Tələbələrin təlim şəraitinə adaptasiyasının mərhələləri və psixoloji amilləri

Nigar Məmmədova
fəlsəfə doktoru proqramı üzrə doktorant,
ADPU
E-mail: n.mamadova@mail.ru

Rəyçilər: psixol.ü.f.d., dos.M.C. İsmayılova,
psixol.ü.f.d. Ç.Q. Verdiyeva

Açar sözlər: adaptasiya, adaptiv situasiya, psixososial gərginliklər, psixi yönəlişlik, özünüidentifikasiya

Ключевые слова: адаптация, адаптивная ситуация, психосоциальные напряженности, психическое ориентация, самоидентификация

Key words: adaptation, adaptive situation, psychosocial strength, mental focus, self-identification

Adaptasiya yeni dəyişən mühitin müxtəlif struktur elementlərinin inkişafı və bir-birinə tabe olması ilə xarakterizə olunur. Adaptasiya daxili motivasiya prosesidir. Tələbələrin təlim şəraitinə adaptasiyası müxtəlif spesifik (təlim) və qeyri-spesifik (davranış, xidmət) faktlarla şərtlənmiş fazalı xarakter daşıyır. Tələbələrin adaptasiya prosesi təlimdə mürəkkəb və uzun bir prosesi əks etdirir və gənclərin plastik psixikaya və fiziologiyaya olan yüksək tələbatlarını təmin edir. Tələbə həyatının yeni şəraitə adaptasiyası I kursdan başlayır. Bəzən valideyn-lərindən ayrı yaşayan (yataqxanada, kirayə evdə qalanlar) tələbələrdə adaptasiya ağır keçir ki, bu hal müntəzəm olaraq müxtəlif somatik və psixonevroloji, patoloji vəziyyətin yaranmasına gətirib çıxarır.

Psixoloqlardan: Q.D.Volkov və H.B.Okonskaya adaptasiyanı iki müxtəlif kompleks sistemlərin qarşılıqlı uyğunlaşması prosesi kimi səciyyələndirirlər. Adaptasiya yeni dəyişən mühitin müxtəlif struktur elementlərinin inkişafı və bir-birinə tabe olması ilə xarakterizə olunur. Adaptasiya daxili motivasiya prosesidir.

Adaptasiya müxtəlif kompleks amillərdən ibarətdir:

— mikrososial mühitdə adaptasiya (sosial-psixoloji);
— orqanizmin dəyişən şəraitə adaptasiyası (biopsixoloji);
— daxili psixoloji mühitə adaptasiya (psixoloji adaptasiya) [1, 3].

Yeni şəraitdə tələbələrin adaptasiyası prosesi özünə onun müxtəlif psixoloji növlərini daxil edir:

* Təşkilati adaptasiya tələbənin təlim şəraitində tələb və normalarını qəbul edərək onları özünün təşkilati davranışına uyğunlaşdırmasıdır.

* Fəaliyyətli adaptasiya yeni təlim şəraitində tələbənin məsuliyyətini, hüquq və vəzifələrini, davranışını, təlim fəaliyyətinin keyfiyyətini müəyyənləşdirir.

* Peşə adaptasiyası ixtisaslaşmanın ümumi sistemində peşənin xarakterinin başa düşülməsi, həmçinin motivasiya yaradaraq peşəyə yiyələnməyə cəhddir.

* Sosial-psixoloji adaptasiya tələbələrin öz qruplarına uyğunlaşması, onlarla işgüzar və şəxsi xeyirxah münasibətin qurulması, öz şəxsiyyətini dərketmə, həmçinin tələbə qrupunda özünütəsdiqdir. Bu adaptasiya növünün mühüm aspekti müəllimlərlə münasibətin qaydaya

salınmasıdır.

* Məişət adaptasiyası həyatın iş rejiminə tələbənin uyğunlaşması, psixoloji və əqli yüklənmə, eləcə də qidalanma və əyləncəyə dair məsələlərin həll edilməsidir [2, 35].

Tələbələrin ali təhsil müəssisələrinin şəraitinə adaptasiyası məsələsinə sağlamlıq nəzəriyyəsi nöqteyi-nəzərindən baxılır. Adaptasiyanın şərti olaraq üç tipini: fizioloji, sosial və bioloji tiplərini fərqləndirirlər. Tələbələrin sağlamlıq vəziyyəti ali təhsil müəssisələrində təlim prosesinə onların adaptasiyasının ehtiyat hissəsi kimi müəyyənləşdirilir.

