

Павлов Ю. О.  
Інститут професійно-технічної освіти НАПН України

## АДАПТАЦІЙНІ ПРОЦЕСИ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ У ПТНЗ

*В статті наголошується на тому, що адаптаційні фактори суттєвим чином впливають на професійне здоров'я учнівської молоді, передусім це: пристосованість до нового освітнього середовища, наявність позитивної навчальної мотивації, успішна трансформація і відтворення набутого професійного досвіду в освіті, розвиток нових особистісних якостей: професійного самовизначення, готовність до професійних змін, навичок інформаційної та навчальної культури, комунікативних навичок, гармонійне включення в систему соціальних і професійних відносин, наявність стресостійкості та стабільності в процесі активної взаємодії учнівської молоді з освітнім і професійним середовищем.*

**Ключові слова:** адаптаційні фактори, учнівська молодь, мотивація, освітнє середовище, професійне середовище, стресостійкість емоційна стабільність

Забезпечення професійного здоров'я починається на етапі професійного становлення майбутніх фахівців. Суттєвим чином це зумовлено їх входженням в нові для них види діяльності: навчальну, професійну, виробничо-практичну. Проблема адаптації майбутніх фахівців у професійно-технічних навчальних закладах до нових умов навчальної і професійної діяльності є однією із найбільш важливих наукових проблем у забезпеченні конкурентоздатності фахівця на сучасному ринку праці. Актуальність проблеми визначається не тільки рівнем професійної підготовки і адаптації їх до нових навчально-професійних умов, але й формуванням, збереженням і підтримкою власного професійного здоров'я, як основи успішної діяльності фахівця-професіонала.

Адаптаційні процеси майбутніх фахівців у формуванні професійного здоров'я потребують ґрунтовного вивчення психолого-педагогічних аспектів цієї проблеми, обґрунтування відповідних психолого-педагогічних умов професійного навчання. Від ефективності адаптаційних процесів суттєвим чином залежить професійне здоров'я майбутніх фахівців, їх готовність до успішної праці. Все це зумовлює актуальність вищезначеної проблеми.

Слід зазначити, що в жодного випускника школи перехід від шкільного навчання до навчання в професійно-технічному навчальному закладі (ПТНЗ) не відбувається без тих або інших проблем. Новий колектив, режим, характер взаємин вимагає від нього нових форм поведінки. успішного оволодіння програмою.

Труднощі, що виникають в процесі адаптації майбутніх фахівців, нерідко ведуть до розчарування і втрати упевненості в своїх силах. Першокурсникам не вистачає різних навичок і вмінь, які необхідні у навчальному закладі для навчальної і професійної адаптації. Пристосовуючись до нових умов

діяльності організм мобілізує для цього власну систему адаптаційних реакцій.

Однак, проходить чимало часу, перш ніж майбутній фахівець пристосується до вимог навчання у ПТНЗ. Для багатьох цей процес є надто важким. Звідси часто виникає сильне емоційне напруження, що призводить до розладу здоров'я, в подальшому до розчарування у виборі майбутньою професією та неможливістю бачити перспективи власного професійного росту та розвитку в обраній галузі професійної діяльності.

Деякі майбутні фахівці, маючи справу із неочікуваними труднощами у професійному навчанні, починають сумніватися в правильності зробленого професійного вибору. У більшості з них такі сумніви породжує брак обізнаності щодо обраної професії, що, в свою чергу, змінює їх установки, викликає втрату зацікавленості навчанням, призводить до зниження успішності, погіршення психо-емоційного стану, а загалом погіршення рівня професійного здоров'я.

