**Социально–психологическая адаптации студентов 1 курса специальности клиническая психология**

Виткова К.А., Михайлова М.А. , Еремеева В.А., Стоянова Е.И.

Государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего профессионального образования

«Красноярский государственный медицинский университет

им. проф. В. Ф. Войно-Ясенецкого»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Факультет клинической психологии

Человек, испытывающий состояние душевного равновесия, психологического комфорта, человек, социально адаптированный, у которого не нарушены психические функции (мышление, память, внимание, восприятие, эмоции), - это психически здоровый человек. Под влиянием различных факторов такое равновесие может нарушаться. Наиболее сильными внешними факторами, формирующими психическое состояние как отдельных индивидов, так и общества в целом, являются факторы социальные.

Лица молодого возраста (15-25 лет) представляют особый интерес, так как эти люди – трудовой и производительный потенциал общества. Изучение состояния психического здоровья современной молодёжи, актуально ввиду быстрых изменений социально-экономической ситуации в стране. По наблюдениям специалистов для раннего юношеского возраста характерны страхи и тревоги, связанные с самоутверждением в среде сверстников и окружающем социуме, с проблемой выбора направления предстоящей взрослой жизни, а также с учебной деятельностью.

Многие студенты-первокурсники, чувствовавшие ещё вчера внимание и опеку школьных учителей, в условиях вуза чувствуют себя на первых порах дискомфортно. Новые условия их деятельности в вузе – это качественно иная система отношений ответственной зависимости, где на первый план выступает необходимость самостоятельной регуляции своего поведения, наличие тех степеней свободы в организации своих занятий и быта, которые ещё недавно были им недоступны (Березина, 2001).

Процесс адаптации каждого студента идёт по-разному. Одни быстрее привыкают к новым условиям, другие - медленнее. Часто студенты, испытывающие трудности в адаптации переживают чувство тревоги и незащищённости. Задача педагогов и психологов – помочь им как можно быстрее адаптироваться к условиям высшего учебного заведения (Константинов, 2005).

 Понятие адаптация – одно из основных в научном исследовании организма, поскольку именно механизмы адаптации, выработанные в процессе эволюции, обеспечивают возможность существования организма в постоянно изменяющихся условиях внешней среды.

Адаптация (от лат. adaptation – приспособление) – термин, введенный в научный оборот физиологами в конце XVIII в. В самом общем виде означает приспособляемость – способность некого объекта сохранять свою целостность при изменении параметров среды. Свои представления об адаптации высказывали ряд авторов, таких, как: З. Фрейд, Х. Гартман и Э. Фромм, Ж.Пиаже и др.

Адаптация человека имеет два аспекта:

1. Биологический аспект адаптации *–* общий для человека и животных, включает приспособление организма к устойчивым и изменяющимся условиям среды: температуре, атмосферному давлению, влажности, освещенности и др. физическим условиям, а также к изменениям в организме: заболеванию, потере какого-либо органа или ограничению его функций.
2. Психологический аспект адаптации *–* приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными потребностями, мотивами и интересами. Психологическая адаптация осуществляется путём усвоения норм и ценностей данного общества. Важнейшим средством достижения психологической адаптации являются общее образование и воспитание, а также трудовая и профессиональная подготовка (Грищенко, 2004).

Успешная адаптация способствует нормальному развитию человека, поддержанию его душевного здоровья.

Данные теоретического исследования позволили реализовать программу эмпирического исследования. Методом исследования опросник социально-психологической адаптации К.Роджерса, Х. Даймонда.

В исследовании приняли участие студенты 1 курса специальности «Клиническая психология».

В ходе исследования было определено, что показатели общей адаптивности из общей выборки испытуемых составляют (74%), из них адаптивность юношей выше (68 %), чем адаптивность девушек (32%). Результаты исследования интегральных показателей социально–психологической адаптивности студентов характеризуются следующим образом: самопринятие (40%) от общей выборки испытуемых, внутренний контроль (20%), принятие других (15%), эмоциональный комфорт (10%) и доминирование (5%).

Таким образом, можно сделать вывод о том, что интегральный показатель адаптивности находится в зоне неопределенности. Данные результаты позволяют говорить о том, что студенты, обучающиеся в новых условиях образовательного пространства и привыкающие к новым условиям находятся в процессе «переадаптации», что вполне характерно для освоения новых социальных ролей условий и деятельности в целом.

Список литературы:

1. Березин Ф. Б. Психическая адаптация и тревога. - СПб: Питер, 2001. - 512 с.
2. Богданович В. Н. Психокоррекция в повседневной жизни. - СПб: Респект, 1994. - 432 с.
3. Грищенко В. В., Шустова Н. Е. Социально-психологическая адаптация детей русских переселенцев в российском обществе // Психологический журнал. - 2004. – май-июнь. – 3 (25) – С. 54-58.
4. Константинов В. В. Социально-психологическая адаптация вынужденных мигрантов в условиях диффузного или компактного проживания // Психологический журнал. – 2005. – март – апрель. – 2 (26) – С. 16-21.