Universitetə daxil olduqdan sonra tələbənin həyatında ciddi dəyişikliklər təzahür edir. Universitetdə təlim öz məzmununa, formasına, yükünə, tələb olunan nəticələrinə görə ümumtəhsil məktəblərindən fərqlənir. Çətinliklər o zaman artır ki, tələbə təlim fəaliyyətində çalışqanlıq nümayiş etdirmir. Halbuki tələbə öz valideynlərinin evlərindən uzaqlaşaraq yataqxanada qaldığından onun uğur motivasiyası aşağı səviyyədədir.

Psixoloji determinantlar arasında adaptasiyanın keyfiyyəti, təlimin ilkin mərhələsində özünüqiymətləndirmə, yeni şərait, yeni rejim, yeni münasibət, yeni sosial rol, valideynlərlə münasibətdə yüksək səviyyə, özünə münasibət təzahür edir. Adaptasiyanın nəticəvi aspekti bütünlükdə adaptasiya prosesinin uğurlu qiymətləndirilməsində ənənəvi açar elementi kimi istifadə olunur. Məhz buna görə də nəticəvi meyar adaptasiya fenomeninin müasir təsnifatının əsasını təşkil edir.

Nəticədə şəxsiyyətin bağlılıq səviyyəsi və özünüqiymətləndirməsi dəyişir, fəaliyyət haqqında yeni təsəvvürlər əsasında sosial təcrübə yaranır. Şəxsiyyətin özünə, öz fəaliyyətinə, sosial mühitə istiqaməti korrelyasiya olunur [3].

Bütünlükdə psixoloji adaptasiya özündə üç mərhələni əhatə edir:

— Yeni təlim şəraiti ilə tanışlıq, tələbələrin hüquq və vəzifələri, təlimin başlanğıcı;

— Ali məktəbin qayda və normalarına dərindən yiyələnmə, təlimin keyfiyyəti;

— Təlimin dərki və onun yaradıcı şəkildə təkmilləşdirilməsi.

I mərhələ adətən 7-15 gün, II mərhələ 6-12 ay, III mərhələ isə 1-2 ildən sonra başlayır. Bu müddət fərdidir. Psixoloji adaptasiyanın nəticələri aşağıdakı şəkildə ifadə olunur:

* Psixoloji identifikasiya tələbə qrupu kollektivində, təlim fəaliyyətində öz imkanlarını daxil etməklə universitetdə mövcud olan bütün norma və tələblərin qəbuludur.

* Təlim fəaliyyətinə uyğunlaşma ali təhsil müəssisələrinin əsas norma və tələblərinə yiyələnmə, təlim fəaliyyətinin normalarına uyğunlaşmadır.

* Psixoloji dezadaptasiya ali təhsil müəssisəsinin xaricən nümayişkaranə surətdə qəbul etdiyi vəzifə və tələblərin, maraqların daxilən qəbul edilməməsidir.

Y.K.Babanskiy tələbələrin adaptasiyasının ardıcıllıqla yaranan aşağıdakı beş mərhələsini xarakterizə etmişdir:

— məktəb stereotiplərinin dağıdılması və yenilərinin formalaşması (I-III semestr);

— toplayıcı (IV-VI semestr);

— tamamlayıcı (VII-X semestr) [4].

Bütün bu mərhələlər əsasında V.P.Kaznaçeyev adaptasiya prosesinin yaranması müxtəlifliyindən asılı olaraq fərdlərin iki tipdən ibarət olan təsnifatını işləmişdir. Sprinter qısamüddətli adaptasiya dəyişikliyi olub tez və intensiv şəkildə inkişafı ilə xarakterizə olunur. Stayer isə kifayət qədər uzunmüddətli adaptasiya dəyişikliyi olub asta və qeyri-intensiv şəkildə inkişafı ilə səciyyələnir [5].

