

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

37.03.01 «Психология»

(код и наименование направления подготовки, специальности)

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему Психологические условия и факторы адаптации к учебно-профессиональной деятельности курсантов-новобранцев

Студент

Е.В. Иванова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

С.А. Кузьмичев

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Допустить к защите

Заведующий кафедрой д.пед.н., профессор, О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« _____ » _____ 2018 г.

Тольятти 2018

Аннотация

Цель бакалаврской работы: выявить психологические условия и личностные факторы успешной социально - психологической адаптации курсантов-новобранцев и разработать коррекционные техники, приемы сопровождения учебного процесса.

Задачи бакалаврской работы:

1. Провести анализ научной литературы, имеющей отношение к проблеме социальной и социально - психологической адаптации личности .
2. Выявить особенности протекания процесса социально - психологической адаптации личности курсанта-новобранца к учебно-профессиональной деятельности.
3. Изучить специфику участия личностных факторов: уверенности в собственных возможностях, принятия себя и других в процессе социально-психологической адаптации курсантов-новобранцев.

Структура и объём работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по обеим главам, заключения, библиографического списка.

Во введении обосновываются актуальные обстоятельства при выборе темы исследования, формулируется цель выполнения выпускной квалификационной работы и рабочая гипотеза, определяются задачи исследования, а также его предмет и объект.

Первая глава выпускной квалификационной работы посвящена обзору и анализу литературных источников по проблеме социально-психологической адаптации личности в современных условиях. Уделяется внимание специальному рассмотрению содержания и структуры адаптационных механизмов личности. Анализируются виды, уровни. условия и факторы социально-психологической адаптации в профессиональной деятельности.

Вторая глава содержит собственные экспериментальные исследования по проблеме социально-психологической адаптации на примере контингента курсантов-новобранцев военного училища. Основной аспект изучения – анализ взаимосвязи личностных качеств и специфики социально - психологической адаптации к учебно-профессиональной и воинской служебной деятельности

В заключении формулируются основные аспекты проблемы социально-психологической адаптации личности с учетом библиографических данных и собственных экспериментальных исследований

Работа представлена на 59 листах

Количество источников литературы: 51 ед.

Количество таблиц: 1 ед.

Количество рисунков: 3 ед.

Оглавление

Введение	5
Глава 1. Психологические составляющие социальной адаптации личности	
1.1 Состояние проблемы адаптации личности в отечественной и зарубежной психологии.....	9
1.2 Содержание и структура социально-психологической адаптации личности.....	27
1.3 Виды, уровни, условия и факторы социально-психологической адаптации в профессиональной деятельности.....	31
Выводы по первой главе.....	33
Глава 2. Исследование психологических условий и факторов социально-психологической адаптации личности	
2.1 Особенности условий и факторов социальной адаптации личности курсантов-новобранцев к учебной деятельности.....	35
2.2 Вклад личностных качеств в социально - психологической адаптации курсантов к учебно-профессиональной и воинской служебной деятельности.....	36
Выводы по второй главе.....	49
Заключение	50
Список используемой литературы	54

Введение

Сложившиеся в последнее время социально-экономические условия жизни в Российской Федерации актуализируют проблему социальной адаптации к любой деятельности и делают ее более значимой для науки и практики. В современном российском обществе четко прослеживается противоречие между научно обоснованным пониманием адаптации как ведущего процесса в становлении специалиста, профессионального работника и отсутствием желания, мотивации создания условий и учета факторов для их реализации в этом процессе. Однако ряд вопросов этой проблемы пока еще остаются «белыми» пятнами в науке и практике и требуют безотлагательного решения.

Поэтому в настоящее время в связи изменениями, произошедшими в Вооруженных силах России (искоренение «дедовщины», изменение отношения в обществе к военнослужащим и возросшее материальное благосостояние и др.), возрос интерес к военной профессии. В связи с этим назрела острая потребность не только в изучении условий и факторов социально – психологической адаптации, но и в разработке психокоррекционных консультационных программ, практических рекомендаций для различных категорий населения, особенно для молодых людей, которые призваны в вооруженные силы РФ.

Несмотря на возросший интерес к воинской профессии, состояние психологического и физического здоровья оставляет желать лучшего. Этот факт приходится учитывать при профессиональном отборе при поступлении в военное училище, так как состояние здоровья определяет динамику и качественную характеристику процесса адаптации. Особенно на начальном этапе воинского обучения и службы.

Нерешенные вопросы проблемы психологической адаптации будущего военного специалиста к учебно-профессиональной деятельности являются весьма актуальными в настоящее время.

Особое значение в профессиональном становлении будущего военного специалиста имеет начальный этап его подготовки. Это касается и призывников, и курсантов, и студентов высших военных и гражданских учебных заведений. Протекание этих процессов связано и во многом определяется успешной адаптацией к новой деятельности и сформированным наличным адаптационным потенциалом.

Известно, что учебная деятельность в военных училищах существенно отличается от учебной деятельности в гражданских вузах. Это касается, прежде всего, таких факторов, как оторванность от близких людей, семьи, появлением множества барьеров в связи с новыми условиями в учебной и служебной деятельности, к которым необходимо приспособливаться и формировать профессионально-личностные качества, преодолевая физические, психологические и социальные барьеры.

В этот период учебно-профессионального образования изменяется прежний стереотип поведения, формируются ценностные установки и смыслы, мотивация на будущую военно-профессиональную деятельность.

В период начальной адаптации к новой деятельности в связи с новыми ее условиями и внешней структурой, особенно такой деятельности как военная, ломается старый динамический стереотип поведения и формируется новый. Этот процесс предполагает развитие и совершенствование личностных качеств, которые обеспечат продуктивное вхождение и освоение новой деятельности, с одной стороны, и развитие и коррекцию личностных качеств, обеспечивающих успешное выполнение функций осваиваемой деятельности, с другой.

Результатом выполнения новой деятельности является изменение не только личности, но и ее важнейшего структурного ядра – направленности и ее форм, а также личностных качеств, определяющих не только эффективную адаптацию, но и достижения целей деятельности.

Признавая значение понимания механизмов адаптации в развитии и совершенствовании организма, психики, социальных отношений при

общении и взаимодействии в деятельности, изучению этой проблемы посвятили свои исследования биологи, физиологи и медики (Ч. Дарвин, И.П. Павлов, И.М. Сеченов, А.А. Ухтомский, П.К. Анохин и др.), психологи (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.А. Лабунская и др.), социологи (Д.А. Андреева, Ф.Б. Березин и др.).

При этом в исследованиях ученых различных научных специальностей отдавался приоритет соответственно биологическим, психологическим, социальным условиям и факторам протекания процесса адаптации. В ряде работ учитывался комплекс названных факторов, и адаптация рассматривалась ими как системное явление, получившее название – системная адаптация (П.К. Анохин, А.А. Ухтомский, Б.Г. Ананьев, Н.Н. Аймухамбетов и др.).

Обращение к изучению адаптации многочисленных исследователей различных специальностей в течение продолжительного времени (первое исследование адаптации провел Клод Бернар, описавший механизм адаптации – гомеостаз, равновесие между взаимодействующими сторонами) способствовало раскрытию многочисленных научных фактов адаптации и теорий, но не пролило свет на ряд вопросов, которые нуждаются в новых исследованиях. В частности, требуют доработки исследования психологических условий и факторов, способствующих или препятствующих преодолению учебно-профессиональных барьеров, возникающих в учебно-профессиональной деятельности будущих военных специалистов.

В связи с выше изложенным в настоящей работе объект исследования – это курсанты-новобранцы, зачисленные в военное училище.

Предмет исследования: психологические условия и ряд личностных факторов, которые определяют успешность социально – психологической адаптации курсантов-новобранцев, поступивших в военное училище.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что понимание роли психологических условий и участия личностных факторов уверенности в собственных возможностях, в принятии себя и других, являющихся у

курсантов-новобранцев значимыми для успешного прохождения воинской службы, окажут положительное влияние на процесс адаптации.

Цель исследования - выявить психологические условия и личностные факторы успешной социально - психологической адаптации курсантов-новобранцев и разработать коррекционные техники, приемы сопровождения учебного процесса.

Задачи исследования:

1. Провести анализ научной литературы, имеющей отношение к проблеме социальной и социально - психологической адаптации личности .
2. Выявить особенности протекания процесса социально - психологической адаптации личности курсанта-новобранца к учебно-профессиональной деятельности.
3. Изучить специфику участия личностных факторов: уверенности в собственных возможностях, принятия себя и других в процессе социально-психологической адаптации курсантов-новобранцев.

При выполнении работы в качестве методологической основы нами использовались научно-теоретические подходы, положения, психологические теории, рассматривающие сущность и механизмы социально – психологической адаптации личности. Методологическую основу составила психологическая теория деятельности А.Н. Леонтьева, оценивающая ведущую деятельность как условие и фактор развития личностных свойств и качеств, теорию психологического стресса Г. Селье, объясняющую динамику процесса адаптации, системно-функциональный подход, рассматривающий взаимодействие всех условий и факторов для достижения успешной адаптивной деятельности курсанта-новобранца.

В работе использован психологический тест 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла (форма С), тест социально- психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, тест нервно- психологического напряжения Т.А. Немчина, многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова, С.В. Чермянина.

Глава 1. Психологические составляющие социальной адаптации личности

1.1 Состояние проблемы адаптации личности в отечественной и зарубежной психологии

В результате анализа имеющейся на этот период времени научной литературы по проблеме адаптации установлено, что наиболее ранние научные публикации появились у биологов, которые не только дали определение адаптации, но и раскрыли механизмы биологической адаптации (К. Бернар и др.).

Неоценимый вклад в разработку проблемы адаптации был сделан Ч. Дарвиным с позиции теории эмоций.

По мнению этого ученого, существуют три основных принципа выражения эмоций, отражающих их адаптивную роль в процессе регуляции и саморегуляции человека. Обосновав собственную теорию эмоций, Ч. Дарвин обратил особое внимание две ведущие функции эмоций – сигнальную и регулируемую, которые признаются до настоящего времени большинством отечественных и зарубежных биологов и психологов.

По мнению Ч. Дарвина, эмоции способствуют и совершенствуют развитие адаптивных действий в процессе протекания биологических функций при адаптации.

Этим же автором высказано суждение, согласно которому, организм в своем поведении сопровождается эмоциональные переживания, при которых повышается работоспособность и повышается активность при возникновении эмоциональных переживаний.

Существенный вклад в разработку содержания этого понятия и раскрытие его физиологических механизмов был привнесён отечественными физиологами (И.П. Павлов, И.М. Сеченов, А.А. Ухтомский).

И.П. Павлов использовал и применил процесс адаптации при объяснении формировании условно рефлекторной деятельности мозга.

Еще раньше в 1863 году И.М. Сеченов в работе «Рефлексы головного мозга» использовал процесс адаптации для объяснения не только физиологических, но и психологических функций.

В физиологических исследованиях А.А. Ухтомского использован комплексный системный подход при определении функций организма. Согласно его представлениям, системная деятельность мозга проявляется как активность, направленная на взаимодействие живого организма со средой в результате протекания процесса адаптации.