Проблему адаптації учнівської молоді на ранніх етапах професійного навчання С. Ю. Басовська розглядає в контексті професійної соціалізації особистості, власне кажучи такого процесу, який дозволяє людині набути нового професійного статусу. Для розуміння сутнісних характеристик процесу адаптації автором були виділені наступні основні функції: комунікативна, мотиваційно-орієнтуюча, розвиваюча, когнітивна. Всі виділені функції процесу адаптації опосередковані певною структурою, соціальними ролями, соціальними формами поведінки і певними соціальними зв'язками. Причому процес адаптації складається з декількох стадій (етапів), які взаємопов'язані з інтелектом, як провідним чинником активної адаптації. Перша стадія процесу адаптації – автономізація – характеризується тим, що першокурсник протиставляє себе середовищу. Друга стадія – ідентифікація – передбачає включення “вчорашнього школяра” в систему навколишнього навчального середовища майбутніх фахівців. Третя стадія – інтеграція – досягається тільки тоді, коли майбутній фахівець відчуває себе елементом системи освітнього простору навчального закладу. С. Ю. Басовська розглядає особливості становлення процесу адаптації учнівської молоді як інтелектуальну діяльність щодо аналізу успішності (проміжної та підсумкової семестрової атестації), та ступеня активності першокурсників у суспільній та професійній роботі. Автором виділено три групи учнівської молоді відповідно до рівнів їхньої адаптації [2].

1-а група – дезадаптована. Учнівська молодь часто пропускає заняття без поважних причин, виявляє негативне ставлення до системи навчання у навчальному закладі, у зв'язку з чим не встигає з багатьох навчальних дисциплін. Деякі першокурсники зізнаються, що вступили до навчального закладу лише для отримання диплому про професійну освіту. Подібна

установка призводить до такої проблеми, як небажання навчатися.

2-а група – пасивно адаптована – певна група учнівської молоді, яка ніби “пливе за течією”. Представники цієї групи в більшості своїй байдужі до навчання у навчальному закладі, у зв'язку з чим, мають низький рівень успішності. Як правило, учасники цієї групи мають різні цілі і більш широке коло спілкування, у порівнянні з дезадаптованими першокурсниками, але поза межами професійно-технічного навчального закладу.

3-я група – активної адаптації. Для учнівської молоді цієї групи залишається проблема реалізації себе повністю, застосування своїх знань, умінь, навичок відповідно до норм і цінностей навколишнього освітнього середовища. Вони виявляють позитивне ставлення до системи навчання у навчальному закладі, встигають за всіма предметами. Мають кілька основних цілей, широке коло спілкування.

Слід зазначити, що вже на початку навчання майбутні фахівці мають знижену працездатність, швидку стомлюваність, підвищений рівень тривожності. У звичних умовах людина, керована підсвідомими установками, здатна здійснювати рішення типових, повторюваних завдань. Коли ж вона потрапляє в нові умови, і всі завдання для неї є нетиповими, і немає стандартних способів їх вирішення, це зумовлює потребу самостійного визначення нового алгоритму поведінки, нових способів вирішення життєво-важливих завдань щодо забезпечення основ професійного здоров'я як головної передумови ефективної праці.

Слід зазначити, що з одного боку спостерігається порушення особистісних чинників професійного здоров'я на всіх етапах професійного становлення фахівців, з іншого боку – не визначені психолого-педагогічні підходи до формування професійного здоров'я у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців.

Отже, підсумовуючи вищезазначене, можна стверджувати, що формування професійного здоров'я майбутніх фахівців у професійно-технічних навчальних закладах суттєвим чином зумовлено ефективністю соціальних і професійних адаптаційних процесів, що мають місце у навчальному середовищі. Розглянемо це дещо ґрунтовніше.

Процес адаптації пов'язаний з професійним розвитком, що проявляється в активній зміні майбутнього фахівця, зокрема, в корегуванні установок і звичних поведінкових стереотипів. Такий розвиток супроводжується активною самостійною зміною і активним самостійним пристосуванням особистості до середовища. А. А. Реан наголошує на тому, що невідомо, що з енергетичної та емоційної точки зору дається легше: зміна середовища чи зміна самого себе. Бо конформне, пасивне прийняття вимог, норм, установок і цінностей професійного (та й соціального) середовища без включення активного процесу самозміни, самокореляції і

саморозвитку – це завжди не адаптація, а дезадаптація. Це практично завжди (тільки з різним рівнем вираження) переживання особистістю психологічного дискомфорту, незадоволеності, відчуття власної неповноцінності. На професійне здоров'я людини впливає істинна адаптація – як активний процес: будь-то активна зміна професійного середовища або активна зміна себе [13].

У зв'язку з чим і виникає потреба у більш ґрунтовному вивченні адаптаційних параметрів професійного здоров'я учнівської молоді.

