

## **DETERMINANTELE ADAPTĂRII PSIHOSOCIALE A ADOLESCENȚILOR LA SISTEMUL DE INSTRUIRE UNIVERSITAR**

***Elena PUZUR***

*Catedra Psihologie*

Psychological adaptation of students to a system of university education is a complicated and multilateral process which requires immediate consideration. It is important to analyze all the factors of students' adaptation / non-adaptation to new conditions.

The process of adaptation depends on:

- 1) one's capability to get adapted to changes and new conditions which are supposed to exist in the system of education
- 2) capability of the system itself to get changed in its turn, or to offer the students the best possible conditions for adaptation.

Specificul abordării multidirecționale a problemei adaptării umane descris în literatura de specialitate reiese din complexitatea acestui proces.

F.B. Berezin consideră adaptarea drept un mijloc de studiere a omului în integritate, pe când V.V. Bogoslovski definește adaptarea ca proces de ajustare a unui organism la mediu, de acomodare a sensibilității analizatorilor sub influența stimulilor externi.

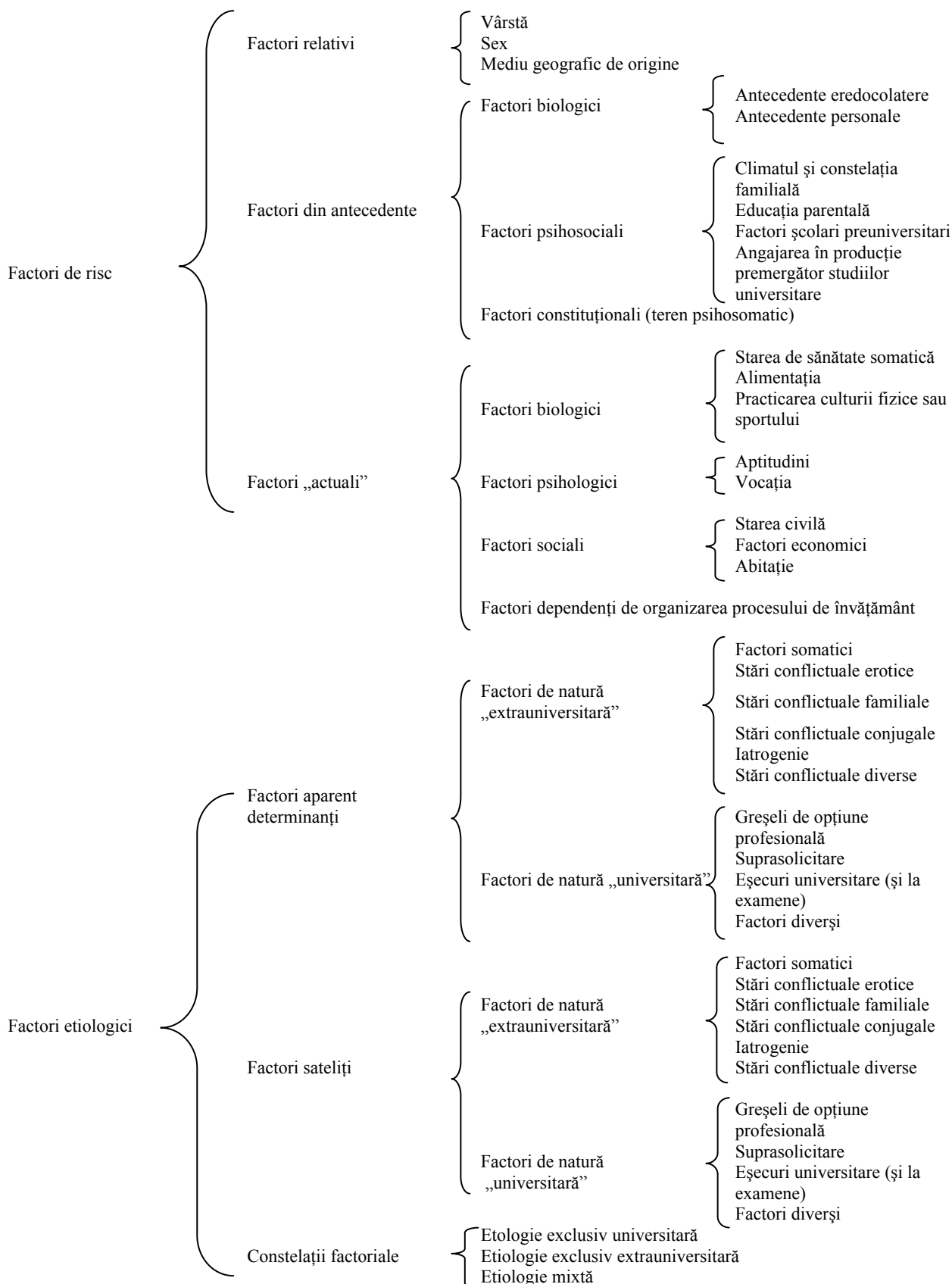
Noțiunea de „adaptare” poate avea diferite sensuri, în dependență de contextul (biologic sau social) abordat într-o cercetare concretă.