На основании выше приведенного материала можно заключить, что предшественниками содержания понятия психологической адаптации были исследования биологов и физиологов, заложивших материалистические основы объяснения понятия «адаптация» и выявивших механизмы этого процесса, которые используются и в настоящее время как биологами, так и психологами. Известно, что любая психологическая функция имеет физиологическую основу.

Позднее устойчивый интерес к проблеме психологической и социальной адаптации личности появился у специалистов других научных направлений. Такой интерес наблюдался в работах российских психологов и философов, таких, как С.Л. Рубинштейн, Ф.В. Бассин, Ф.Е. Василюк, Г.М. Андреева, А.А. Налчаджян, И.К. Кряжева и другие.

В психологии используются не только научные идеи И.М. Сеченова, И.П. Павлова и А.А. Ухтомского. Несомненный вклад в развитие этой проблемы сделан канадским физиологом Гансом Селье, который еще, будучи студентом медицинского колледжа, описал «общий неспецифический адаптационный синдром», как процесс реагирования организма на сильные и постоянно действующие возмущения.

Согласно системному функционированию организма и психики человека, утвердилось мнение, что в результате адаптации формируется

особый индивидуальный стиль приспособления к постоянно изменяющимся условиям внешней и внутренней среды организма и психики - индивидуальная адаптация.

На данном этапе развития этого научного направления в обиход введены понятия «адаптивный барьер», «адаптационный барьер», которые широко используются в научной литературе и практике. Наиболее часто эти термины используются в психологической и социально - психологической литературе.

В настоящее время ученые связывают изучаемые явления – различные виды адаптации с теорией функциональных систем. Разработанную, в основном, кибернетиками. Такая попытка сделана философами, которые при анализе понятия «адаптация» с позиции теории систем дали ей новое объяснение, согласно которому адаптация – это сложная система, целью которой является достижение полезного результата.

Существенный вклад в разработку системно-функционального подхода применительно к проблеме адаптации был сделан физиологом П.К. Анохиным. После работ этого ученого идеи системно-функционального подхода нашли применение в психологии, социальной психологии и социологии.

В отечественной науке этой проблеме посвящены исследования П.К. Анохина и его учеников. Находят продолжение такие исследования в социологии и социальной психологии. В перечисленных отраслях научных знаний для объяснения механизмов адаптации наиболее часто используется «системный функциональный подход», разработанный П.К. Анохиным и его научными сотрудниками.

Анализ научной психологической литературы по исследуемой проблеме показывает, что в настоящее время проблема социальной адаптации рассматривается с позиции общего адаптационного синдрома (трехфазной природы этого синдрома) Г. Селье, теории адаптационного барьера (Ю.А.Александровский и др.), психоаналитической концепции

адаптации личности (Х. Хартман и др.), необихевиористской теории адаптации (Д. Айзенк и др.), эмотивной концепции адаптации (Ч. Дарвин, П.К. Анохин, Ф.З. Меерсон), интеракционистской концепции адаптации (Дж. Мид и др.), экзистенциальной концепции адаптации (И. Ялом и др.), культурологического подхода и других научных подходов, развиваемых современной психологией.

Перечисленные выше подходы свидетельствуют о том, насколько велик научный интерес к проблеме адаптации у представителей психологии.

В настоящем обзоре мы остановимся лишь на тех подходах, которые имеют прямое отношение к нашей работе.

Согласно эмотивной концепции адаптации (Ч. Дарвин, П.К. Анохин, Ф.З. Меерсон и др.), адаптивные проявления организма и психики должны рассматриваться с позиции объективного эмоционального состояния (ярость, страх, страдание, тревога и др.).

Известно, что эмоции сигнализируют о нарушении равновесия между человеком и средой (сигнальная функция эмоций) и могут служить степенью оценки процесса адаптации, так как они не только облегчают поиск адекватной адаптации, но и участвуют в энергетическом обеспечении процесса адаптации.

По мнению П.К. Анохина, в содержание и структуру сложной системы - адаптации всегда включены мотивация и эмоции. Эмоции при этом могут выступать, как критерии оценки социально-психологического адаптационного процесса.

В современной российской психологической и социологической литературе дается пространное содержание понятие социальной адаптации, включающее процесс изменений со стороны социальных, психологических, нравственных, организационных отношений между людьми, человеком и обществом.

Наиболее известным в отечественной психологии является динамический подход, объясняющий содержание и структуру адаптации.

Согласно такому подходу, личность, субъект, вступая в адаптационный процесс, является автором собственного развития и изменений (адекватное поведение, навыки, инициатива и др.), а это, в свою очередь, изменяет количественную и качественную стороны процесса адаптации, что изменяет динамику процесса (А.Н. Леонтьев, К.А. Абульханова-Славская и др.).

Результат процесса социально-психологической адаптации к любой деятельности во многом зависит от условий, внешних и внутренних факторов, сопровождающих адаптацию. С одной стороны, процесс адаптации будет успешным, если человек адекватно понимает и способен продуктивно пользоваться созданными жизненными условиями, а с другой, сам способен создать, и активно направлен на изменение этих условий.

Иными словами, как и любая, внутренне формируемая структура деятельности, согласно концепции А.Н. Леонтьева, реализация социально – психологической адаптации связана с формированием внутренней стороны деятельности (мотивационных установок, интересов, ценностей), благодаря которым проистекает внешняя сторона деятельности (ролевые предписания, ролевое поведение, межличностное взаимодействие и др.).

С целью научного обоснования проблем адаптации обратимся к содержанию понятия «адаптация». Из анализа научной литературы следует, что в настоящее время выделяют следующие определения адаптации: физическая, биологическая, психологическая, социальная.

Исходя из принадлежности адаптации к объекту или предмету своего приложения, в научной литературе понятие адаптации трактуется по-разному.

Современное состояние научной зарубежной и отечественной литературы по проблемам адаптации, позволяет утверждать, что адаптацию большинство исследователей этой проблемы квалифицируют по-разному.

В большинстве зарубежных и отечественных научных исследований их авторы связывают адаптацию с процессом приспособительных действий человека при изменении окружающей социальной и природной среды.

Для нашей работы необходимо развести понятия: «социальная адаптация» и «социально-психологическая адаптация». В «Современном словаре по психологии» (Минск, 1998) дается такое определение социальной адаптации: «...социальная адаптация – это констатный процесс психодинамического приспособления индивида к условиям социально-психологической среды, обществам, микрообществам в социуме, а также и результат сам ого этого процесса».

Исходя из различных определений, которые представлены в современной научной литературе, можно заключить, что существуют две точки зрения. Согласно одной из них, содержания этих понятий близки и почти тождественны. Согласно другой, социально-психологическая адаптация является частным проявлением, раскрывающим психологическое содержание, и на основании этого является более узким понятием. Но этиология, содержание и механизмы этих понятий тождественны.

Подтверждает тождественность этих понятий Н.И. Чуприкова, которая полагает, что психика, выступая регулятором по отношению к поведению человека, обеспечивает адаптивное его взаимодействие с миром, благодаря отражательной психической деятельности. Согласно представлениям Н.И. Чуприковой, значимой особенностью процесса адаптации является то, что важнейшим ее условием является отражательная психологическая активность.

Широко употребляемый термин «адаптация» среди биологов, медиков, педагогов, психологов, согласно современным представлениям, включает в себе способность живых систем в процессе их эволюции посредством присущих им механизмов не только окружающей мир, но и формирования механизмов в процессе адаптации, которые способствуют преобразованию этой среды. При этом каждая из научных дисциплин, обращающаяся к

содержанию процесса адаптации, обогащает его спецификой собственного опыта (знаний, теорий, принципов).

В современных исследованиях процесса адаптации при раскрытии содержательных и структурных компонентов используют понятия: адаптивная, адаптированная и адаптационная системы, адаптивная деятельность, адаптивные барьеры, адаптивные установки и стратегии адаптации.

В нашем исследовании используются понятия: адаптационный потенциал, адаптивные барьеры и адаптивные стратегии. Охарактеризуем эти понятия, которым придерживаются многие авторы.

Адаптационный потенциал – это совокупность возможностей, адаптивных стратегий, психологических функций, которые обеспечивают протекание адаптивного процесса.

Адаптивный барьер – «совокупность объективных и субъективных, внешних и внутренних факторов, тормозящих адаптацию личности к разноуровневым адаптивным ситуациям, либо препятствующие ей» (М.В. Ромм, 2002).

Адаптационные стратегии, по мнению М.В. Ромма, это информационно – логический алгоритм, сконструированный личностью способ реализации индивидуального адаптивного потенциала путем оптимального использования всевозможных личностных и других ресурсов адаптации с целью достижения приспособительного эффекта (М.В. Ромм, 2002).

Многие авторы признают, что существенным подспорьем в осуществлении успешной социально-психологической адаптации является использование при этом ранее накопленного и приобретенного в процессе деятельности культурного опыта. Важным моментом при применении такого подхода, названного культурологическим, является формирование механизмов распрямления и опредмечивания в социально-психологической адаптации, рассматриваемой как процесс деятельности (А.Н. Леонтьев).

Результатом этого процесса является освоение объектов, к которым необходимо адаптироваться, и преобразование самой деятельности за счет привнесения в нее новых способов и средств ее совершенствования. Благодаря этим положительным изменениям в процессе адаптации формируются новые субъектные качества, ранее ему не присущие, но необходимые и обязательные для военной деятельности – способность к саморегуляции своего поведения и деятельности, способность организовать себя, согласно морально-нравственным установкам и правилам в быту и в общественной жизни (общение и взаимодействие с близкими, на работе).

Достаточно подробно в отечественной психологии разработан социокультурный подход, который учитывает основные идеи, заимствованные из исследований и публикаций А.Н. Леонтьева и его учеников. А.Н. Леонтьев и его сотрудники, вслед за Л.С. Выготским, исходили из того, что личностные изменения, называемые в нашей работе факторами, совершаются в результате активной работы, направленной на «присвоение» социокультурного опыта, социальной культуры избавляют каждое следующее поколение от необходимости вырабатывать новые виды социальной адаптации.

Сторонниками такого подхода утверждается, что адаптивная социокультурная среда, «присваиваемая» членом группы, обществом, способствует развитию их самосознания и формированию качеств, составляющих ядро «Я»- концепции: самоорганизацию, самосохранение в социальной жизни людей, которые, в свою очередь, формируют общественное самосознание.

Последователи этого направления (Ю.А. Александровский, Э.С. Маркарян и др.) полагают, что следуя этим направлением, что культура, как адаптивная социальная среда, выполняет не только функцию развития человека и общества, но и выполняет творчески созидающую функцию социальной и социально - психологической адаптации как у отдельного субъекта, так и в обществе, в целом. Исследователи и сторонники этого

направления в психологии пришли к заключению, что и культура, и общество являются сложными адаптивными системными образованиями. Индивидуальные особенности, сформированные новой деятельностью, изменяют социально обусловленное ядро личности – направленность и индивидуально психологические особенности процессов, свойств, составляют индивидуальную основу адаптации. Согласно представлениям Ю.А. Александровского, социальные межличностные контакты человека создают основу индивидуального адаптационного барьера.

Адаптационный барьер изменяется, так как сформировавшиеся особенности психического содержания и появившиеся новые возможности и способности человека определяют содержание нового адаптационного барьера.

