

УДК 616.89

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ АДАПТАЦИИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ МЕДИЦИНСКИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ**Смирнова С.В.***Ивановская государственная медицинская академия, Иваново, e-mail: elena37r@yandex.ru*

В статье представлен анализ проблем адаптации и психологического сопровождения студентов высших медицинских учебных заведений. Теоретический анализ литературных источников показал, что проблема адаптации – одна из важнейших междисциплинарных научных проблем, которые в настоящее время достаточно широко и интенсивно исследуются на медико-биологическом, социально-экономическом, психолого-педагогическом и социально-психологическом уровнях. Первый блок проблем включает в себя выявление социально-психологических факторов, способствующие адаптации студентов 1-5 курсов к обучению в медицинской академии. Второй блок проблем – изучение стрессовых факторов студентов-медиков и повышение ресурса их стрессоустойчивости. Третий блок проблем – адаптация иностранных студентов. Все составляющие проблемы адаптации и психологического сопровождения являются значимыми и в комплексе способствуют решению задач дезадаптации учащихся в медицинском высшем учебном заведении

Ключевые слова: адаптация учащихся, студенты-медики.**TOPICAL ISSUES OF ADAPTATION AND PSYCHOLOGICAL MAINTENANCE OF TRAINING STUDENTS OF THE HIGHEST MEDICAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS****Smirnova S.V.***Ivanovo state medical academy, Ivanovo, e-mail: elena37r@yandex.ru*

The analysis of problems of adaptation and psychological escort of students of the highest medical educational institutions is presented in article. The theoretical analysis of references showed that an adaptation problem – one of the major interdisciplinary scientific problems which are rather widely and intensively investigated at the medicobiological, social and economic, psychology and pedagogical and social and psychological levels now. The first block of problems includes identification of social and psychological factors, the promoting adaptations of students of 1-5 courses to training in medical academy. The second block of problems – studying of stressful factors of medical students and increase of a resource of their resistance to stress. The third block of problems – adaptation of foreign students. All making problems of adaptation and psychological maintenance are significant and in a complex promote the solution of problems of disadaptation of pupils in a medical higher educational institution

Keywords: adaptation of pupils, medical students.

При определении адаптации личности на протяжении жизненного пути взаимоотношения личности и ситуации рассматриваются сейчас как сложное взаимодействие (считается, что ни личность, ни ситуация не существуют сами по себе). Имеются в виду оптимальные уровни взаимодействия со средой. Такое понимание адаптации, в отличие от отношения к ней как простому приспособлению, приобретает все больше сторонников (Березин, Л. [4], Бехтерев В.М. [5], Бурлачук Л.Д., Коржова [6] и др.).

Теоретический анализ литературных источников показал, что проблема адаптации – одна из важнейших междисциплинарных научных проблем, которые в настоящее время достаточно широко и интенсивно исследуются на медико-биологическом, социально-экономическом, психолого-педагогическом и социально-психологическом уровнях.

Идея социальной и психической адаптации не является новой. Она исследована в работах видных социологов, психоаналити-

ков, интеракционистов и ряда психологов, принадлежащих другим направлениям психологии (Piaget J., [15]).

В зарубежной психологии значительное распространение получило необихевиристское определение адаптации, которое используется, например, в работах Г. Айзенка и его последователей (W. Arnold и R. Meili) [13, с. 25], которые адаптацию определяют двояко:

а) как состояние, в котором потребности индивида, с одной стороны, и требования среды – с другой, полностью удовлетворены;

б) процесс, посредством которого это состояние (состояние гармонии) достигается. Интеракционисты, в частности Л. Филипс, считают, что все разновидности адаптации обусловлены как внутриспсихическими, так и средовыми факторами.

Согласно Л. Филипсу, адаптивность выражается двумя типами ответов на воздействия среды:

а) ответ на те социальные ожидания, с которыми встречается личность (такую

адаптивность исследователь считает выражением конформности);

б) ответ в специфическом смысле, при котором адаптация не сводится просто к принятию социальных норм, а происходит гибко и эффективно при встрече с новыми событиями.

При этом событиям придается желательное для личности направление. Это второе, специфическое понимание адаптации содержит идею активности. В данном случае личность использует проблемные ситуации для реализации своих стремлений, целей, притязаний (Philips Z., [16]).