Вивченням адаптації майбутніх фахівців в освітніх установах займалися такі вчені як Р. Р. Бібріх [3], Л. К. Грішанов [5], Л. Л. Кондратьєва [7], І. Є. Лієменталь [8], В. Т. Лісовський [9], А. Н. Макарова [10] та ін. Вченими виділені процесуальні і структурні сторони адаптації, що дозволяють особистості пристосовуватися до нових умов діяльності і гармонійно включатися в співтовариство людей.

Враховуючи вищезначене можна виділити адаптаційні параметри професійного здоров'я учнівської молоді ПТНЗ, закладаючи основи їхнього подальшого педагогічного розвитку. Варто наголосити, що найбільш важливими факторами, які впливають на професійне здоров'я майбутніх фахівців у ПТНЗ і змінюють параметри їхнього професійного розвитку є професійні адаптаційні фактори.

Слід зазначити, що А. Н. Макарова [10] виділяє зовнішні і внутрішні адаптаційні фактори.

Зовнішні – це: особливості змісту, цілей, організації, засобів, технологій; своєрідність соціальних та інших умов, в яких здійснюється професійна діяльність.

Внутрішні – це: рівень адаптаційного потенціалу, ступінь розвиненості адаптивності особистості, адекватність мотивації до професійної діяльності вимогам до цієї діяльності.

Р. Р. Бібріх [3] розглядав адаптацію, як складний багатоаспектний контекст. Автор визначив такі інтегральні аспекти адаптації як: психолого-педагогічні, соціально-психологічні та мотиваційно-особистісні. Психолого-педагогічний аспект професійної адаптації пов'язаний з пристосуванням до нової дидактичної ситуації, тобто до форм і методів організації навчального процесу, тих чи інших форм і методів професійної підготовки. Соціально-психологічний аспект пов'язаний із засвоєнням нових соціальних норм і правил. Ключову роль у розвитку особистості фахівця відіграє формування позитивних мотивів і дієвих цілей щодо ціннісного сприйняття набутих в процесі підготовки професійних знань і умінь. У процесі адаптації майбутнього фахівця відбувається докорінна перебудова раніше набутої системи навчальних мотивів і цілей. Поступово формуються нові професійно-спрямовані навчальні цілі, що відповідають вимогам

навчального процесу.

Варто наголосити, що у концепції А. А. Реана, Я. Л. Коломінського [14] про наявність компенсаторних механізмів адаптації зазначається, що недоліки педагогічного процесу можуть компенсуватися розвитком мотиваційної сфери, формуванням усвідомленого інтересу до вибору професії.

Суттєвим чином на адаптаційні процеси впливають особистісні якості фахівця, пов'язані з самопізнанням та самовизначенням особистості. К. А. Абульханова-Славська [1], А. В. Петровський [12] та ін. наголошують на тому, що професійне самовизначення в особистісній позиції виступає як усвідомлення перспектив, виявлення, перевірка і реалізація можливостей особистості в її досягненні, побудова відповідної стратегії життя, що в свою чергу, впливає на процес соціально-психологічної адаптації учнівської молоді. В наукових працях цих вчених зазначається, що в ході адаптації в учнівської молоді формуються нові особистісні якості – професійне самовизначення, готовність до змін, зумовлених траєкторіями професійної освіти. А також відбувається формування пропедевтичних знань, навичок інформаційної та навчальної культури, самостійної і спільної навчальної діяльності, комунікативних навичок та формування соціально-професійної компетентності. Процес адаптації до нової обстановки прискорюється, якщо особистість попередньо ознайомлена з майбутньою діяльністю, з особливостями даної професії. Для успішної адаптації необхідно вчитися керувати своєю поведінкою в нових життєвих умовах.

Вченими виявлено три критерії адаптованості особистості: інтеграція з середовищем, реалізація особистісного потенціалу, емоційне самопочуття [10].

А. В. Петровський [14] визначив такі критерії адаптованості учнівської молоді:

1. Усвідомлення необхідності засвоєння певної суми знань в обраній спеціальності.

2. Готовність виконувати пропоновані професійно-технічним навчальним закладом вимоги та функції, що відповідають віку і статусу.