Этим подчеркивается диалектико - материалистическая идея, высказанная в работе Ф. Энгельса «Диалектика природы», о том, что развитие человека происходит не путем биологической эволюции отдельных людей, а путем совершенствования социальной формы движения материи - социального сознания (Ф. Энгельс).

Таким образом, следуя и опираясь на идеи Ф. Энгельса, в исследовании Ю.А. Александровского утверждается, что динамичность и индивидуальность функциональных особенностей, отмечаемая в социальных отношениях человека в обществе, создают состояние психического здоровья или нездоровья личности.

Длительное и особенно сильное нарастание напряжения адаптационного барьера приводит к его изменению - развитию стрессового состояния. Это лишний раз подчеркивает и указывает на возможность связи динамики протекания стрессового состояния с динамикой процесса адаптации и, наоборот, участия адаптационных барьеров в развитии фаз стрессовых реакций, описанных Г. Селье и др. авторами.

Социально-психологическая адаптация, сопровождающая поступление молодого человека на воинскую службу и ее выполнение, – это системный

сложно организованный процесс, предполагающий развитие субъектных качеств, появление новообразований, которые возникают в результате возникновения новой ситуации социального развития с новыми установками, требованиями, режимными моментами, трудоемкостью выполняемых обязанностей и др.

Сложность этого процесса обусловлена тем, что выше перечисленные условия создают предпосылки, а в ряде случаев непосредственно участвуют в организации множества учебно-профессиональных адаптационных барьеров, с которыми приходится сталкиваться новобранцу – военнослужащему.

Появление многочисленных адаптационных барьеров при вступлении в новую социальную роль – военнослужащего и военнообязанного определяет не только адаптацию к воинским обязанностям и требованиям, но, самое важное, превращает воинскую службу в системно образовательное явление, основной задачей которого является формирование тех личностных и субъектных новообразований, которые должны способствовать будущей успешной служебной и профессиональной деятельности.

Состояние уровня функционирования адаптационного барьера проявляется в целостности процесса системно-направленной адаптации, что ведет к изменению форм социального приспособления и защитных реакций в процессе протекания адаптации.

Однако состоянию качественному уровню функционирования информационного адаптивного барьера, свойственного современной информационной политике, стоит остановиться и привести ряд примеров.

Известно, что современное информационное общение является субъект-объект-субъектным взаимодействием держателя информационного канала и населения России. Не может не вызвать удивления, когда на центральных информационных каналах ТВ проходит реклама, в которой сын обращается к отцу: «Эй, папа, не сможем подвести девушку до ее дома?». Прежде всего, вызывает негодование столь грубое обращение к ЧЕЛОВЕКУ:

«ЭЙ, ЭЙ». Чему может научить подрастающую молодежь такое информационное общение, требующее коррекции информационного адаптивного барьера. Неужели ради рекламы следует забывать нравственные нормы в общении.

Еще один пример, касающийся информационных адаптивных барьеров, из области информационной политики посредством печати в настоящее время.

Из еженедельника «Аргументы и факты» майского номера 2018 года узнаем, что Президент России в три раза меньше получает заработную плату, нежели спикер в прошлом, а в настоящем времени именуемый руководителем Государственной Думы. Не возникло бы недоразумения при предъявлении такого факта у грамотных людей, если бы они не знали, что руководители государственных учреждений не могут выполнять другие обязанности, за исключением государственных, и получать заработную плату только за несение государственной службы. Зная это, возникает множество вопросов и у молодежи и населения РФ по этому вопросу. Вы представляете себе такую ситуацию, чтобы директор школы получал зарплату в три раза меньше, чем завуч?

Эти примеры подчеркивают, насколько грамотно и профессионально должна вестись информационная политика в государстве и субъект - объект – субъектные информационное общение между средствами радио, ТВ, газет. Это возможно лишь в бездуховной политике, которую ведут информационные каналы связи, преследуя лишь экономические выгоды: «...деньги, деньги, деньги ...».

Современный пример социально-биологической адаптации населения. В связи с низким прожиточным уровнем значительной части населения приходится адаптироваться изготовителям продуктов для населения (невозможность купить действительно качественный продукт, нет таких денег у населения), включая в эти продукты эрзацы для снижения цены и возможности их купить. С другой стороны, покупатель таких продуктов

должен созидать адаптивную стратегию: или купить дешевый товар, но с некоторыми его недостатками, либо покупать дорогой, но качественный продукт. Интересен выбор покупателей? Хотелось бы услышать ответ в средствах массовой информации.

Адаптационный процесс, совершающийся при освоении новой деятельности, может ускорить ее динамику и эффективность, если адаптирующийся субъект продуктивно использует сложившиеся условия в реализации вновь появившихся обстоятельств. При положительном отношении к сформированной социальной адаптации субъект, преобразуя обстоятельства и создавшие новые условия посредством адаптивных стратегий, достигает полезного результата деятельности.

Для большей эффективности такой адаптации, согласно А.А. Бодалеву и др., необходимо, чтобы деятельность совершалась осознанно, так как осознанная деятельность и осознанное адаптивное поведение сопровождаются и характеризуются успешным осознанием внешней и внутренней структуры деятельности. Соответственно это сказывается на принятии решений при выборе стратегий адаптивного поведения, обеспечивающих в дальнейшем формирование новых социальных ролей. Не менее важно, согласно этому же автору, что овладение субъектом деятельности стратегиями адаптивного поведения на базе новых мотивационных установок создает новую социальную ситуацию развития, тем самым способствует как совершенствованию субъектных качеств, так и развитию адаптационной деятельности (Бодалев А.А.).

Когда заходит речь о достижении целевой установки, полезного результата адаптивной деятельности, видимо, следует исходить, отталкиваясь от ведущего принципа отечественной психологии - единства сознания и деятельности, согласно которому качество выполняемой деятельности и ее заверченный результат обусловлен осознанной целью: чем более осознана цель, тем более успешен результат, продукт труда. Это касается и выбора стратегий поведения при протекании процесса адаптации.

Не менее значима роль в достижении полезного результата в адаптивной деятельности, выборе адекватных адаптивных стратегий поведения следует считать психологическую теорию субъектной деятельности. Этот подход, разработанный в русле диалектико-материалистического представления о деятельности, результате деятельности, ее значения для развития психологических функций и психологических категорий, и, конкретно, адаптивной деятельности, характеризуется активностью самосознания и участие в этом процессе механизмов самосознания и «Я» - концепции: саморегуляции и самоорганизации, определяющих успех в достижении положительных результатов при социальной адаптации.

Особенностью такой деятельности является то, что личность в своем движении к реализации поставленной цели активна, она развивает и трансформирует окружающую ее действительность, организует адаптивную деятельность и созидает новые стратегии адаптивного поведения, при этом целенаправленно преобразуя их в полном соответствии со своими замыслами и установками (Абульханова – Славская К.А., Брушлинский В.Н. и др.).

Брушлинский В.Н., внесший значительный вклад в разработку субъектно-деятельностного подхода в отечественной психологии, подчеркивает, что личность, ставшая субъектом, приобретает субъектные качества (основным из которых является осознанная активность), созидательно действует в приспособительном процессе и благодаря этому формируется ее адаптивное поведение.

Брушлинский В.Н., Абульханова – Славская К.А. при разработке субъектно-деятельностного подхода применительно к развитию личности исходили из того, что личность – это человек, наделенный сознанием и сформированной направленностью на деятельность в процессе его социализации. Субъект, согласно их представлениям, обладает сформированными субъектными качествами всегда готовыми к осознанной активности.

Таким образом, из представлений Брушлинского В.Н. и Абульхановой – Славской К.А. следует, что основной задачей образовательного процесса является формирование субъекта и субъектной деятельности у личности. При этом принимается во внимание, что субъект всегда является личностью, а личность – не всегда является субъектом деятельности.

Отличительными особенностями субъектной деятельности личности, является то, она принимает активное участие как в освоении и протекании динамического процесса адаптации, так и участвует в активном его преобразовании в случае изменения обстоятельств и условий среды существования.

Теоретический анализ научных исследований представителей субъектно-деятельностного подхода (Абульханова – Славская К.А., Брушлинский В.Н. и др.), раскрывших функциональные системные качества субъекта, позволил причислить к ним, как элементарные биологически обусловленные репродуктивные, типа подражания, так и высоко осознанные творческие изыскания – глубоко осознанные стратегии адаптивной деятельности и поведения.

Во многом это определялось тем, какой вид адаптации преобладал: физическая, биологическая, психологическая или социальная адаптация. Каждый вид выше названных адаптаций обладает не только своей спецификой, обусловленной участием в процессе адаптации соответствующих образований субъекта, но и характеризовался участием в этом процессе специфических механизмов адаптации.

Для успешного протекания процесса адаптации необходимо обладать информацией о механизмах соответствующего вида адаптации.

Из анализа современной научной литературы вытекает, что виды адаптации: физическая, биологическая, психологическая, социальная истолковываются по-разному, в зависимости от принадлежности соответствующей адаптации к объекту или предмету своего применения. Вызвано это тем, что различные отрасли знания в организации человека и

разных форм его существования, деятельности, поведения, общения отражают особенности, присущие и значимые только для этих наук и соответственно адаптационных процессов, и это обусловило специфику содержания того или иного вида адаптации.

При этом каждая из научных дисциплин привнесла и обогатила структуру и содержание этого понятия. Известно, что исторически наиболее ранним видом адаптации является физическая адаптация, а наиболее совершенной и более содержательной является социальная адаптация, включающая в себя и отдельные стороны (механизмы) более низко организованных видов адаптации.

Различные содержательные стороны понятия «адаптация» обусловлены, как спецификой философских и научно-методических приоритетов, которых придерживаются сторонники того или иного научного направления, так и содержательной спецификой профессиональных научных интересов, точек зрения: у биологов, социологов, психологов и других научных дисциплин.

Как зарубежные, так и отечественные ученые, изучающие проблемы общества, социальной среды, различных групповых отношений объясняют адаптацию как процесс, направленный на раскрытие адаптационного потенциала, адаптивных барьеров, структуры адаптивной деятельности, адаптивных стратегий поведения при новых отношениях между группами и людьми, при взаимодействии конкретной личности с окружающими ее людьми, со степенью активности личности в преобразовании социальной среды.

Недостаточно полно к настоящему времени изучен процесс адаптации, адаптивные стратегии поведения, зависящие от уровня мотивации к профессиональной деятельности, субъектной активности, возможности регулировать процесс адаптации самостоятельно при встрече с новыми обстоятельствами при освоении новой профессиональной деятельности. Однако многими авторами, исследовавшими эти вопросы, подчеркивается их

положительное влияние на протекание процесса адаптации и выбора стратегий поведения и деятельности, например в конфликтных ситуациях, возникающих на производстве, на службе и других обстоятельствах.

Ряд исследователей обращают внимание на процесс протекания адаптации в связи с изменениями психической регуляции и саморегуляции, особенностями организации и сформированности психологических функций, их готовности к участию при взаимодействии с другими людьми (Аймухамбетов Н.Н., Андреева Д.А., Конопкин О.А., Моросанова В.И. и другие).

Согласно исследованиям этих авторов, можно утверждать, что адаптация это процесс активного субъектного воздействия человека на окружающую среду, в том числе и социальную.