Несколько шире рассматривает этот вопрос Л.Н. Собчик. Она пишет: «Успешность социальной адаптации – это хорошо сбалансированное соотношение между эгоцентрическими потребностями человека и требованиями среды. Абсолютно уравновешенная гармоническая личность отличается полной сбалансированностью умеренно выраженной тенденции к самореализации с хорошим самоконтролем, обеспечивающим полное соблюдение общепринятых нормативных требований среды. Чем больше выражены характер и индивидуальность человека, тем большая нагрузка падает на функцию контролирующих систем, сохраняющих баланс» [12, с. 54].

Процесс адаптации тесно связан с социальной идентичностью, которая рассматривается в современной социальной психологии в качестве одного из ключевых компонентов личности, в котором концентрируются и структурируются представления личности о месте в социальном мире. Проблема идентичности широко представлена в психологии социального познания, этнической, кросс-культурной психологии, социальной психологии этнического взаимодействия, возрастной психологии.

Потребность в социальной идентичности проявляется не только в желании принадлежать какой-то общности, но и в стремлении реализовать себя в комплексе своих качеств, как социальных, так и личностных. Идентичность, с одной стороны, достаточно устойчивая характеристика, которая придает своеобразие и определенность личности, с другой стороны, это и динамическая характеристика, которая меняется под влиянием различных обстоятельств.

Первый блок проблем психологического сопровождения является выявление социально-психологических факторов, спо-

собствующие адаптации студентов 1-5 курсов к обучению в медицинской академии.

Проведен анализ социально-психологических детерминант адаптации студентов к обучению в Ивановской медицинской академии на педиатрическом и лечебном факультетах с 1 по 6 курсы. В исследовании принимало участие 360 студентов. Со всеми студентами было проведено анкетирование. Проведено психодиагностическое обследование с использованием психометрических методик, «Несуществующее животное». Проведен сравнительный анализ полученных характеристик студентов лечебного и педиатрического факультетов, а также студентов разных курсов.

Адаптация студентов к будущей профессиональной деятельности в период обучения в медицинском вузе представляет собой сложный процесс, затрагивающий все личностные структуры и имеющий сложную и неравномерную динамику. Смыслообразующим ядром этого процесса является социальная идентификация студентов. Под социальной идентичностью мы понимаем целостное образование, которое конструируется под влиянием мотивации, которая формирует установку необходимости выбора новых ориентиров в социальном пространстве. Большое значение имеет тот факт, что у 35% опрошенных студентов в семье имеются представители врачебной специальности, и это оказывает положительное влияние на формирование профессиональной идентичности студентов. В процессе профессиональной подготовки в период обучения происходит усиление «профессионально-делового» функционального блока идентификации, а также переход от нестабильной, диффузной, узко локализованной идентичности к более стабильной, осознанной, направленной на самореализацию в широком профессиональном сообществе идентичности, в сочетании с более высоким уровнем осознания своих профессиональных качеств. Этот процесс детерминируется комплексом социально-психологических и индивидуально-личностных факторов, где особое место занимает такой структурный компонент личности, как способность к риску, направленность на саморазвитие, профессиональный рост, осознание требований социальной среды, самооценка профессиональных и личностных качеств.

Исследования индивидуально-психологических особенностей личности студентов

по проективным методикам выявили различные психотипы личности.

Процесс социальной идентификации в условиях обучения в медицинском вузе выглядит следующим образом. Первоначально присутствующее смутное и фрагментарное представление о профессии и о людях, работающих в ней, постепенно наполняется конкретным содержанием, возрастает чувство принадлежности к профессии, происходит трансформация «Я – Они» в «Я – Мы» по отношению к профессии врача и к их профессиональной деятельности.

На первом году обучения профессиональной идентификации отведено несущественное место. То есть молодые люди еще не осознают свою принадлежность к врачебной среде. Студенты испытывают трудности первичного адаптационного периода, которые связаны с особенностями идентификации личности в новом социальном окружении. При этом, наряду с развитием межличностных отношений, установлением тесных социальных связей в группах становятся актуальными сложности, связанные с учебным процессом (например, появление специфических, в корне отличных от содержания школьной программы, учебных предметов, характеризующихся значительным объемом и сложностью).

Можно заметить, что наблюдается вполне прогнозируемая трансформация направленности личности (параметров идентичности), выступление на первый план именно тех, которые отражают вовлеченность в учебный процесс, осуществление жизнедеятельности в рамках вуза. С другой стороны, отмечается ситуация, характеризующаяся информационной избыточностью, чрезмерными психологическими нагрузками. Это обуславливает, на наш взгляд, наличие стрессовых состояний, что, в свою очередь, ведет к определенной дезорганизации психических функций и, в ряде случаев, функциональных соматических расстройств.