3. Забезпечення відповідного емоційного стану майбутнього фахівця, який впливає на результат діяльності. При цьому емоційний стан виступає суб'єктивним індикатором, який відображає відповідність вимогам навчальних закладів;

4. Відсутність частих конфліктів між певними групами учнівської молоді і іншими членами групи.

5. Реалізація учнівською молоддю в оточуючому середовищі і міжособистісних відносинах соціальних і моральних норм, які прийнятні суспільством.

б. Досягнення учнівською групою цілісно-орієнтованої єдності щодо ставлення до навчання, обраної спеціальності і т.п.

Дослідження А. А. Реана, Я. Л. Коломінського [13] свідчать про те, що чим більша активність і мотивація особистості до прагнення досягти певних позитивних результатів у тій чи іншій діяльності, тим нижча емоційна нестабільність, тривожність і її незадоволеність, що є важливими показниками адаптації. І навпаки, чим менш активна особистість, і чим нижчий рівень мотивації особистості до діяльності тим нижча ефективність її адаптації.

Нами виділено наступні етапи професійної адаптації майбутніх фахівців у ПТНЗ:

– формування професійної мотивації щодо оволодіння основними професійними функціями;

– самовизначення з особистісної позиції, формування інтересу до майбутньої професії;

– корекція особистісної і професійної поведінки щодо професійного успіху і професійної самореалізації.

Аналізуючи вищезазначене можна припустити, що адаптаційні процеси у професійній підготовці учнівської молоді у ПТНЗ суттєвим чином впливають на формування професійного здоров'я майбутнього фахівця, подальший професійний саморозвиток особистості, що в свою чергу зумовлює потребу розв'язання наступних наукових завдань, передусім:

– створення гармонічних відносин у навчальному і професійному середовищі;

– регулювання міжособистісних взаємин;

– упередження конфліктності;

– збереження психічного здоров'я, формування емоційно-комфортних позицій особистості;

– забезпечення самопізнання і самокореляції;

– розвиток творчих можливостей і здібностей майбутнього фахівця, підвищення його соціальної і професійної активності;

– створення умов для самореалізації особистості;

– побудова індивідуальної траєкторії професійного розвитку.

Варто наголосити, що в процесі професійної адаптації відбувається формування та ідентифікація "Я" образу, уявлення особистості про себе як про фахівця.

Результати наших досліджень свідчать, що критеріями ефективності формування професійного здоров'я особистості на всіх етапах професійного становлення можуть бути: сприятлива динаміка працездатності, відсутність виражених змін показників здоров'я; психологічна комфортність професійного середовища; поведінкова безпека оточення.

**Висновки.** Таким чином, узагальнюючи вищезазначене, можна дійти висновку, що адаптаційні фактори суттєвим чином впливають на професійне здоров'я учнівської молоді, передусім на:

– рівень пристосованості до нового освітнього середовища, що включає в себе нові види навчальної, виробничої та дослідницької діяльності, що змінюються впродовж навчального процесу у професійно-технічному навчальному закладі, а також прагнення перетворювати їх і займати по відношенню до них активну позицію;

– наявність позитивної навчальної мотивації, як основи для постановки навчальних цілей;

– успішну трансформацію і відтворення набутого професійного досвіду в освіті, розвиток нових особистісних якостей: професійного самовизначення, готовність до професійних змін, навичок інформаційної та навчальної культури, комунікативних навичок;

– гармонійне включення в систему соціальних професійних відносин у тій чи іншій галузі діяльності, прагнення до досягнення результативності у здійсненні професійних дій і функцій, упередження внутрішніх конфліктів, опанування сучасними соціальними і професійними ролями;

– стресостійкість та стабільність в процесі активної взаємодії учнівської молоді з освітнім і професійним середовищем.

Володіння зазначеними параметрами сприяє працездатності майбутніх фахівців і є підставою для формування їх професійного здоров'я в процесі професійної підготовки. Регуляторами цього процесу є такі сфери особистості, як мотиваційна й емоційно-вольова, а також знання, уміння, компетенції, досвід. Формування і збереження професійного здоров'я відбувається головним чином на основі відповідних способів поведінки та забезпечення ефективної професійної адаптації до соціального і професійного середовища.