Д.А. Андреева при определении функционального назначения понятие «адаптация» в социологических исследованиях считает, что его функциональное назначение состоит в использовании субъектом совокупности приспособительных реакций в социальной среде: обществе, социальных группах, в межличностных отношениях.

Кроме того, это понятие (особо важно для социальной психологии) может употребляться в значении приобщения, освоения и вхождения субъектов в различные социальные роли.

Следует подчеркнуть, что, раскрывая особенности социальной адаптации ученые, указывают, что процессы социализации и социальной адаптации не тождественны, но тесно взаимосвязаны между собой.

Основной их отличительной особенностью, учитывая динамичность жизнедеятельности субъекта, является постоянное пребывание в новых условиях профессиональной деятельности, при которых невозможно применение прежних стереотипных или осознанных, но ранее протекавших, поведенческих механизмов для достижения поставленных целей личностью. Для успешной адаптивной деятельности возникает осознанная необходимость их перестройки, трансформации, при которых развиваются и

появляются новые адаптивные установки, стратегии поведения и деятельности в новых обстоятельствах.

С позиции системного подхода, и оценивая системную организацию процесса адаптации, понятие «приспособление к окружающей среде» значительно сложнее (П.К. Анохин, К.В. Судаков и др.).

Тем более оно сложнее, если «приспособление» совершается в общественных отношениях отдельных людей, групп, сообществ. В этом случае приходится брать во внимание и учитывать множество и разнообразие социальных условий и факторов. Однако в этом случае на первый план должен выступать человеческий фактор, накопленный социальный опыт, передающийся из поколения в поколение, и который обладает значительно большей гибкостью.

Отличительной особенностью социальной адаптации в обществе является человеческая способность использовать самостоятельно или косвенно посредством различных общественных институтов творчески изменять собственные стратегии и установки адаптивного поведения при изменившихся условиях, а, обладая опережающими функциями психологического отражения предвидеть результаты системной адаптации, Только человеку предоставлена возможность предвосхищать, предвидеть, предсказывать события и обстоятельства и предупреждать нежелательные события.

Используя высшие познавательные процессы, субъект оказывается способным целенаправленно изменять обстоятельства, сознательно организуя, корректируя и регулируя процесс адаптационной деятельности при встрече с постоянно и динамично изменяющейся социальной среде.

Для системной адаптации, содержанием которой и структурными элементами которой являются биологические, психологические и социальные явления и механизмы, характерно то, что субъект при взаимодействии с материальным и духовным миром способен активно воздействовать как на собственно адаптационную деятельность и поведение,

так и на адаптационные барьеры, материальные и социальные обстоятельства, к которым он приспосабливается.

Для системной адаптации существенно понимание не только условий и факторов, но и механизма ее протекания. Одним из таких универсальных механизмов при системной адаптации является эмерджентность (Н.Н. Аймухамбетов).

В основе понятия «эмерджентность», широко употребляемое не только «системниками» биологами, философами, но и психологами, педагогами, лежит изменение свойств у элементов, конструирующих систему посредством тесного взаимодействия ее элементов с целью достижения полезного результата.

При выполнении настоящей работы мы надеемся на то, что ряд личностных качеств новобранцев, направленных на достижение успешной учебно-профессиональной адаптации, также приобретут целостный эмерджентный стереотип поведения и деятельности в процессе системной адаптации.

Заключая этот параграф работы, мы даем определение социальной адаптации с учетом цели и задач исследования, а также тех психологических условий и факторов, непосредственно участвующих в ее формировании и развитии.

Социальная адаптация – это активный динамичный процесс взаимодействия субъекта и социальных сфер общества, результатом которого является формирование социальных межличностных и межгрупповых отношений, освоение социальных ролей, выработка осознанных установок, стратегий и образцов поведения, которые определяют и способны совершенствовать межличностные взаимодействия в группе и коллективе.

1.2 Содержание и структура социально-психологической адаптации личности

Для уточнения понятийного аппарата еще раз подчеркнем, что социально – психологическая адаптация, являясь составляющей социальной адаптации, которое как было указано выше более емкое, широкое и пространное понятие.

Понятие социально-психологической адаптации и ее составляющие нередко в научной литературе не находят тождественных характеристик. Так, не находят общего толкования часто возникают недоразумения при употреблении понятий: «адаптивная система», «адаптированная система» и «адаптационная система».

Наиболее часто встречается следующее определение адаптивной системы. Это - система потенциальных возможностей для целенаправленного изменения своей психологической структуры. Адаптированная система – это уже приспособившаяся система и в находится в состоянии временной относительной адаптированности (покоя), Такие определения адаптивной и адаптированной системам даны Роммом М.В.

Этим же автором подчеркивается, что следует включать в эту проблему и понятия « адаптивная» и «адаптированная» и «адаптационная» деятельность. Сущность их различий в содержании мало чем отличается от выше названных систем. Не ясно, в чем различия употребления понятий «система» и «деятельность» применительно к содержанию адаптации.

Согласно большинству исследователей, адаптационная деятельность субъекта, представленная участием в этом процессе противоборствующих сторон, предполагает четкое различение внутренней и внешней сторон такой деятельности.

В определениях понятий адаптивный барьер, адаптационный барьер, адаптированный барьер, несмотря на общую сущность, разногласие состоит в их действенности и времени совершения, окончания действия.

Употребление выше названных понятий в литературе часто не уточняется, считается как явное должное определение.

Так, адаптивный барьер – это потенциальная возможность противостоять процессу адаптации, это - совокупность объективных и субъективных, внешних и внутренних факторов, тормозящих и препятствующие процессу адаптации (М.В. Ромм).

Таким образом, препятствия, трудности, именуемые адаптационными или адаптивными барьерами, составляют один из элементов системы, но могут быть сформированы при адаптации к любой стороне деятельности: как внешней, так и внутренней стороне.

Согласно А.Н. Леонтьеву, в структуре любой деятельности представлена внешняя и внутренняя стороны, каждая из которых может выступать как условием, так и фактором, и могут выступать как адаптационные барьеры.

Таким образом, в состав адаптационных барьеров могут входить как субъективные, так и объективные условия и факторы. Следует особо подчеркнуть, что для любой деятельности значимы внутренние, субъективные факторы.

Это, прежде всего, несовершенное развитие высших когнитивных функций: мышления и воображения, так как именно эти процессы участвуют в выборе целей, оценке трудностей и препятствий на пути их достижения. Именно эти психологические когнитивные функции определяют развитие адаптационной деятельности.

Выполняемая деятельность диктует набор адаптационных барьеров. Например, в экстремальных профессиях, в том числе и ряда военных профессий.

Таким образом, в качестве адаптационного барьера может выступать сформированная внутренняя сторона деятельности, в которой особое место занимают те личностные качества, которые ответственны за формирование целей, мотивов, выбора ценностей (внутренняя мотивация) и другие. Ее

сформированность обеспечит успешное преодоление адаптационных барьеров и наоборот.

Внешняя сторона военной, служебной деятельности существенно отличается от гражданской такими качествами, которые делают ее экстремальной: дисциплинированность, организованность, моральное к ней отношение, ответственность, риск для жизни, трудоемкость.

Многими исследователями подчеркивается, что чем более экстремальна деятельность, тем больше адаптационных барьеров встречается на пути адаптационного процесса, которые необходимо преодолеть специалисту. Особенно это касается таких экстремальных профессий, как летные профессии.

Наиболее детально это прослеживается в исследовании Н.Н. Аймухамбетова (2015, 2016), который выделяет в экстремальной профессии вертолетчика более сорока адаптационных барьеров к учебно-профессиональной деятельности вертолетчиков.

Деятельность, которая изобилует стольким числом барьеров, требует невероятных усилий для их преодоления. Причем, не только военная профессия, а подготовка курсантов к будущей профессиональной деятельности в военном училище изобилует внешними (смена режимных моментов, длительное отсутствие встреч с близкими, возросшие физические нагрузки и др.) и внутренними (военно-профессиональная мотивация к службе, способность принимать правильные решения, осуществлять выбор мотивов и др.). Именно это необходимо было учитывать при выполнении нашей работы.

Из работы Н.Н. Аймухамбетова следует, что существенная роль в системной адаптации к учебно-профессиональной деятельности вертолетчика принадлежит их субъектной активности и ее механизму – саморегуляции. Известно, что наиболее эффективными средствами при «борьбе» с адаптационными барьерами являются те, которые формируют

механизмы саморегуляции, самоорганизации и ответственности, составляющие основу самосознания.

В настоящей работе для формирования успешной социально-психологической адаптации, адаптационного потенциала курсантов военного училища использовано активное психологическое средство – формирование субъектной активности и тренинг личностного роста.

Использованное в нашей работе понятие «социально-психологическая адаптация к учебно-профессиональной деятельности» подчеркивает значение психологического опыта к такой деятельности и требует разъяснения, что же такое учебно-профессиональная деятельность военнослужащего.

В настоящей работе использовано понятие «учебно-профессиональная деятельность», а не учебная деятельность. Деятельность военного человека в отличие от гражданских профессий в большей степени предполагает использование практико-ориентированных средств. Например, использование различных военных летательных тренажеров, участие в летной практике, выполнение постоянных служебных обязанностей, строгое выполнение воинской дисциплины и другие военные формы обучения.

Еще раз подчеркнем, что сложная адаптивная ситуация, которая сопровождает курсанта при освоении экстремальной учебно-профессиональной деятельности, включает в себя большое количество взаимодействий, протекающих на различных уровнях.

Анализ научной литературы показал, что отношения между адаптивным потенциалом субъекта и осознанным выбором возможностей, адаптивных стратегий изменчивы и эффективность таких изменений определяется психолого-педагогическими средствами, направленными на их трансформацию, социальные и личностно-индивидуальные изменения работника – профессионала.

1.3 Виды, уровни, условия и факторы социально-психологической адаптации в профессиональной деятельности

В современной научно-психологической литературе отмечено множество исследований, описывающих виды, типы и уровни социально-психологической адаптации.

Наиболее известно описание В.А. Лабунской (1999), которая, проанализировав научные работы, исследовавшие социальную адаптацию, выделила четыре уровня: уровень конформизма, уровень взаимной терпимости, аккомодацию и ассимиляцию.

В первом, низшем, уровне, согласно В.А. Лабунской, человек знает, обладает информацией о социальной адаптации, знает и владеет нормативными правилами и установками поведения в коллективе, внешние действия и поступки согласуются с социальными действиями и поступками, с требованиями и установками общества и социальной среды. Однако, когнитивно сохраняет ранее сформированную систему ценностей.

Следующий, второй уровень, проявляется в том, что субъекты, которые вступают во взаимоотношения и межличностные взаимодействия, общаясь друг с другом, проявляют безразличие, снисходительность как к процессу общения и взаимодействия, так и требованиям и нормам социальной среды, ценностям и целям общения и поведения.

Третий уровень социально-психологической адаптации, названный физиологическим термином «аккомодация», впервые примененный швейцарским биологом и психологом Ж. Пиаже, который применил его для обозначения применения перевода старых выявленных схем к новым условиям окружающей общественной среды. В своих работах Ж. Пиаже и разработке своей теории исходил из психологического смысла этого термина, который в настоящее время имеет несколько специальных значений. Психологический смысл аккомодации, по Ж. Пиаже – это

изменение внутренних схем для того, чтобы привести их в соответствие с изменяющимися знаниями об окружающем мире.