Данные состояния сопровождаются снижением показателей личностной и профессиональной адаптации. Однако, пройдя самый сложный этап обучения на первом и втором курсах, достигнув оптимального уровня адаптации к учебному процессу на 3 курсе, происходит изменение структуры самосознания, меняется набор идентификационных приоритетов. Студенты начинают определять себя в рамках конкретной профессиональной принадлежности и чаще за-

являют о своем социально-профессиональном статусе будущего врача. Как видим, идентификационные основы будущего профессионала имеют позитивную динамику на третьем курсе и сопровождаются существенным возрастанием эмоциональной зрелости, повышением волевого потенциала, мотивационной готовности. То есть именно третий курс в данном случае является пороговым в личностной зрелости и профессиональном самоопределении студентов.

На четвертом и пятом курсах у большей части студентов (82%) происходит переосмысление выбора жизненного пути, на наш взгляд, в связи с предстоящим через два года вступлением в самостоятельную профессиональную жизнь. У студентов возросла уверенность в том, что они смогут занять определенное место в обществе, будут востребованы. В это время происходит перестройка смысловой структуры самосознания.

К окончанию обучения процесс принятия решения о будущем самоопределении завершен, что само по себе дает стабилизирующий эффект. Это позволяет восстановить внутреннюю целостность и эмоциональную стабильность. К этому времени наиболее значимыми идентификационными категориями становятся социально – статусная и профессиональная что, на наш взгляд, является завершением становления зрелой личности будущего врача-профессионала. Высокий уровень персональной идентичности также свидетельствует о принятии себя большинством студентов как личности, как члена общества, заслуживающего признания другими и достойной карьеры в рамках достаточно престижной и уважаемой профессии.

Исследование показало, что структура идентичности студентов медицинского вуза находится в постоянной динамике. В процессе учебной и профессиональной деятельности идентификация имеет важное значение, являясь интегратором развития личностных и профессиональных качеств студентов, определяя, в конечном счёте, успешность их учебно-профессиональной адаптации.

Второй блок проблем адаптации включал изучение стрессовых факторов студентов-медиков и повышение ресурса их стрессоустойчивости.

Устойчивость к стрессу является важным показателем адаптационных возможностей современного подростка. Это дикту-

ется и большим объемом знаний, которые ему необходимо усвоить, и быстро меняющимися условиями обучения. Кроме того, общество стало все более требовательно к подростку, от него хотят высоких результатов в учебе, инновационной готовности во всех сферах деятельности, оправдания ожидания родителей. А ведь кроме этого, есть и личные планы и устремления формирующегося человека. Он стремится быть принят в коллективе, значим среди друзей, привлекателен для противоположного пола. Понятно, что при таком давлении стресс – это спутник молодого человека.

Эмоциональное состояние студента и способность адаптироваться к окружающей среде определяют и работоспособность, и степень усвоения материала, и в конечном итоге формирование хорошего конкурентоспособного специалиста в определенной области. В наше время студенты, испытывая высокие эмоциональные и интеллектуальные нагрузки в процессе учебы, часто не справляются в полной мере с учебной деятельностью. Главной причиной этого является снижение уровня стрессоустойчивости и проявляется, как нарушение познавательных процессов личности (восприятие информации, памяти, мыслительных операций), так и нарушение в эмоциональной сфере, снижение мотивации.

Стрессоустойчивость представляет собой совокупность личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки (перегрузки), обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья.

В данном исследовании более 100 студентов 5 курса прошли тестирования по методикам Спирберга, Немчина и Томаса [7].

По Тесту Спилберга – у 2,6% сильный уровень реактивной тревожности. Уровень личностной тревожности: малая – 32,4%, средняя превалирует – 67,5%. По гендерному признаку: в женской группе студентов более высокий уровень реактивной тревожности (у юношей РТ – средняя в 100%, у девушек – средняя 96,7%, сильная – 3,3%), при более высокой стабильности девушек по показателю личностной тревожности (у юношей ЛТ – малая 29,7%, средняя в 70,3%, у девушек эти показатели 47,8% и 52,2% соответственно). По факультетам:

наименьший уровень тревожности у студентов стоматологического факультета (у 100% средний уровень РТ и у 54,6% – малый уровень ЛТ), наибольший – среди педиатров.

По тесту Немчина в целом по выборке нервно-психическое напряжение (НПН) у большинства малое (66,7%), у трети среднее (31,5%), есть и студенты с высоким уровнем – 1,7%. Гендерные особенности – среди лиц с высоким уровнем НПН – только студентки, но среди них и больший процент лиц с малым напряжением (69,2%). В мужской когорте – лиц с малым уровнем – 52,1%, со средним – 47,9%. По факультетам более стабильны студенты стоматологического факультета (81% – малый уровень НПН, 18,2% – средний). Студенты лечебного и педиатрического факультетов демонстрируют сходные результаты – 65% – малый уровень, 32-33% – средний и 1,6-2,3% – сильное.