#### *Використана література:*

1. *Абульханова-Славская К. А.* Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991.
2. *Басовская С. Ю.* Адаптация студентов на начальном этапе подготовки / С. Ю. Басовская // [Електронний ресурс] – Режим доступу : [http://borytko.nm.ru/papers/subject5\\_3/basovskaya.htm](http://borytko.nm.ru/papers/subject5_3/basovskaya.htm)
3. *Бибрих Р. Р.* Мотивационные аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе / Р. Р. Бибрих // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу. – Кишинев, 1990. – С. 17-29.
4. *Васильева О. С., Филатов Ф. Р.* Психология здоровья. Феномен здоровья в культуре, психологической науке и обыденном сознании / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. – Ростов-на-Дону, 2005. – С. 110-186.
5. *Гришанов Л. К., Цуркан В. Д.* Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов / Л. К. Гришанов, В. Д. Цуркан // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов педагогическому процессу в вузе. – Кишинев, 1990.
6. *Кон И. С.* В поисках себя / И. С. Кон. – М. : Политиздат, 1984.
7. *Кондратьева Л. Л.* Деятельность и её субъект / Л. Л. Кондратьева // Психологический журнал. – 1987. – Т. 8. – С. 51.

8. *Лиementаль И. Е.* Психологическая поддержка студентов в период адаптации к образовательному процессу вуза : автореф. ... к.п.н. / И. Е. Лиementаль. – Ставрополь, 2000.
9. *Лисовский В. Т.* Советское студенчество: Социологические очерки / В. Т. Лисовский. – М., 1990. – 304 с.
10. *Макарова А. Н.* Адаптация студентов к профессионально-педагогической деятельности : автореф. ... к.п.н. / А. Н. Макарова. – Нижний Новгород, 2005.
11. *Пакулина С. А.* Адаптационные способности студентов педагогического вуза: структура, факторы, средства развития : автореф. ... к.п.н. / С. А. Пакулина. – Челябинск, 2004.
12. *Петровский А. В.* Проблема развития личности с позиций социальной психологии / А. В. Петровский // Вопросы психологии. – 1984. – № 4. – С. 15-30.
13. *Реан А. А., Коломинский Я. П.* Социально-педагогическая психология / А. А. Реан, Я. П. Коломинский. – СПб., 1999. – 413 с.
14. *Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А.* Психология адаптации личности : учебно-научное издание / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб. : Медицинская пресса, 2002. – 352 с.
15. *Рогинская Т. И.* Психическое здоровье студентов / Т. И. Рогинская // Психология здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб., 2006. – С. 470-475.

***ПАВЛОВ Ю. О. Адаптационные процессы в профессиональной подготовке относительно формирования профессионального здоровья будущих специалистов в ПТНЗ.***

*В статье подчеркивается, что адаптационные факторы существенным образом влияют на профессиональное здоровье учащейся молодежи, прежде всего это: приспособленность к новой образовательной среде, наличие положительной учебной мотивации, успешная трансформация и воспроизведения приобретенного профессионального опыта в образовании, развитие новых личностных качеств: профессионального самоопределение, готовность к профессиональным изменениям, навыков информационной и учебной культуры, коммуникативных навыков, гармоничное включение в систему социальных и профессиональных отношений, наличие стрессоустойчивости и стабильности в процессе активного взаимодействия учащейся молодежи с образовательной и профессиональной средой.*

***Ключевые слова:*** адаптационные факторы, учащаяся молодежь, мотивация, образовательная среда, профессиональная среда, стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность

***PAVLOV YU. O. Adaptation processes in professional preparation in relation to forming of professional health of future specialists.***

*The article notes that the adaptive factors materially affecting the health professional school students, primarily are: adaptability to the new learning environment, the presence of a positive learning motivation, successful transformation and reproduction gained professional experience in education, development of new personality traits: Professional self-commitment to professional changes, information and skills training culture, communication skills, harmonious inclusion in the social and professional relationships, the presence of stress and stability in the active interaction of students with educational and professional environment.*

***Keywords:*** adaptive factors, students, motivation, learning environment, professional environment, stress emotional stability