**Критерии уровня адаптированности первокурсников к образовательному процессу**

Чернядьева Елена Николаевна – магистрант Вятского государственного университета

Поступление в профессиональную образовательную организация и обучение в ней сопровождается включением вчерашних выпускников школ в новую для них культурно-образовательную среду, что является пусковым механизмом процесса адаптации. Часто понятия «адаптация» и «адаптированность» рассматривают в качестве синонимов. Но мы согласимся с мнением Т. Д. Дубовицкой, которая понимает под понятием «адаптированность» результативную сторону процесса адаптации [2, с.2].

Адаптированность может быть:

– *внутренней*, проявляющейся в форме перестройки функциональных структур и систем личности при определенных изменениях среды (в этом случае и внешние формы поведения, и деятельность человека меняются и приходят в соответствие с ожиданиями среды, с идущими извне требованиями – происходит полная адаптация личности);

– *внешней* (поведенческой, приспособительской), когда личность внутренне содержательно не перестраивается и сохраняет себя, свою самостоятельность (в результате имеет место так называемая инструментальная адаптация личности);

– *смешанной*, при которой личность частично изменяется и перестраивается внутренне под среду, ее ценности, нормы и в то же время частично адаптируется инструментально, поведенчески, сохраняя свое «Я» и самостоятельность [3, с.95].

Диагностика уровня адаптированности первокурсников, а также определение ее результативности требует выделения показателей данного процесса и его результата. В социально-психологической литературе данный вопрос традиционно решается выделением двух групп критериев: объективных и субъективных.

***Объективными критериями*** являются:

– продуктивность деятельности (академическая успеваемость, степень участия в различных формах общественной жизни, научная деятельность);

– реальное положение в коллективе;

– авторитет как социальная реальность, отражающая устойчивое принятие членами группы приоритета личности в какой-либо деятельности.

К ***субъективным критериям*** относят:

– удовлетворенность личности различными аспектами (деятельностью, ситуацией, окружением, коллективом) пребывания в новой или изменившейся социальной среде;

– положительное отношение к различным аспектам деятельности и общения и к себе самому (стремление к совершенствованию, желание самореализации, ведущие ценностные ориентации и их организация, отношение к риску, оценку своих возможностей, эмоциональную стабильность личности) [5, с.220].

Т. Д. Дубовицкая и А. В. Крылов не классифицируют критерии, а полагают, что адаптированность студентов к обучению в колледже выражается наличием следующих особенностей в поведении и деятельности обучающихся:

– удовлетворительное психическое и физическое состояние студента в учебных и внеучебных ситуациях в колледже;

– принятие студентом социальных ожиданий и предъявляемых к нему требований, а также соответствие его поведения этим ожиданиям и требованиям;

– способность придавать происходящему желательное для себя направление и пользоваться имеющимися условиями для успешного осуществления своих учебных и личностных стремлений и целей [2].

Исходя из вышеизложенного, можно сказать, что адаптированный студент способен к дальнейшему развитию, используя данную ему социальную ситуацию для продуктивного решения актуальных жизненных задач и успешного осуществления своих личностных и учебно-профессиональных стремлений.

В гуманистической традиции основным признаком адаптированности считается состояние оптимального взаимоотношения – динамического равновесия между личностью и средой. Включенность индивида в определенную деятельность в качестве одного из аспектов проблемы адаптированности, рассматривалась А. А. Крыловым, Б. Ф. Ломовым, Н. Н. Мельниковой, Б. Д. Парыгиным. По их мнению, действительная включенность, свидетельствующая об оптимальном уровне адаптированности, как правило, сопровождается продуктивной деятельностью, принимаемой и позитивно оцениваемой социумом. Оптимальная форма адаптированности тесно связана с понятием самореализации в реальном социуме, в процессе продуктивного взаимодействия личности и среды. Поэтому данные исследователи выражают три критерия адаптированности: внутренний, внешний и системный, отражающие характер взаимодействия.

***Внешний критерий*** является отражением понятия «приспособление» и понимается как достижение желаемого соответствия требованиям среды. Он описывается в терминах эффективности, компетентности, успеха, объективного благополучия. Адаптация по внешнему критерию связана с так называемой «ценой адаптации» – объемом внутренних психических ресурсов, затраченных на приспособление к среде. Она повышается, когда в процессе адаптации превалирует ориентация на внешний критерий и при этом игнорируются внутренние потребности личности [1]. По мнению И. М. Хорева, данный критерий можно понимать, как успешность обучающегося в учебной и трудовой деятельности, которая может выражаться в разноплановых достижениях (высокая успеваемость, победы в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях и т.д.).

***Внутренний критерий*** является отражением чувства удовлетворенности, комфорта, общего психического состояния. Он связан с предпочтением экономии внутренних энергетических ресурсов, отсутствием напряжения и тревоги, ориентации на изменение себя, собственной системы мотивов и ценностей для уменьшения противоречий с внешней средой. Иначе говоря, данный критерий выражается в оптимальном психоэмоциональном состоянии обучающегося, обусловленном способностью адекватно оценивать ситуацию, комфортно ощущать себя субъектом общественной жизни с адекватной самооценкой и низким уровнем тревожности. В качестве средства его реализации используют средства рефлексии, самовыражения и самопрезентации и др.

***Системный критерий*** – это прежде всего самореализация, продуктивная деятельность обучающегося, принимаемая и одобряемая его окружением (семьей, студенческим коллективом, педагогами) [4].

Рассмотрев различные критерии уровня адаптированности, можно выделить общие позиции, которые встречаются во всех классификациях:

- продуктивность деятельности и желание самореализации, которые характеризуют высокая успеваемость и посещаемость учебных занятий, активное участия в различных формах общественной, творческой и научной жизни колледжа;

- оптимальное психоэмоциональное состоянии, которое характеризуют удовлетворенность выбором специальности, комфортное общение с одногруппниками и преподавателями, значимое положение в коллективе, адекватная самооценка, низкий уровень тревожности.

**Список использованной литературы**

1. Голубева Н.М., Голованова А.А. Факторы адаптации студентов к образовательной среде ВУЗа // Психология развития. -2014 - №3. – С.125-130.
2. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в ВУЗе // Электронный журнал «Психологическая наука и образование», 2010, № 2.
3. Соснин В.А., Красникова Е.А. Социальная психология: учебник. – 2-е изд. – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2007. – 336 с.
4. Хорев И.М. Социальная адаптация студентов ВУЗов как актуальная психолого-педагогическая проблема // Вестник ЧГПУ. – 2012. -№ 12. – С.140-148.
5. Чернобай В.А. Социальная психология: серия «Среднее профессиональное образование». – Ростов н/Д: Феникс, 2007, 256 с.