В.А. Лабунская, учитывая многогранность и динамичность социальных отношений, оценивает аккомодацию как одну из наиболее применяемых применительно к социально-психологической адаптации форму социально-психологической адаптации, полагает, что психологическая аккомодация представляет собой взаимную терпимость по отношению друг к другу и к окружающему миру, и состоит в постоянно проявляющихся уступках.

Однако, при этом человек, обладая моральными ценностями, признает ценности других и их индивидуальные особенности.

Высший, четвертый, уровень социально-психологической адаптации обеспечивает наиболее адекватную форму приспособления, при которой человек полностью принимает систему ценностей новой социальной среды, требующей выбора осознанных стратегий поведения при общении.

Анализ научной литературы по проблеме исследования показал, что вопросы социально-психологической адаптации личности на уровне социальных групп представлены в психологической литературе наиболее полно.

Помимо выше названной адаптации В.А. Лабунской в научно-методической литературе социальной психологии известна классификация уровней адаптации по ее конечному полезному результату, которая дана Л.Г. Лаптевым, С.П. Гатиловым и др.

Этими авторами предложены следующие виды адаптации: оптимальная; достаточная; частичная и дезадаптация. Под дезадаптацией понимают нарушение или неадекватность процесса адаптации в той или иной деятельности. В данном случае нарушение процесса адаптации при общении и взаимодействии.

Уровни адаптации в этой классификации обусловлен встречаемостью сложностей в организации социальных отношений, адаптивных барьеров в процессе адаптации.

Таким образом, адаптационные барьеры, встречающиеся на пути протекания социальной адаптации могут осуществлять две функции: стеническую, организующую и мобилизующую на «борьбу» с адаптивными барьерами и астеническую, препятствующую достижению полезного результата в процессе адаптации.

Выводы по первой главе

1. Социально-психологическая адаптация личности представляет собой «сплав» социальных и психологических условий, способствующих или препятствующих протеканию сложного социально-психологического явления. Мы даем следующее определение: социальной адаптации – это активный динамичный процесс взаимодействия субъекта и социальных сфер общества, результатом которого является формирование социальных межличностных и межгрупповых отношений, освоение социальных ролей, выработка осознанных установок, стратегий и образцов поведения, которые определяют и способны совершенствовать межличностные взаимодействия в группе и коллективе.

2. Динамика и успешность социально-психологического процесса обусловлена встречающимися на его пути трудностями, препятствиями, именуемыми адаптационными барьерами, с одной стороны, и сформированными личностными качествами и наличным опытом, с другой. Среди личностных качеств особое место занимают мотивация достижения успеха в этом процессе, субъектная активность в отношении приобретения адаптационного опыта и реализации адаптивных стратегий в социальных действиях и поведении и др.

3. В результате проведенного анализа отечественной и зарубежной научной психологической литературы, посвященной проблеме условий и факторов социально-психологической адаптации, мы пришли к заключению, что наиболее перспективным направлением при решении поставленных в

работе теоретических и практических задач является выявление уровня адаптационных способностей (адаптационный потенциал личности, субъектная активность в достижении положительных результатов в адаптации, уверенность в собственных силах и другие) и социально-психологические характеристики (социальный статус, социальные роли, социальные стратегии поведения личности).

Глава 2. Исследование психологических условий и факторов социально – психологической адаптации личности

2.1 Особенности условий и факторов социальной адаптации личности курсантов-новобранцев к учебной деятельности

Знакомство с современной психологической литературой формирует убеждение, что проблема адаптации будет существовать до тех пор, пока человек занят деятельностью, в результате которой не только преобразует мир (природу, общество, других людей), но и самого себя. Наше исследование предполагает дать ответ на вопрос: что именно изменяется у субъекта, трансформирующего один вид деятельности в другой.

Обращение к проблеме адаптации курсантов-новобранцев было вызвано рядом обстоятельств. Во-первых, за последние 20-25 лет, согласно данным врачей, в РФ значительно снизился потенциал здоровья, здорового образа жизни, у российской молодежи, что не могло не сказаться на освоении ими самых разнообразных видов деятельности, особенно служению военному делу. Во – вторых, изменившаяся политическая обстановка в мире, требующая для сохранения государства обладать подготовленными и высококомпетентными Вооруженными Силами. В-третьих, необходимость создания адекватных условий и факторов в государственных институтах, при вступлении в новую деятельность, сопровождающуюся скоротечной динамикой ее освоения и становление специалистом. Особенно важно выполнение третьего обстоятельства на начальном этапе освоения воинской профессии.

Психолог Т.А. Немчин в результате знакомства с психологической литературой предлагает факторы социально-психологической адаптации личности дифференцировать на внешние и внутренние.

Согласно его представлениям, к внешним факторам следует относить физическую и психологическую характеристики интенсивности и

продолжительности воздействий, трудности в достижении цели, дефицит информации. Нередко, последние называют также адаптационными барьерами.

2.2 Вклад личностных качеств в социально - психологической адаптации курсантов к учебно-профессиональной и воинской служебной деятельности

В работе использованы следующие психодиагностические методики, позволяющие выявить уровень социально-психологической адаптации личности и психологические факторы (личностные качества), влияющие на эффективность этого процесса:

1. шестнадцати - факторный личностный опросник Р. Кеттелла;
2. тест социально-психологической адаптации личности (К. Роджерс, Р. Даймонд);
3. тест нервно-психического напряжения (Т.А. Немчин);
4. многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин).

Экспериментальная часть работы была осуществлена на базе военного училища с привлечением контингента курсантов первого года набора.

Учитывая значение социальной и психологической адаптации для военного-новобранца, на начальном этапе исследования с курсантами после поступления в военное училище был проведен опрос о понимании содержания процесса адаптации и его участия в освоении военно-профессиональной деятельности.

Из 68 курсантов-новобранцев только 38 смогли дать удовлетворительное определение адаптации, называя ее как возможность человека приспособиться к выполняемой деятельности. Ни один из курсантов не смог выявить различия в понятиях «психологическая» и «социально-психологическая адаптация».

Учитывая отсутствие опыта в познании адаптации, нами были проведены беседы и проведено два практических занятия на предмет понимания роли адаптационного процесса в учебной и служебной деятельности.

Позднее (через два месяца) нами была изучена субъектная активность курсантов по отношению к адаптационному процессу в училище. Динамика развития субъектной активности курсантов на основе выбранных критериев представлена в Таблице 1.

Таблица 1 – Динамика уровней субъектной активности курсантов контрольной и экспериментальной групп

№ п/п	Показатели субъектной активности курсантов контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп	Этапы эксперимента			
		На начало этапа (среднеарифметические значения по группам)		На окончание этапа (среднеарифметические значения по группам)	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
1	Активность в поиске научной литературы	1,31	1,30	1,35	1,64
2	Организационно-поведенческая активность	1,29	1,31	1,38	1,57
3	Активность в достижении результатов в адаптационной деятельности	1,48	1,50	1,56	1,86
4	Поисково-творческая активность в приобретении новых стратегий поведения	1,24	1,23	1,27	1,63
5	Активность в преодолении адаптационных барьеров	1,42	1,41	1,52	1,72
6	Активность, направленная на сохранение здоровья	1,47	1,48	1,55	1,73
	Средние значения субъектной активности	1,39	1,41	1,44	1,76

В таблице 1 представлены результаты исследования, полученные через два месяца после поступления в военное училище в контрольной (32 курсанта) и экспериментальной (34 курсанта) группах.

В экспериментальной группе до диагностики был проведен «Тренинг адаптивного личностного роста». На основании полученных результатов динамики субъектной активности мы могли косвенно судить о саморегуляции. Так как известно, что психофизиологическим механизмом субъектной активности является сформированная саморегуляция.

Из таблицы 1 явствует, что виды субъектной активности, имеющие отношение к протеканию процесса социально-психологической адаптации, у курсантов контрольной группы сдвинулись в положительную сторону, но оставались значительно меньше, чем у курсантов экспериментальной группы, с которыми был проведен «Тренинг адаптивного личностного роста».

После «Тренинга адаптивного роста» курсанты экспериментальной группы проявляли большую активность в поиске научной литературы по психологии личностного роста, психологической адаптации, поиске приемов конструктивного поведения при общении с педагогами и сокурсниками.

Полученные результаты свидетельствуют, что в наибольшей степени возросли показатели субъектной активности в достижении результатов в адаптационной деятельности (более, чем в семь раз по сравнению с курсантами контрольной группы), активности в преодолении адаптационных барьеров и активности, направленной на здоровый образ жизни (отказ от курения и др.) и укрепление и сохранение собственного здоровья.

Изменившиеся отношения у курсантов экспериментальной группы, проявившие себя через субъектную активность, к достижению положительных результатов в освоении стратегий поведения в процессе адаптации, очевидно должны сказаться и на реализации личностных качеств у этих курсантов.

Однозначно, что полученные знания, умения, навыки о протекании процесса адаптации к учебно-профессиональной деятельности, а также готовность к преодолению адаптационных барьеров и достижению результатов в овладении адаптационной деятельности не могли не сказаться на полученных результатах при оценке субъективной активности курсантов экспериментальной группы.

На следующем этапе исследования был использован 16-ти факторный личностный опросник Р. Кеттелла, а затем проведен корреляционный анализ между личностными качествами, которые были выявлены у курсантов военного училища в результате применения выше названных методик. Основной целью в этой части работы было создание психологического «портрета» всех курсантов контрольной и экспериментальной групп, состоящего из тех качеств, которые, согласно изученной литературе, имеют отношение к протеканию социально-психологической адаптации.

С целью объективизации психологического исследования использовали статистический аппарат, в частности, изучали степень связи между близкими по направленности признаками.

Ниже приведены результаты исследования, полученные при использовании опросника Кеттелла, теста социально-психологической адаптации, личностного опросника «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина, теста нервно-психического напряжения Т.А. Немчина. Эти результаты позволили провести корреляционный анализ с целью выявления взаимосвязей между рядом личностных качеств и признаков психологических функций, имеющих отношение к социально – психологической адаптации.

Мы предположили, что установление корреляционных связей показателей у курсантов низкого уровня социально-психологической адаптации с личностными качествами, полученными по опроснику Кеттелла, позволит обратить внимание на те личностные качества, которые имеют отношение к адаптации и оказывают положительный эффект.

На рисунке 1 приведена гистограмма корреляционных связей показателей низкого уровня социально-психологической адаптации, полученных у курсантов при использовании методики К. Роджерса и Р. Даймонда, с личностными качествами, полученными при использовании методик Р. Кетелла, Т.А. Немчина, А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина.

Как свидетельствуют данные рисунка 1, низкая социально-психологическая адаптация положительно коррелирует с высокой степенью нервно-психической неустойчивостью и наличием нервно-психического напряжения.

При этом же исследовании установлен факт наличия отрицательной корреляционной связи с высоким уровнем социальной адаптации, принятием себя и принятием других, эмоциональным комфортом и эмоциональной устойчивостью, внутренним контролем поведения и нормативностью поведения, а также самоконтролем.

Согласно Е.В. Сидоренковой, большинство выше перечисленных показателей демонстрировали средний уровень отрицательной связи с низким уровнем социально-психологической адаптации.