În opinia lui V.V. Lagherev, conținutul adaptării este determinat de existența a trei componente: socială, psihologică și acțională. Componenta socială reflectă schimbarea statutului social al studentului, al cercului și conținutului comunicării acestuia, necesitatea reorientării trebuințelor și a sistemului de valori, necesitatea autoreglării flexibile a comportamentului său, aspirația spre o autoafirmare în colectivul care se formează în cadrul grupei academice; asimilarea normelor și tradițiilor caracteristice instituției superioare sau a celor care corespund particularităților profesiei alese. Componenta psihologică reflectă schimbarea și restructurarea gândirii și a limbajului studentului conform cerințelor și particularităților instruirii profesionale; suprasolicitarul rolului funcțiilor psihice; mărirea tensiunii emoționale; diagnosticarea și exersarea voinței; realizarea predispozițiilor și aptitudinilor. Componenta comportamentală reflectă acomodarea studenților la noi solicitări psihofiziologice, la un nou ritm al vieții, la noi metode și forme de lucru; familiarizarea cu activitatea de învățare încordată pentru depășirea „exploziei informaționale” specifice și individuale, iar la unii studenți și contradicțiile dintre interesele personale și fixarea incorectă a montajului social în vederea realizării profesionale.

Studiul adaptării studenților în complexitatea procesului social real în care se realizează aceasta, implică lichidarea unilateralității manifestată uneori când se analizează doar modificările factorului ce se adaptează.

Unii autori de specialitate elucidează și factorii dezadaptării. Așadar, autorul român O. Ieniștea a efectuat o încercare de a grupa factorii de risc și cei etiologici ai adaptării/dezadaptării studenților, caracterizând fiecare dintre acești factori.

**Factorii dezadaptării nevrotice la studenți**



În literatura de specialitate se menționează că optimizarea procesului de adaptare depinde de următoarele:

- 1) capacitatea subiectului ce se adaptează de a se schimba în funcție de condițiile sistemului la care urmează să se adapteze;
- 2) capacitatea sistemului de a se schimba, la rândul său, pentru a oferi subiectului condiții cât mai bune de adaptare.

În acest context, este necesar a menționa că unele condiții în care se desfășoară studiul individual în căminul de studenți, unde intervin poluarea fonică, diferențele caracterial-educative ale tinerilor și cele ale orarului de lucru al colocatarilor, uneori lipsa sălilor de lectură, climatul generat de relațiile interpersonale din cadrul microgrupului, iar în familie atitudinea părinților față de activitatea tânărului, condițiile psihologice și de mediu pe care i le oferă, influențează substanțial tensionarea sa psihică deja foarte ridicată din cauza îngustării sferei preocupărilor și sedentarismului, precum și din cauza prospectării unui risc de eșec disproporționat care influențează procesul de adaptare.

Toți factorii care influențează asupra reușitei procesului de adaptare a studenților la activitatea de învățare sunt împărțiți de către N.D. Kibrik și V.M. Kușnariiev convențional în factori de personalitate, ce constau din componente emoționale și intelectuale, care alcătuiesc profilul psihologic al personalității instruite în universitate, și în factori psihologici și somatogeni. În cadrul activității științifice ei descriu două tipuri de influențe importante pentru personalitate. La primul tip se referă influențele ce au pentru personalitate un caracter negativ, dar provoacă compătimiterea celor din jur: decesul apropiatului, pierderea unei persoane iubite, înșelarea etc. Indiferent de influențele psihotraumatice, asemenea psihogenii nu sunt trăite de personalitate în singurătate, ci împreună cu cineva, ceea ce determină crearea unui microclimat "protector". La tipul doi de influențe psihogene negative, ce au un rol mai mult psihotraumatizant, se referă faptele și situațiile apreciate negativ de către grupul social din care face parte studentul: conflictele personale și intime la care autorii atribuie, în primul rând, viața intimă până la căsătorie, graviditatea nedorită, infectarea cu boli venerice. De altfel, David Seil consideră că în etapa studiilor universitare conflictele psihologice majore cu care se confruntă tânărul ar fi patru:

- integritatea reușită (identitate cristalizată-integritate slabă (identitatea difuză Erikson));
- independență-dependență;
- intimitate-izolare;
- realizare sexuală-abstinență.