По тесту Томаса у студентов были выявлены ведущие стратегии поведения в конфликте: соперничество – 16,6%, сотрудничество – 8,7%, компромисс – 27,1%, избегание – 16,6%, приспособление – 9,6%, смешанный тип – 9,6%, не смогли оценить – 0,8%. Гендерные особенности: при сходных показателях по компромиссу и избеганию среди юношей значимым по доле типом является соперничество (18,7%), среди девушек – сотрудничество (17,4%). По факультетам – среди стоматологов отличительным является полное исключение таких способов реагирования на конфликт как соперничество и сотрудничество, наиболее распространены компромисс (27,2%) и избегание (27,3%). Лечебники наиболее склонны к соперничеству (23,2%), компромиссу (20,9%) и сотрудничеству (11,6%), педиатры – к компромиссу (31,6%)

Психологическое сопровождение включает в себя программу повышения устойчивости студентов-медиков к факторам стресса: формирование стойкой мотивации к сохранению и поддержанию своего здоровья; обучающий тренинг по повышению устойчивости к реактивным состояниям; курс открытых психокоррекционных занятий по повышению личностной стрессоустойчивости (Психопрофилактика, современное понимание, [11]).

Реализация программы по повышению стрессоустойчивости «Антистресс» проводится совместными усилиями медицинской академии. Формирование стойкой мотива-

ции к сохранению и поддержанию своего психического здоровья происходит в рамках программы на циклах психиатрии. Важным в данной ситуации является исключение дополнительных стрессовых факторов, поддержания здорового образа жизни [3,9]. Занятия проводят преподаватели кафедры психиатрии и наркологии. Дальнейшая работа является внепрограммной и проводится во внеучебные часы. Проводят её преподаватели и студенты – волонтеры. Одним из важных моментов было вовлечение в проект самих студентов-старшекурсников. С одной стороны это деятельность по развитию компетенций профилактической деятельности будущего врача [10], с другой – важный аспект сохранения собственного здоровья.

Обучающие тренинги, уже внедренные в практику оздоровления студентов-медиков, выявили высокую готовность молодежи к освоению эффективных способов противостояния стрессу. Дальнейшие занятия показали высокую потребность студентов в психокоррекции личностных проблем, введения в ИвГМА программы повышения стрессоустойчивости на постоянной основе

Третий блок проблем адаптации и психологического сопровождения учащихся – адаптация иностранных студентов.

Адаптация студентов – иностранных граждан также представляет собой одну из важных общетеоретических проблем. Многочисленными исследованиями было установлено, что эффективность и успешность обучения во многом зависит от возможностей студента освоить новую среду, в которую он попадает, поступив в вуз. Данная проблема актуальна и для студентов, которые прибывают учиться в ИвГМА из стран ближнего и дальнего зарубежья. Именно поэтому она требует более пристального внимания со стороны, как преподавателей, так и сокурсников вуза.

На первом этапе исследования изучались такие личностные качества как толерантность, стратегия поведения в конфликтных ситуациях, личностные установки – альтруизм-эгоизм, которые могут оказывать влияние на процесс адаптации. В ходе исследования была произведена оценка адаптированности студентов первого курса из зарубежных стран к обучению в ИвГМА при помощи анкетирования, опросника для диагностики социально-психологической адаптации по методу К. Роджерса

и Р. Даймонда, и теста описания поведения К. Томаса.

Было выявлено, что уровень адаптации студентов первого курса из зарубежных стран является низким, однако показатели эмоциональной комфортности, самопрятия и прятия других находятся выше границ нормы; показатель эскапизма же находится в ее пределах. В своих анкетах студенты указали, что причиной выбора этой страны и вуза стали либо обучавшиеся/учащиеся здесь друзья или родители. Все они руководствовались альтруистическими целями при выборе направления (мечта с детства, вопросы преемственности и желание спасти чужие жизни). Все анкетированные указали на комфортную обстановку, но тем не менее в вопросе о трудностях подавляющее большинство указало на удаленность от родственников и языковой барьер, что может объяснить низкий уровень адаптации, полученный при опросе.