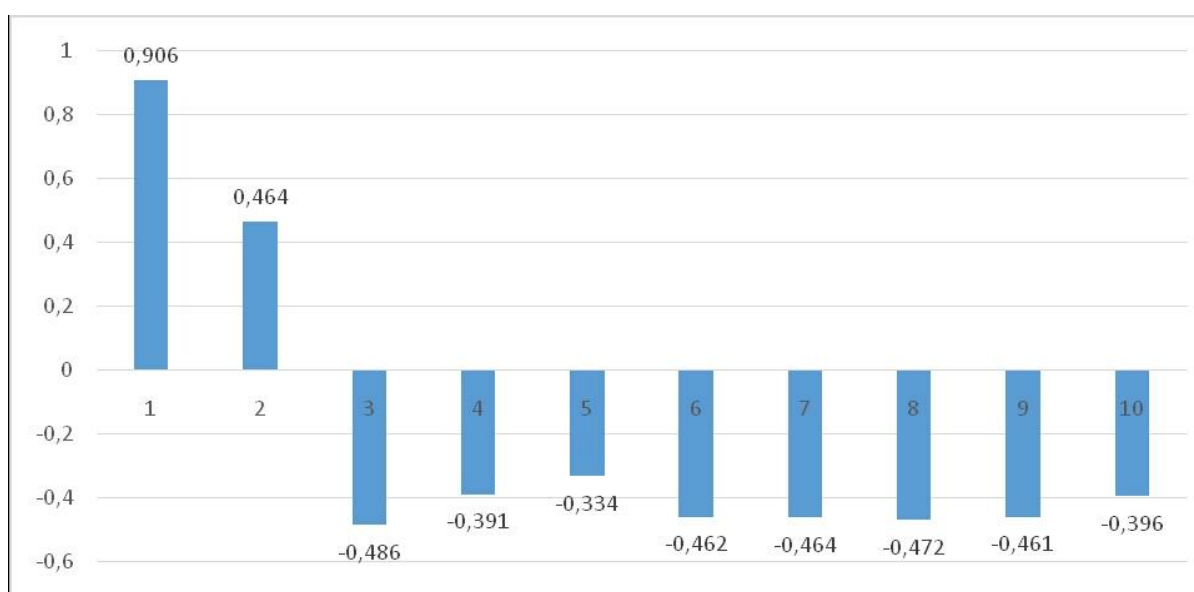


Рисунок 1 - Гистограмма корреляционных связей низкого адаптационного потенциала с личностными качествами у курсантов

Обозначения: 1 - нервно-психическая неустойчивость; 2 - наличие нервно-психического напряжения; 3 - высокий уровень социальной адаптации; 4 – самопринятие; 5 - принятие других; 6 - эмоциональный комфорт; 7 - внутренней контроль поведения; 8 - эмоциональная устойчивость; 9 - нормативность поведения; 10 – самоконтроль.

0,7 - высокий уровень корреляции; 0,5 - средний уровень; 0,3 - умеренный уровень.

Выявленные в исследовании результаты позволяют считать, что для успешного протекания процесса адаптации необходимы: высокий уровень социальной адаптации, эмоционального комфорта и эмоциональной устойчивости, внутреннего контроля собственного поведения (это указывает на имеющиеся у субъекта осознанные стратегии поведения при адаптации), а также нормативное поведение, которое, в свою очередь, подтверждает наличие стратегий поведения при адаптации.

Выявленные в исследовании результаты в большей своей части согласуются с полученными ранее результатами других авторов, исследования которых были направлены на изучение взаимосвязи личностных характеристик наблюдавшихся субъектов и качественной стороны процесса адаптации.

Использование приема анализа корреляционных связей личностных качеств курсантов, и успешности протекания процесса адаптации позволяет утверждать, что большинство исследованных личностных качеств имели значимые корреляционные связи. Такая научная информация, конкретно об отдельных личностных качествах, позволяет использовать ее для коррекционной работы с курсантами.

Для понимания роли личностных качеств, и прежде всего развития уровня адаптационного потенциала, уровня социальной адаптации, нервно-психической устойчивости, принятия себя (т.е. вера в собственные силы), нормативности поведения и самоконтроля, в протекании социально-психологической адаптации к учебно-профессиональной и служебной деятельности необходимо было изменить условия, воздействующие на

курсантов в процессе их повседневной учебно-профессиональной деятельности.

Для решения поставленной в работе цели – выяснения роли участия ряда личностных качеств в социально – психологической адаптации, был проведен психолого – педагогический тренинг, направленный на формирование и развитие этих качеств у курсантов.

В предшествующей работе мы исходили из того, что полученные результаты корреляционного анализа позволяют нам создать программу тренинга и его содержание.

На основании этого при проведении тренинга обращалось особое внимание на формирование и развитие вышеперечисленных качеств у курсантов.

Как и в любом социально – психологическом тренинге необходимо было сформировать первоначально когнитивный опыт о качествах, имеющих прямое и опосредованное отношение к формированию социально – психологической адаптации к учебно-профессиональной деятельности курсантов первого года обучения.

С курсантами в процессе тренинга осваивалась терминология и функциональное назначение и роль исследованных личностных качеств в учебно – профессиональной деятельности военного курсанта.

Психолого–педагогический «Тренинг адаптивного роста», разработанный нами по аналогии с «Тренингом личностного роста», проводили один раз в неделю по 1,5 часа в свободный день от служебных обязанностей.

Содержательная сторона «Тренинга адаптивного роста», включавшая известный опыт (знания, умения, навыки) и представления о готовности его применить в процессе адаптации, была усвоена курсантами экспериментальной группы в течение 9 занятий. Технология «Тренинга адаптивного роста» мало, чем отличалась от технологии проведения

классического тренинга «Личностного роста», широко используемого в психологической практике.

Количественная и качественная оценка личностных качеств проводилась до тренинга и после его проведения.

После сбора первичных данных выявляли средние величины по всем личностным показателям, их анализировали и на основании этого строили гистограммы, которые показаны на рисунках 1-3.

На рис. 1 продемонстрирована гистограмма исследованных пяти показателей в контрольной и экспериментальной группах в начале исследования (до тренинга).

К ним были отнесены следующие личностные качества: 1 - уровень социальной адаптации, 2 - принятие себя, 3 – нормотивность поведения, 4 – самоконтроль.

До начала проведения тренинга, как следует из представленного рисунка явствует, что показатели в обеих группах (контрольной и экспериментальной) мало чем отличаются друг от друга до проведения тренинга.

На рисунке 2 представлены результаты контрольной и экспериментальной групп после проведения психолого-педагогического тренинга через три месяца. Показатели у курсантов экспериментальной группы отличались в лучшую сторону от тех же показателей курсантов контрольной группы.

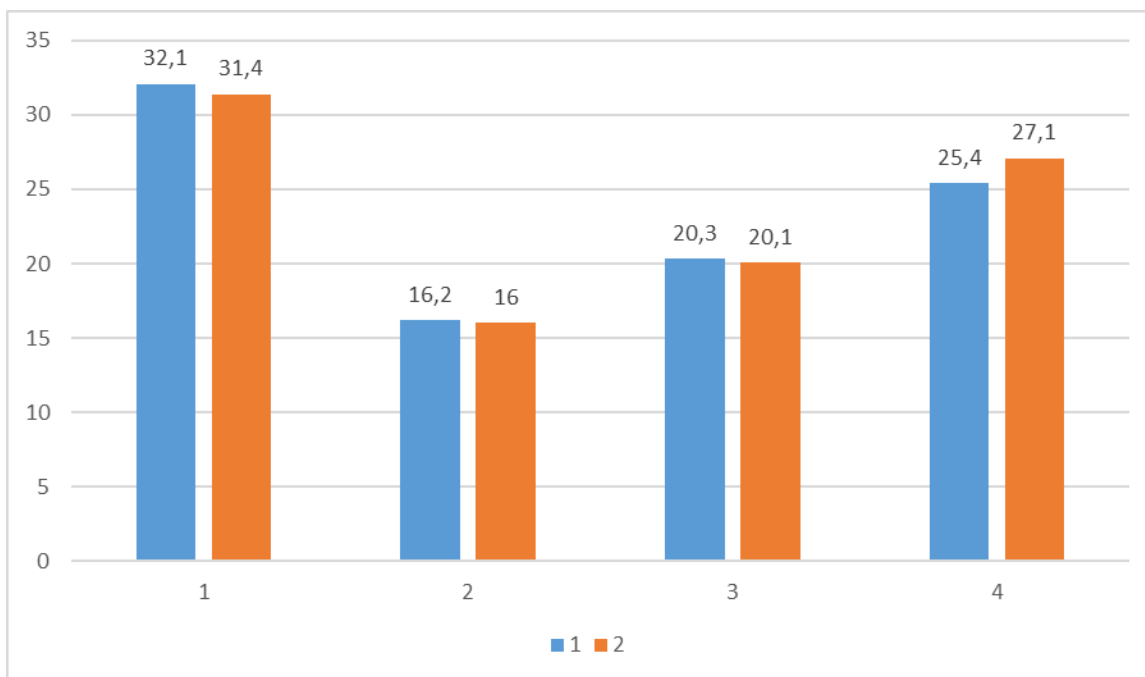


Рисунок 2 - Гистограмма личностных качеств в контрольной и экспериментальной группах до тренинга

К ним были отнесены следующие личностные качества: 1 - уровень социальной адаптации, 2 - принятие себя, 3– нормативность поведения, 4 – самоконтроль. Обозначения: голубой цвет – экспериментальная группа, красный – контрольная группа.

Как явствует из рис. 3, показатели личностных качеств, полученных при использовании выше описанных методик до и после проведения «Тренинга адаптивного роста» в экспериментальной группе возросли: адаптивность, (уровень социальной адаптации), нормативность поведения, принятие себя, принятие других.

Показатели признаков в экспериментальной группе по сравнению с контрольной группой возросли на 5,2 – 12,5 балла, особенно это касалось вышеперечисленных признаков.

Различие в показателях признаков на рис.5 свидетельствуют, что несмотря на возросшие показатели личностных качеств в экспериментальной группе, их рост был неодинаков больше. Это объясняется тем, что показатели

контрольной группы через три месяца в ряде случаев даже ухудшились по сравнению с начальными показателями.