Cu alte cuvinte, apariția unor stări conflictuale cu familia poate avea drept cauză: structura familiei, atitudinea afectivă și comportamentul educațional al părinților față de student, structura temperamental-caracterială a tânărului (J.Piaget) și procesul de maturizare a personalității sale, care implică în special rezolvarea conflictului independență-dependență. Întrucât o influență asupra adaptării studenților o au și alți factori, trebuie recunoscut că o astfel de descriere are un caracter unilateral.

E de menționat că studenții moderni întâmpină dificultăți în procesul de adaptare psihosocială la sistemul de instruire universitar, acesta având o structură complexă, axat în marea majoritate pe acumularea de cunoștințe, priceperi și deprinderi. Astfel, personalitatea studentului rămâne în umbră.

Una dintre condițiile de susținere și dezvoltare a personalității studentului în perioada includerii în sistemul universitar o constituie consilierea psihologică.

Cu părere de rău, la etapa actuală școala generală nu dispune de posibilități de consiliere psihologică a elevilor la diferite etape de dezvoltare. Cu atât mai mult, și pedagogii nu reușesc îndeajuns să comunice cu elevii pe diferite tematici extracurriculare și, mai cu seamă, în problemele orientării profesionale. Aceste situații creează dificultăți în procesul de dezvoltare a personalității elevului, a orientării conștiente spre selectarea unei specialități de viitor.

În situația creată, adolescenții ce se încadrează în studiile universitare întâmpină un șir de dificultăți din diferite motive:

- necunoașterea conținutului activității pedagogului;
- necunoașterea cerințelor față de personalitatea pedagogului;
- lipsa aptitudinilor de stabilire a relațiilor interpersonale în grup;
- lipsa aptitudinilor de formare a grupului;
- dificultăți în exprimarea opiniilor, în manifestarea potențialului și aptitudinilor sale.

Analizând problemele prioritare cu care se confruntă studenții în prima etapă de adaptare la integrarea în mediul universitar, s-a propus organizarea consultațiilor psihologice pentru studenți. Consilierea psihologică individuală s-a organizat pe baza rezultatelor obținute în urma diagnosticării. La această etapă am determinat că aproximativ 78,6% din studenții anului I nu sunt orientați spre specialitățile de profesor școlar, 44% nu dispun de informații privind conținutul specialității alese, 36% studenți au informații superficiale despre condițiile de lucru și cerințele față de activitatea pedagogului. Problemele cu care se confruntă studenții anului I de studiu sunt determinate de nivelul autoaprecierii și aspirațiilor; motivația activității de învățare; stereotipurile comportamentale și de învățare; nivelul competențelor comunicative și a deprinderilor de comportare în situațiile de conflict; strategiile pe care le adoptă studentul în situațiile de rezolvare a problemelor. În cadrul consilierii a fost determinat nivelul de informare a studentului privind profesia și specialitatea aleasă; nivelul de corespundere dintre manifestările profesiei pe care a ales-o și interesele, aptitudinile personale; s-au depistat motivele ce l-au influențat pe student să-și aleagă profesia și specialitatea dată.

Profesorilor și curatorilor de grupă li s-a recomandat să organizeze activități cu studenții atât în cadrul orarului academic, cât și în afara lui. Procesul de implicare a studentului în astfel de măsuri a dezvoltat și a optimizat activitatea comunicativă în cadrul grupului. Procesul consilierii a prevăzut ca profesorii de curs și curatorii de grup să se axeze în cadrul activităților cognitive și comunicative pe „capacitățile și meritele ascunse” ale studenților care întâmpină dificultăți în cadrul procesului de adaptare.

Au fost incluse la toate facultățile din cadrul universității mai multe ore practice, seminare la cursul Arta comunicării sau Bazele comunicării.

Procesul consilierii a prevăzut informarea studenților la nivelurile comunicării în care se încadrează ei: comunicarea intrapersonală; comunicarea interpersonală; comunicarea de grup; comunicarea publică; comunicarea de masă.

Procesul de comunicare a studentului a fost orientat spre realizarea funcțiilor de înțelegere și cunoaștere; dezvoltare a unor relaționări consistente cu ceilalți; influență și persuasiune.

Susținerea studenților în procesul de consiliere a fost organizat în etape:

- susținerea emoțională care include înțelegere reciprocă, empatie, consolidarea începuturilor pozitive;
- acordarea ajutorului în rezolvarea problemelor;
- susținerea socială din partea persoanelor care garantează sentimentul de siguranță, stimularea activității individului.