Самым характерным поведением при конфликтах является поиск компромисса либо приспособление. Следует отметить, что студенты из зарубежных стран, обучающиеся в России также отмечают, что одним из профессионально важных качеств личности специалистов, работающих с людьми, является проявление толерантности, социальной терпимости, а также альтруизма, совестливости. Особенно важны эти качества для специалистов медицинской деятельности ввиду разнообразия контингента пациентов. Высокая значимость для адаптации в процессе обучения медицинской профессии – принимать взгляды, убеждения, поведение людей, отличающихся от собственных. Следовательно, изучение этого феномена является основанием для разработки мероприятий для улучшения адаптации иностранных студентов нашего вуза. Анализируя результаты исследования можно заключить, что высокий и средний уровень толерантности демонстрируют от 27 до 45% обучающихся, 28% – низкий уровень. Диагностика личностных установок альтруизм-эгоизм, анализ гендерных особенностей показывают, что в большей степени альтруистическая направленность свойственна юношам (67% респондентов), однако проявления совестливости более характерна для девушек (53% респондентов). Расчет коэффициента линейной корреляции Пирсона показал отрицательные связи толерантности с эгоистической направленностью.

стью ($r = -0,802$ при $p \leq 0,01$). В целом, иностранные студенты толерантны, альтруистичны, однако, 28% имеют низкий уровень толерантности, что может осложнять процесс интеграции учащихся в образовательную и профессиональную медицинскую среду. Причины низкого уровня толерантности у значительной части студентов требуют дальнейшего изучения.

Результаты исследования могут использоваться для составления программ психокоррекции и разработки рекомендаций, направленных на формирование профессионально важных качеств личности иностранных обучающихся в медицинском вузе.

Таким образом, все составляющие проблемы адаптации и психологического сопровождения являются значимыми и в комплексе способствуют решению проблем дезадаптации учащихся в медицинском высшем учебном заведении.

Список литературы

1. Абульханова-Славская К.А. О субъекте психической деятельности. – М.: Наука, 1973. – 288 с.
2. Асеев В.Г. Теоретические аспекты проблемы адаптации. В кн.: Адаптация учащихся и молодежи к трудовой и учебной деятельности. – Иркутск, 1986. – С. 5-16.
3. Баклушина Е.К., Бурсикова Д.В. Организационные основы формирования здорового образа жизни учащихся медицинского ВУЗа // Вестник Ивановской медицинской академии. – 2010. – Т. 15. – С. 5-7.
4. Березин Ф.Б. Психологическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л.: Наука, 1988. – 270 с.
5. Бехтерев В.М. Проблемы развития и воспитания человека. – М.: Изд-во «Ин-т практической психологии». – Воронеж: «МОДЭК», 1997. – 416 с.
6. Бурлачук Л.Д., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций: учебное пособие. – М.: Российское педагогическое агентство, 1988. – 263 с.
7. Гиниятова Ю.Р., Комаров С.Д., Корягина Н.А., Иванова С.В., Руженская Е.В. Реабилитационные возможности социального волонтерского проекта «Антистресс» // Научный поиск. – 2015. – № 2.2. – С. 50-53.
8. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2-х т. Т. 1 / пер. с франц. – М.: Мир, 1992. – 376 с.
9. Карасева Т.В., Руженская Е.В. Особенности мотивации ведения здорового образа жизни // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2013. – № 5. – С. 23-24.
10. Копышева Е.Н., Мишина И.Е., Баклушина Е.К. Развитие компетенций профилактической деятельности будущего врача в образовательной среде ВУЗа // Вестник Ивановской медицинской академии. – 2011. – Т. 16, № 3. – С. 62-65.
11. Психопрофилактика, современное понимание: сборник научных трудов / Федеральное агентство по здравоохранению и социальному развитию, Департамент здравоохранения Ивановской обл., Гос. учреждение здравоохранения Обл. клиническая психиатрическая больница “Богородское”, Ивановская обл. общественная орг. “О-во психиатров, психотерапевтов и наркологов”; [редкол.: А.М. Футерман (гл. ред.), Е.В. Руженская (отв. ред.)]. – Иваново, 2010.
12. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. – М., 1998. – 511 с.
13. Encyclopedia of Psychology / H.I. Eysenck, W. Arnold and Meili (Eds.), Herder and Herder. – New York, 1972. – Vol. 1. – P. 25.
14. Levin K. A Dynamic Theory of Personality. – N.Y., 1955. – P. 17-18.
15. Piaget J. Biology and Knowledge. – Chicago, 1971. – Vol. XII. – 384 p.
16. Philips Z. Human Adaptation and His Failures. Academic Press. – N.Y. and London, 1968. – 190 p.