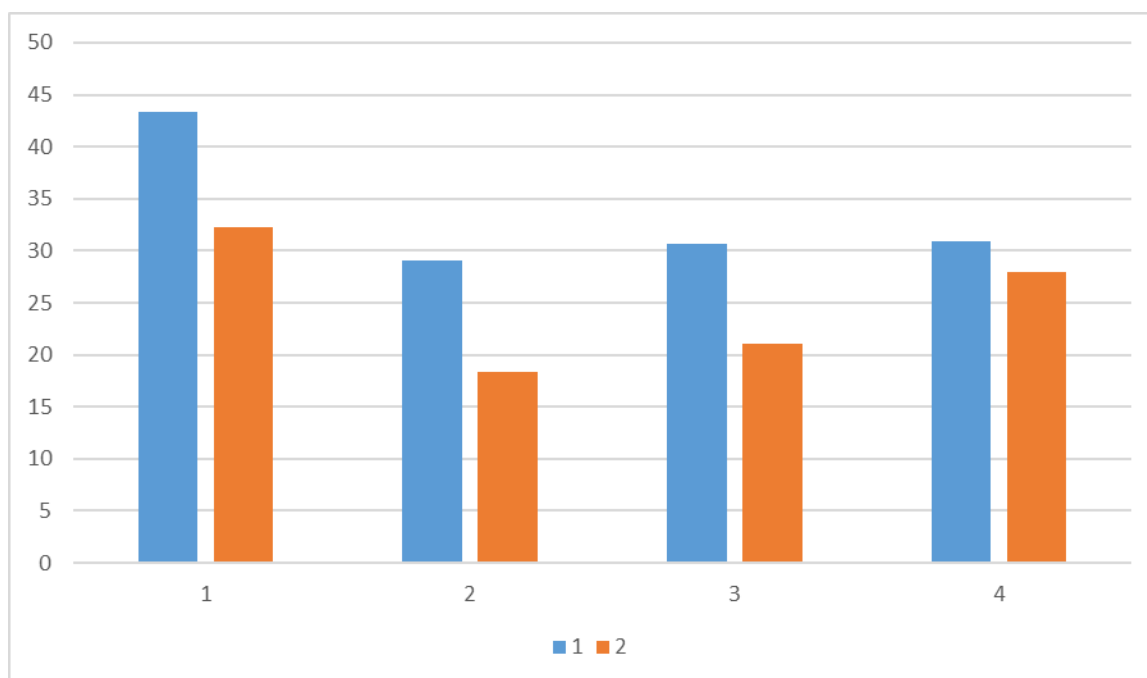


Рисунок 3 - Гистограмма личностных качеств в контрольной и экспериментальной группах после тренинга

Обозначения личностных качеств: 1 - уровень социальной адаптации, 2 - принятие себя, 3 – нормотивность поведения, 4 – самоконтроль.

Голубой цвет – экспериментальная группа, красный цвет – контрольная группа.

Итак, как явствует из полученных результатов, представленных на рисунке 3, до проведения тренинга у курсантов экспериментальной группы показатель признака «принятие себя» был сравнительно высоким со средними данными по тесту, но он изменился в лучшую сторону (стал более высоким) после проведенного психолого-педагогического тренинга. Согласно инструкции теста, и известным из научной литературы данным – это можно охарактеризовать как высокий уровень «самопринятия».

Показатель этого же признака у курсантов контрольной группы изменился не существенно.

Таким образом, проведенный социально - психологический тренинг способствовал тому, что уровень самопринятия, который характеризует не

только отношение к собственной персоне, но и веру в себя, собственные возможности, в какой-то степени веру в общий успех, у курсантов экспериментальной группы повысился, а у курсантов контрольной группы он практически не изменился.

Это означает, что курсанты-новобранцы экспериментальной группы в результате проведенного тренинга изменили отношение к собственному поведению. Это должно выразиться в принятии себя со всеми достоинствами и недостатками.

Согласно полученным результатам, другой личностный показатель «принятие других», характеризующий также фактор «чувство уверенности в себе», у курсантов экспериментальной группы до проведенного тренинга имел средние значения.

После проведенного психолого-педагогического тренинга этот признак в экспериментальной группе возрос и достиг высокого уровня сформированности и развития.

Результаты, фиксирующие показатель признака «принятие других» у курсантов контрольной группы, по результатам начальной диагностики и после проведенного тренинга снизились.

Таким образом, члены экспериментальной группы в результате психологического тренинга научились лучше понимать поступки и действия других людей, имели большие представления об индивидуальных качествах других курсантов и в результате научились принимать других людей. Этот показатель весьма важен в социально-психологической адаптации, особенно в военном деле при межличностном общении и взаимодействии при выполнении служебных обязанностей.

Данные научной литературы свидетельствуют, что уверенный в себе человек, способный к принятию себя со своими достоинствами и недостатками, более склонен принимать других людей такими, какие они есть.

Изучая данные, полученные в результате исследования и последующего статистического анализа личностных качеств до и после экспериментального воздействия в экспериментальной и контрольной группах, можно утверждать, что социально-психологический «Тренинг адаптивного роста» оказался эффективным и его можно использовать в качестве метода коррекции процесса социально-психологической адаптации личности курсантов-новобранцев.

Анализируя изменения личностных качеств у курсантов экспериментальной группы, следует подчеркнуть, что у них отмечался значительный рост через три месяца показателей адаптационного потенциала по сравнению с курсантами контрольной группы.

Согласно данным научной литературы, значимым личностным качеством для успешного протекания процесса адаптации является эмоциональная и нервно-психическая устойчивость. Полученные результаты по этим личностным характеристикам после тренинга свидетельствуют, что они также выросли у курсантов экспериментальной группы. Если до тренинга показатели эмоциональной устойчивости имели средние показатели, то после проведенного тренинга показатели этого личностного качества имели высокие и очень высокие величины.

По сравнению с курсантами экспериментальной у курсантов контрольной группы не произошли изменения показателей этих личностных качеств.

На рисунке 2 и рисунке 3 представлена динамика изменений личностных показателей уровня социальной адаптации, оценки собственных возможностей (принятие себя), нормативного поведения и самоконтроля.

Сравнение показателей личностных качеств до и после тренинга свидетельствует о положительном изменении их у курсантов экспериментальной группы и практически отсутствии таковых у курсантов контрольной группы.

Количественные показатели самоконтроля поведения и эмоциональных состояний у курсантов экспериментальной группы до тренинга соответствовали достаточному уровню развития самоконтроля, а после экспериментального воздействия они соответствовали высокому уровню развития самоконтроля.

Таким образом, уровень самоконтроля у курсантов экспериментальной группы повысился, а в контрольной группе – снизился.

Несомненно, что чувство уверенности в себе тесно связано с самооценкой курсантов. По косвенным показателям, полученным нами при собеседовании с курсантами при поступлении в военное училище, у большинства курсантов, прошедших тренинг самооценка изменилась и стала более высокой. Согласно нами полученным результатам эти курсанты придают высокую значимость своей персоне, как в деятельности, так и в поведении.

Полученные данные свидетельствуют о том, что в результате экспериментального воздействия у курсантов экспериментальной группы сформировались навыки самоконтроля поведения и эмоциональных проявлений.

Понижение уровня самоконтроля поведения и эмоциональных проявлений у курсантов контрольной группы свидетельствуют о том, что у курсантов контрольной группы способности контроля над собственным поведением и эмоциональными проявлениями уменьшились, т.е. они стали менее способными контролировать процесс собственного вхождения в новую социальную среду. Можно предположить, что такие изменения обусловлены рядом обстоятельств, характеризующим учебно–профессиональную деятельность курсантов военного училища.

В частности, к таковым следует отнести изменение режима и распорядка суток (в деятельность курсантов включены суточные дежурства и др.), сравнительно долгая разлука с близкими и другие обстоятельства, связанные с воинскими обязанностями.

Полученные результаты при сравнении средних величин личностных качеств у курсантов экспериментальной и контрольной групп позволяют сделать следующие выводы:

Выводы по второй главе

1). Из множества личностных качеств (факторов) особое место было отведено качествам, имеющим важное значение при протекании социально-психологической функции – общении со сверстниками-курсантами. К ним мы отнесли фактор уверенности в себе, составляющими которого являются: принятие себя, принятие других, эмоциональный комфорт, внутренний контроль поведения, смелость в социальных контактах, самоконтроль поведения

2). В результате проведенного «Тренинга адаптивного роста» существенно изменился ряд исследованных признаков, характеризующих успешную социально-психологическую адаптацию курсантов военного училища к учебно-профессиональной деятельности. В частности, установлено, что показатели уровня социальной адаптации, принятия себя (вера в свои возможности и успехи), нормативность поведения и самоконтроль поведения значительно выросли у курсантов экспериментальной группы и почти не изменились у курсантов контрольной группы.

3). Психологический тренинг развития навыков, умений и готовности к адаптивной деятельности может быть использован в качестве метода совершенствования и коррекции процесса социальной адаптации личности к учебно – профессиональной и служебной деятельности, а так же в качестве метода психологической помощи личности при нарушении включения ее в социальную среду.

Заключение

Анализ научной психологической литературы по исследуемой проблеме показывает, что в настоящее время проблема социальной адаптации рассматривается с позиции общего адаптационного синдрома Г. Селье, теории адаптационного барьера (Ю.А.Александровский и др.), психоаналитической концепции адаптации личности (Х. Хартман и др.), необихевиористской теории адаптации (Д. Айзенк и др.), эмотивной концепции адаптации (Ч. Дарвин, П.К. Анохин, Ф.З. Меерсон), интеракционистской концепции адаптации (Дж. Мид и др.), экзистенциальной концепции адаптации (И. Ялом и др.), культурологического подхода и других научных подходов, развиваемых современной психологией.

Перечисленные выше подходы свидетельствуют о том, насколько велик научный интерес к проблеме адаптации у представителей психологии.

Знакомство с современной психологической литературой формирует убеждение, что проблема адаптации будет существовать до тех пор, пока человек занят деятельностью, в результате которой не только преобразует мир (природу, общество, других людей), но и самого себя. Наше исследование предполагает дать ответ на вопрос: что именно изменяется у субъекта, трансформирующего один вид деятельности в другой.

Обращение к проблеме адаптации курсантов-новобранцев было вызвано рядом обстоятельств. Во-первых, за последние 20-25 лет, согласно данным врачей, в РФ значительно снизился потенциал здоровья, здорового образа жизни, у российской молодежи, что не могло не сказаться на освоении ими самых разнообразных видов деятельности, особенно служению военному делу. Во – вторых, изменившаяся политическая обстановка в мире, требующая для сохранения государства обладать подготовленными и высококомпетентными Вооруженными Силами. В-третьих, необходимость создания адекватных условий и факторов в государственных институтах,

при вступлении в новую деятельность, сопровождающуюся скоротечной динамикой ее освоения и становление специалистом. Особенно важно выполнение третьего обстоятельства на начальном этапе освоения воинской профессии.

Из психолого-педагогической литературы известно, чтобы динамично пройти этот начальный этап и приобрести специальные компетенции необходимо обладать знаниями и готовность их применять о тех качествах будущего специалиста, которые наиболее продуктивны в процессе адаптации.

Среди психологических концепций, теорий, имеющих прямое отношение к процессу адаптации, адаптационной деятельности, следует особо выделить: психологическую теорию деятельности, психологическую теорию личности и субъектно-деятельностный подход. Разработчиками этих теорий и подхода были отечественные психологи – Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, Б.Г. Ананьев, В.И. Брушлинский и др.

Центральной задачей нашей работы явилось выявление условий и факторов, непосредственно связанных с адаптацией курсантов-новобранцев, резко изменивших условия быта и трудоемкой деятельности. Трудности быта и службы при должном воспитании, обучении и строгом выполнении дисциплинарных обязанностей и ответственности приводят к формированию и обладанию особыми факторами, к которым мы отнесли личностные качества, и развитие и коррекция которых изменит в положительную сторону процесс адаптации и адаптационную деятельность, в целом. Мы исходили из общепринятого мнения, согласно которому сформированные личностные качества будут являться движущими силами процесса адаптации.