Procesul de consiliere a studenților a inclus următoarea structură:

- a) stabilirea relației apropiate cu studentul și implicarea acestuia în procesul de rezolvare a propriilor probleme;
- b) identificarea, clarificarea problemei și stabilirea obiectivelor;
- c) determinarea și analizarea alternativelor posibile de soluționare a problemei;
- d) culegerea de informații relevante;
- e) analiza implicațiilor care decurg din informațiile culese și a consecințelor care derivă din diverse alternative posibile;
- f) clarificări privind sistemele de valori care stau la baza opțiunilor personale;
- g) reexaminarea obiectivelor, soluțiilor alternative, a riscurilor și consecințelor acestora;
- h) decizia cu privire la una dintre alternative și formularea unui plan de acțiune pentru a atinge obiectivul propus;
- i) generalizarea celor învățate împreună cu psihologul privind noile situații de viață;
- j) testarea planului elaborat pe baza unor reevaluări periodice realizat conform noilor informații acumulate și ținând seama de posibilele modificări ale împrejurărilor existente.

Pentru consiliere au fost selectați 20 de subiecți care manifestau dificultăți în procesul de adaptare. În cadrul activităților de lucru au fost propuse și realizate discuții privind condițiile de stabilire a relațiilor interpersonale; modalități de realizare a intereselor, aspirațiilor, aptitudinilor; diverse modele de comunicare, s-au accentuat necesitățile de intensificare a cursului comunicării; activități de dezvoltare a nivelului de autoapreciere; informarea privind activitatea profesională a pedagogului, inclusiv analiza psihogramei pedagogului.

Procesul de consiliere s-a axat pe un model de antrenare și formare a deprinderilor fundamentale care au drept scop soluționarea dificultăților personale și profesionale și stau la baza unei adaptări eficiente. Armonios acordate cu legile naturale ale creșterii, modelul permite o dezvoltare în etape integrate a eficienței personale

și interpersonale, un demers progresiv, printr-un continuum de maturizare, de la dependență la independență, de la independență la interdependență. Activitatea de consiliere a fost planificată în concordanță cu conținutul fiecărei deprinderi: deprinderea 1: a fi proactiv; deprinderea 2: a începe cu gândul la final; deprinderea 3: a da prioritate priorităților; deprinderea 4: a gândi câștig/câștig; deprinderea 5: a căuta mai întâi să înțelegi și numai apoi să fii înțeles; deprinderea 6: fii sinergic; deprinderea 7: dezvoltă-te continuu. Antrenarea și formarea deprinderilor au fost grupate pe blocuri: 1, 2, 3 – dezvoltarea stăpânirii de sine; 4, 5, 6 – antrenarea interdependenței efective (munca în echipă, cooperarea și comunicarea în grup); 7 – dezvoltarea deprinderii de evoluții continue, capacității de a produce. Procesul de consiliere a avut drept scop educarea la studenți a rezistenței și flexibilității, indici ai adaptării eficiente. S-a atras atenția asupra educării comunicării empatică ca abilitate de bază în formarea specialistului pedagog. În acest scop, s-a lucrat după următorii pași: educarea ascultării empatică; antrenarea capacităților de stabilire a diagnosticului situației, studentului; educarea deprinderilor de înțelegere și percepție a situației, a interlocutorului; conștientizarea necesității de a fi înțeles.

Consilierea a provocat schimbări în perceperea și conștientizarea scopului ce ține de activitatea de învățare în instituția superioară; sesizarea necesității dobândirii profesiei alese; manifestarea diferitelor competențe comunicative și organizatorice; promovarea diferitelor modele de comportament specifice situațiilor sociale concrete. Toate aceste influențe au condiționat pe parcurs optimizarea procesului de adaptare.

**Bibliografie:**

1. Ieniștea O. Reflectarea greșelilor de orientare și opțiune profesională în psihopatologia adaptării studentului. Comunicare la Sesiunea științifică cu tema "Adaptare și integrare în mediul industrial". - Câmpulung Moldovenesc, 1977.
2. Ionescu G. Modalități ale adaptării psihice // în „Probleme fundamentale ale psihologiei” (coord. Zorgo B.). - București: Editura Academiei R.S.R., p.317-330.
3. Moscovici S. Psihologia socială a relațiilor cu celălalt. - Iași: Polirom, 1998.
4. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психология высшей школы. -Минск: Изд-во БГУ, 1981. -383 с.
5. Модорская С.М. Проблема социальной адаптации студентов к учебному процессу. Дисс. на соиск.учен.степ. канд.пс.наук. - Минск, 1996.
6. Проблемы адаптации студентов младших курсов к условиям вуза / ред. Л.И.Рувинский. - Москва: МГУ, 1980. - 143 с.

*Prezentat la 27.10.2007*