Latent mərhələnin məzmununu mərkəzi ləngimələr təşkil edir. Daha sonra faktorlar analiz edilir və cavabların realizasiya proqramının seçimi həyata keçirilir. İlkin cavabların reaksiyası üç mərhələdən ibarətdir: ilkin mərhələdə cavabların çoxluğu müntəzəm olaraq artır və ikinci

mərhələyə keçid baş verir, nəticədə hiper cavabların adekvat reaksiya mərhələsi yaranır [3].

Uyğunluq reaksiyalarının ardınca ilkin cavablara reaksiyalar baş verir ki, onlar psixoloji və enerjili sərflərlə bərpa olunur. Müvafiq reaksiyalara uyğunlaşma prosesində H.Selye inkişafın üç mərhələsini müəyyən etmişdir: 1) gərginlik mərhələsi; 2) ilkin stabillik mərhələsi; 3) stabilliyin tamamlayıcı mərhələsi. Ali təhsil müəssisələrinin adaptasiyasının mərhələlərini ayırarkən onu nəzərə almaq lazımdır ki, universitetlərdə adaptasiyanın özü istehsalat adaptasiyası kimi öyrənilir. Bu hər şeydən əvvəl ali təhsil müəssisələrində adaptasiyanın peşə komponentlərinə aiddir. Hazırda bu istehsalat adaptasiyasının bu mərhələsi peşə ənənələri ilə tanış olan mütəxəssis rolunda çıxış etmək kimi xarakterizə olunur.

Məqalənin aktuallığı. Tələbələrin təlim şəraitinə adaptasiyası müxtəlif spesifik (təlim) və qeyri-spesifik (davranış, xidmət) faktlarla şərtlənmiş fazalı xarakter daşıyır. Tələbələrin təlim şəraitinə adaptasiyası mürəkkəb bir proses olduğundan o, müxtəlif psixoloji amillərlə şərtlənir. Bu da məqalənin aktuallığını bir daha təsdiq edir.

Məqalənin elmi yeniliyi. Tələbələrin təlim şəraitinə adaptasiyasının mərhələləri və onların psixoloji amilləri ardıcıllıqla işlənilmişdir. Məqaələ yeni təlim şəraitində tələbələrin adaptasiyası prosesinin psixoloji növləri araşdırılmışdır.

Məqalənin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. Məqalədən ali və orta ixtisas məktəblərinin müəllimləri, tələbələr, magistrantlar və doktorantlar istifadə edə bilərlər.

Ədəbiyyat

1. Петрова Е.В. Психолого-педагогические условия адаптации учащихся в школе-новостройке. М., 2005, 90с.

2. Репьёва Н.Г.Проблема адаптации студентов первого курса к обучению в вузе // Психологический журнал ГОУ ВПО Алт.ГТУ им. И. И. Ползунова, 2007, № 7, с. 30-38

3. Медведев В.И. Компоненты адаптационного процесса. Л.: Наука, 1984, 109 с.

4. Психология адаптации и социальная среда: Современные подходы, проблемы, перспективы / Под ред. Л.Г.Дикой, А.Л. Журавлева. М.: Институт психологии РАН, 2007, 624 с.

5. Казначеев В.П. Адаптация конституция человека. Новосибирск. 1986, 120 с.

6. Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации. Новосибирск. Наука.: 1980, 192 с.

Н. Мамедова

Этапы и психологические факторы адаптации студентов к условии обучении

Резюме

В научной статье показано, что адаптация студентов к условиям обучении университете представляет собой многоуровневый процесс, который включает в себя элементы социальной и психологической адаптации, обусловливает личные и интеллектуальные способности студентов. В статье заявителем отмечено, что успешная адаптация студентов к условиям обучении зависит от психофизиологической развитии, эмоциональной и интеллектуальной саморегуляции, организация гигиенических

требований учебного процесса. В статье были описаны этапы адаптации студентов условиям обучении и психологические факторы.

N. Mammadova

Stages of adaptation of students to training conditions and psychological factors

Summary

In a scientific paper shows that adaptation students to the conditions of teaching at the University is a multi-level process that includes elements of social and psychological adaptation, causes personal and intellectual abilities of students. In the article the applicant noted that the successful adaptation of students to training conditions depends on the psycho-physiological development, emotional and intellectual self-regulation, organization and hygiene requirements of the educational process. The article describes the stages of adaptation of students learning conditions and psychological factors.

Redaksiyaya daxil olub: 11.07.2019