Какой вклад в разработку учения о социальной адаптации сделан психологами. Как показано в работе, привнесен психологический смысл в содержание понятия «социальная адаптация». Он состоит в том, что раскрыты и предложены механизмы такого межличностного взаимодействия,

которое будет соответствовать выполнению воинских обязанностей и конструктивному решению спорных вопросов, возникающих между курсантами. Эти вопросы поднимались нами при проведении «Тренинга адаптивного роста» с курсантами-новобранцами.

Адаптация курсанта-новобранца имела свои особенности, которые состояли в изменении и формировании биологических, психологических и социально-психологических, определяющих динамику протекания этого процесса. После проведения «Тренинга адаптивного роста» существенно возросли показатели субъектной активности у курсантов экспериментальной группы, имеющие прямое отношение к процессу социально-психологической адаптации. В положительную сторону у этих же курсантов изменились способность к саморегуляции, уверенность в собственных силах, адаптационный потенциал курсантов.

Таким образом, члены экспериментальной группы в результате социально-психологического тренинга научились лучше понимать и сформировали навыки общения и взаимодействия в группе с другими курсантами, приобрели личностные качества, которые весьма значимы для течения процесса адаптации.

На основании анализа современной психологической, социологической научной литературы и собственных полученных результатов можно кратко сформулировать заключение в следующих тезисах

1. В процессе исторического развития ряда наук (биология, медицина, педагогика, психология, философия и др.) понятие «адаптация» совершенствовалось, приобретало новое содержание и новаторские идеи. Учитывая развитие форм движения материи (Ф. Энгельс «Диалектика природы») и достижения социально-психологических наук, можно утверждать, что содержание адаптации отражает современный уровень развития социальных наук. Согласно нашему представлению, оно звучит так: социальной адаптации – это активный динамичный процесс взаимодействия субъекта и социальных сфер общества, результатом которого является

формирование социальных межличностных и межгрупповых отношений, освоение социальных ролей, выработка осознанных установок, стратегий и образцов поведения, которые определяют и способны совершенствовать межличностные взаимодействия в группе и коллективе.

2. В различных дисциплинах современной науки в понятие «социальной адаптации» вносится различное содержание и смысл, что подчеркивает специфику дисциплин.

3. Результатом выполненного исследования явилось нахождение психологических условий и факторов, определяющих успешную социально-психологическую адаптацию курсантов-новобранцев военного училища. В работе установлено, что среди личностных качеств ведущая роль в социально-психологической адаптации принадлежит мотивации достижения успеха в адаптивной деятельности, субъектной активности, эмоциональной комфортности и устойчивости, нормативности поведения и его внутреннего контроля. Последние два качества, присущие курсантам, будут способствовать формированию у них осознанной стратегии поведения.

Список используемой литературы

1. Абульханова, К. А. Психология и сознание личности (Проблема методологии, теории и исследования реальной личности): Избранные психологические труды [Текст] / К.А. Абульханова. - М.: Московский психолого-социальный институт, 1999. - 224 с.
2. Алексеева, Л. Ф. Проблемы активности личности в психологии: Автореф. дис. д-ра психол. наук [Текст] / Л.Ф. Алексеева. - Томск, 1997. - 41 с.
3. Ананьев, Б. Г. Избранные психологические труды : в 2 т. Т. 1 [Текст] / Б.Г. Ананьев. - М.: Педагогика, 1980.
4. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст] / Г.М. Андреева. - М.: Аспект Пресс, 1997. - 376 с.
5. Андреева, Д. А. Влияние адаптации студентов на учебную деятельность [Текст] / Д.А. Андреева. - Ростов-на-Дону: РГУ, 1975. - С. 78-82.
6. Анохин, П. К. Очерки по физиологии функциональной системы [Текст] / П.К. Анохин. – М.: Медицина, 1975. - 447 с.
7. Анцыферова, Л. И. Личность с позиции динамического подхода [Текст] / Л.И. Анцыферова // Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь. - М.: Наука, 1990. - С. 7-17.
8. Асмолов, А. Г. Психология личности [Текст] / А.Г. Асмолов. - М.: МГУ, 1990. - 367 с.
9. Барбашов, З. И. Адаптация человека [Текст] / З.И. Барбашов, И.И. Лихницкая. - Л.: Наука, 1972. - 267 с.
10. Березин, Ф. Б. Методика многостороннего исследования личности [Текст] / Ф.Б. Березин, И.Ю. Мирошников, И.Т. Розовская. - М.: Медицина, 1976. – 186 с.
11. Бернштейн, Н. А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности [Текст] / Н.А. Бернштейн. - М.: Наука, 1966. - 349 с.

12. Брушлинский, А. В. Психология субъекта: некоторые итоги и перспективы [Текст] / А.В. Брушлинский // Известия Российской академии образования. -М., 1999. - 38 с.
13. В помощь выпускнику: Рекомендации молодому офицеру по организации воспитательной работы с личным составом подразделения [Текст] / Власов, В.Н., Дохолян СБ., Лесковский И.Ф., Митрофанов В.Т. - Ростов: РВВКИУРВ, 1994. – 109 с.
14. Военная психология и педагогика [Текст] / П.А. Корчемный. - М.: Совершенство, 1988. - 384 с.
15. Воинский труд: наука, искусство, призвание [Текст] / Л.Г. Лаптев. - М.: Совершенство, 1998. - 448 с.
16. Вопросы психической адаптации [Текст] / А.П. Сокольский. - Новосибирск: НГУ, 1974. - 56 с.
17. Психологическая адаптация как проблема медицинской психологии [Текст] / В.М. Воробьев // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. - 1993. -№ 2. - С. 22-24.
18. Методы саморегуляции. В 2 частях [Текст] / С.Ф. Воронков. - Барнаул: АГУ 1992. - Ч1-2 // Военно-медицинский журнал. - 1988. - 8. - С. 45-47.
19. Адаптация к условиям воинской службы и профилактика дезадаптационных расстройств [Текст] / П.О. Вязицкий. – М.: Академия, 2001. – 124 с.
20. Гуревич, К. М. Психологическая диагностика [Текст] / К.М. Гуревич, Е.М. Борисова. - М.: УРАО, 2000. - 304 с.
21. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология [Текст] / В.Н. Дружинин. - СПб.: Питер, 2000. - 102 с.
22. Иванова, Е. В. Стиль адаптации к новым условиям учебной деятельности: Автореф. дис. канд. психол. наук [Текст] / Е.В. Иванова. - Пермь, 2000. - 18с.
23. Казначеев, В. П. Биосистема и адаптация [Текст] / В.П. Казначеев. - Новосибирск: НГУ, 1973. - 74 с.

24. Квин, В. Прикладная психология [Текст] / В. Квин. - СПб.: Питер, 2000. - 560 с.
25. Леви, В. Аутогенная тренировка для Вас [Текст] / В. Леви. - М.: Центр психологии и психотерапии, 1990. - 32 с.
26. Леонтьев, А. Н. Деятельность, сознание, личность [Текст] / А.Н. Леонтьев. - М.: Политиздат, 1975. - 234 с.
27. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики [Текст] / А.Н. Леонтьев. - М.: МГУ, 1972. - С. 341-401.
28. Лилиенталь, И. Е. Психологическая поддержка студентов в период адаптации к образовательному процессу вуза: Автореф. дис. канд. психол. наук [Текст] / И.Е. Лиленталь. - Ставрополь, 2000. – 22 с.
29. Логвиненко, А. Д. Измерения в психологии [Текст] / А.Д. Логвиненко. - М.: МГУ, 1993. - 480 с.
30. Ломов, Б. Ф. Личность в системе общественных отношений [Текст] / Б.Ф. Ломов // Психологический журнал. - 1981. - Т. 2. - №1. – С. 3-17.
31. Майерс, Д. Социальная психология [Текст] / Д. Майерс. - СПб.: Питер Ком, 1998. - 688 с.
32. Марищук, В. Л. Оценка эмоциональной устойчивости (по внешним проявлениям) [Текст] / В.Л. Марищук // Практикум по инженерной психологии, психологии труда. - Л: ЛГУ, 1983. - С. 130-137.
33. Мартене, В. К. Оценка адаптации человека-оператора [Текст] / В.К. Мартене, В.Ю. Щебланов, А.А. Талалаев // Психологический журнал. – 1980. - Т. 1. - №4. - С. 121-125.
34. Меерсон, Ф. З. Адаптация и стресс [Текст] / Ф.З. Меерсон. - М.: Просвещение, 1981. - 278 с.
35. Меерсон, Ф. З. Адаптация, стресс и профилактика [Текст] / Ф.З. Меерсон. - М.: Наука, 1981. - 278 с.
36. Налчаджян, А. А. Социально-психологическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии) [Текст] / А.А. Налчаджян, Э.А. Александрян. - Ереван, 1988. - 263 с.

37. Немчин, Т. А. Состояния нервно-психического напряжения [Текст] / Т.А. Немчин. - Л.: ЛГУ, 1983. - 163 с.
38. Нервно-психологическая неустойчивость и меры по ее выявлению у военнослужащих [Текст] / Под ред. И.В. Солдатова. - М.: МО РФ, 1992. - 45 с.
39. Психология. Словарь [Текст] / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. - М.: Политиздат, 1990. - 494 с.
40. Ромм, М. В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект [Текст] / М.В. Ромм. - Новосибирск: Наука. Сибирская издательская фирма РАН, 2005. - 275 с.
41. Свенцицкий, А. Л. Понятие о производственной адаптации личности / Организационная психология. Хрестоматия [Текст] / А.В. Свенцицкий. - СПб.: Питер, 2000. - С. 244-247.
42. Селье, Г. Стресс без дистресса [Текст] / Г. Селье. - М.: Прогресс, 1979. - 168 с.
43. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] / Е.В. Сидоренко. - СПб.: Речь, 2001. - 350 с.
44. Тарасов, С. В. Срочная служба: вопросы адаптации [Текст] / С.В. Тарасов // Социологические исследования. - 1999. - №2. - С. 22-24.
45. Тарасов, С. Г. Основы применения математических методов в психологии [Текст] / С.Г. Тарасов. - СПб.: СПбГУ, 1998. - 97 с.
46. Тюрин, Ю. Н. Анализ данных на компьютере [Текст] / Ю.Н. Тюрин. - М.: Финансы и статистика, 1995. - 384 с.
47. Феденко, Н. Ф. Актуальные проблемы военной социальной психологии Прикладные проблемы социальной психологии [Текст] / Н.Ф. Феденко. - М.: Наука, 1986. - С. 270-281.
48. Философская энциклопедия [Текст] / Ф.В. Константинов, В. 7 т. Т. 5. / Ф.В. Константинов. - М.: «Советская энциклопедия», 1970. - 576 с.
49. Царегородцев, Г. И. Философские проблемы теории адаптации [Текст] / Г.И. Царегородцев. - М., 1975. - 216 с.

50. Фрейд, З. «Я» и «Оно». В 2-х книгах [Текст] /З. Фрейд. - Тбилиси: «Мерани», 1991.

51. Хакин, Ю. Л. Личностные и социально-психологические опросники в прикладных исследованиях: проблемы и перспективы Социальная психология и общественная практика [Текст] / Ю.Л. Хакин. - М.: Наука, 1985. - с. 163-178.