что будущие клинические психологи применяют активные действия на преодоление стрессовых ситуаций, разрабатывают собственные стратегии своего поведения, также воздерживаются от необдуманных, слишком поспешных и импульсивных действий по отношению к проблемным ситуациям. Низкие значения по методике были получены в следующих шкалах: *отрицание проблемы* (ср.ариф. 7,4) , *уход в религию* (ср.ариф. 6,5), *поведенческий уход от проблемы* (ср.ариф.7,2), *принятие «успокоительных средств»*(ср.ариф. 5,9), указывающее на то, что обучающиеся способны адекватно оценивать проблемные ситуации, регулировать собственное поведение в целях взаимодействия со стрессом, а также не прибегать к решению стрессовых ситуаций путем принятия алкогольных напитков или лекарственных препаратов.

Таблица 1.

Средние значения стратегий совладающего поведения у студентов-первокурсников специальности «Клиническая психология» и педиатрического факультета

№	Шкалы совладающего поведения	Среднее значение шкал совладающего поведения студентов-первокурсников специальности «Клиническая психология»	Среднее значение шкал совладающего поведения студентов-первокурсников <i>педиатрического факультета</i>
1.	Позитивное переформулирование	14,5	9,6
2.	Мысленный уход от проблемы	10,1	13,1
3.	Концентрация на эмоциях	10,5	7,8
4.	Поиск социальной поддержки по эмоциональным причинам	10,4	12,7
5.	Активное совладание	12,3	12,6
6.	Отрицание наличия проблемных ситуаций	7,4	8,2
7.	Уход в религию	6,5	11,6
8.	Использование юмора как средства решения проблем	12,5	11,0
9.	Поведенческий уход	7,2	8,2
10.	Сдерживание совладания	10,5	11,4
11.	Поиск социальной поддержки инструментального характера	10,6	7,9
12.	Использование «успокоительных»	5,9	6,7
13.	Принятие проблемы	11,4	10,0
14.	Подавление конкурирующей деятельности	9,9	11,6
15.	Планирование	13,5	9,6

Что касается будущих педиатров, то преобладающими шкалами совладающего поведения являются «мысленный уход от проблемы» (ср.ариф. 13,1). Эти студенты используют разные виды деятельности для отвлечения от неприятных мыслей, связанных с трудными проблемами, например сон или фантазирование; шкала «поиск социальной поддержки по эмоциональным причинам» (ср.ариф. 12,7) показывает, что обучающиеся стремятся найти эмоциональную поддержку у близких и родных людей, шкала активное совладание (ср.ариф. 12,6). Они активно совершают прямые действия для преодоления трудной стрессовой ситуации; шкала «подавление конкурирующей деятельности» (ср.ариф.11,6) говорит о том, что будущие врачи избегают отвлечения от различных видов активности для того, чтобы лучше справляться

со стрессовой ситуацией, «уход в религию» (ср.ариф.11,6). Меньшинство студентов прибегают к использованию «успокоительных», таких как алкоголь, различные лекарственные средства как способа избегания проблемы (ср.ариф.6,7).

Выводы

1. Проблема адаптации студентов – первокурсников является актуальной и интересной для современного медицинского образования.

2. Студенты – первокурсники демонстрируют низкий и средний уровни адаптивных способностей и нервно – психической устойчивости, что может быть связано с трудностями обучения на первом курсе в медицинском университете, с проблемами взаимоотношения в группе и большой учебной нагрузкой. Студенты нуждаются в индивидуальном подходе, созданию профилактических мероприятий с целью успешного прохождения периода адаптации.

3. Результаты методик обращают внимание на необходимость создания социально – психологической программы адаптации для студентов Уральского государственного медицинского университета.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Браун Т.П. Адаптация студентов к обучению в Вузе в условиях оптимизации образовательной среды./Т.П. Браун. М.: 2012. 77 с.

2. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения. /Т. Л. Крюкова. М., 2011, 70 с.

3. Маклакова А.Г. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛЮ-АМ) / А.Г. Маклакова, М. Чермянина // Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. / Самара: 2011, 549-672с.

4. Рассказова Е.И. Копинг стратегии в структуре деятельности и саморегуляции./ Е.И. Рассказова, Т.О. Гордеева. // Психология. Журнал высшей школы, 2013, 82 с.