МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет физико-математических и естественных наук

Кафедра «Общая биология и биохимия»

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Магистерская программа Биологическое образование

Форма обучения заочная

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

на тему:

«ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ ОБУЧЕНИЯ В МЕДКОЛЛЕДЖЕ»

Студент _____ Захарова Арина Сергеевна

Руководитель _____ Сугробова Г.А.

Рецензент _____ Кадушкина Л.А.

Нормоконтролер _____ Клыченков С.В.

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 21.02.24 № 8)

Заведующий кафедрой _____ Карпова Г.А.

Работа защищена с отметкой отлично

(протокол заседания ГЭК от 21.02.24 № 3)

Секретарь ГЭК _____ Клыченков С.В.

Пенза, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ ... 3
ГЛАВА 1. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ ... 5
1.1. Психолого-педагогические особенности профессионального обучения студентов с ОВЗ, барьеры социально-профессиональной адаптации в системе СПО ... 5
1.2. Социально-профессиональная адаптация обучающихся с ОВЗ в профессиональных образовательных организациях в условиях инклюзивного образования ... 11
1.3. Современные социально-экономические проблемы профессионального обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья ... 15
1.4. Адаптация студентов к условиям обучения в СПО ... 18
1.5. Влияние мотивации на учебную деятельность студентов ... 24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ... 27
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ... 31
3.1. Результаты проведения соответствующих методик ... 31
3.2. Пути снижения влияния факторов риска на адаптационные механизмы обучающихся ... 45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ ... 48
СПИСОК ЦИТИРУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ... 50
ПРИЛОЖЕНИЕ ... 55

ВВЕДЕНИЕ

Изучение адаптации человека становится все более актуальным из-за возрастающего числа стрессовых факторов, которые влияют на процесс адаптивного приспособления. Успешная учебная деятельность, сохранение физического и психического здоровья зависит от успешности адаптации человека к жизни.

В последнее время актуальность проблемы еще больше возросла из-за перехода РФ к усложненной системе образования, предполагающей увеличение доли самостоятельных работ и методов познания уже на первом этапе обучения (на начальном уровне). Все это дает возможность прогнозировать, как будет развиваться процесс адаптации, а значит, и необходимость изучения этого феномена.

Подготовка к обучению в средне-профессиональном учебном заведении является сложным процессом, который характеризуется значительными изменениями различных факторов и, прежде всего, учебными нагрузками. Особенно остро эта проблема стоит в условиях инклюзивного образования.

Объем и интенсивность нагрузок часто становится причиной нарушений психологической устойчивости и физического функционирования организма, уже имеющего сниженный потенциал здоровья. Так в период первого семестра первокурсников у большинства студентов наблюдается расстройство обоих отделов вегетативной нервной системы, и, следовательно, функционального состояния.

Целью нашего исследования стало: выявить особенности адаптации относительно здоровых первокурсников и студентов 1 курса с ОВЗ ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава РФ к условиям учебного процесса.

Объект исследования: процесс обучения первокурсников в медколледже.

Предмет исследования: адаптация здоровых первокурсников с ОВЗ к обучению в ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава РФ.

Гипотеза исследования выражена в предположении о том, что процесс адаптации первокурсников с ОВЗ будет более эффективным, если будут учитываться особенности их адаптационных механизмов, учебная мотивация и стрессоустойчивость.

В соответствии с поставленной целью и выдвинутой гипотезой определены следующие задачи исследования:

1. Подбор и анализ учебной, научной, справочной литературы по теме: «Особенности адаптации первокурсников с ограниченными возможностями здоровья в условиях обучения в медколледже»;
2. Поиск и отбор методов и методик, а также организация экспериментального исследования;
3. Проведение исследовательской работы, сбор её результатов;
4. Анализ полученных данных и формулирование выводов.
5. Поиск путей снижения влияния факторов риска на адаптационные механизмы обучающихся в условиях колледжа.

Для решения поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы были использованы следующие методы исследования:

– теоретические: анализ педагогической, психологической литературы и интернет-ресурсов по проблеме исследования;

– практические: изучение и обобщение педагогического опыта, наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент; математические:

– статистическая обработка экспериментальных данных, графические и табличные интерпретации результатов эксперимента.

Глава 1. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

1.1. Психолого-педагогические особенности профессионального обучения студентов с ОВЗ, барьеры социально-профессиональной адаптации в системе СПО

Инвалиды (лица с ОВЗ) – это общий термин, определяющий людей, имеющих некоторые ограничения в психическом или физическом здоровье и/или развитии, нуждающихся в специальных условиях обучения.

При обучении учащихся с ограничениями здоровья следует учитывать психофизиологические особенности, к которым относятся:

1. Низкая способность к приему, обработке и сохранению информации;
2. Затруднения в выражении мыслей;
3. Гистерезис опорно-двигательного аппарата;
4. Повышенная утомляемость;
5. Слабо развитое внимание.

Психолого-педагогические индивидуальные особенности студентов с ОВЗ требуют наличия специальных условий для учебной деятельности, которые включают в себя изменение в особенностях преподавания профессиональных дисциплин и коррекционно-развивающих блоков (Рисунок 1).

Особенности студентов с ОВЗ требуют корректировку профессионального образования для успешного освоения, роста, самореализации учащегося в жизни и выбранной ими профессии.

Трудности в адаптации учащихся с ОВЗ встречаются во всех образовательных организациях, практикующих инклюзивное обучение. При возникновении трудностей важно учесть, что является основным барьером в обучении, принимая во внимание главные потребности студента [13, 21, 23].

Рисунок 1. Средства технической реабилитации, применяемые в зависимости от типа заболевания, приводящего к инвалидности.

В настоящее время инклюзия доступна для многих образовательных организаций. Различные трудности и барьеры возможно преодолеть самостоятельно, здесь, главное понять, что материальная основа организации – это не главное составляющее.

В рамках инклюзивного образования особое внимание уделяется:

– самостоятельной работе студентов;

– выполнению практических заданий и проектов;

– организации практики на специально организованных площадках для студентов с инвалидностью;

– созданию и использованию портфолио для студентов с ОВЗ и инвалидностью;

– применению информационно-коммуникационных технологий;

– использованию интерактивных методов обучения [43, 44, 47].

ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава России имеет большой опыт работы со студентами с ОВЗ, к ним относятся следующие ограничения: слабовидящие, слабослышащие, с нарушениями опорно-двигательного аппарата и соматическими заболеваниями.

При изучении характеристики студентов мы определили несколько психолого-педагогических групп.

У студентов, испытывающих проблемы с опорно-двигательным аппаратом, часто наблюдаются такие симптомы, как паралич и деформации опорно-двигательного аппарата, которые, в свою очередь, ограничивают их подвижность и перемещение. Несмотря на эти проблемы, эти студенты обладают вдохновляющей решимостью успешно завершить свое образование.

К сожалению, существенной помехой для этих студентов является отсутствие доступной инфраструктуры в учебных заведениях. Они испытывают трудности из-за отсутствия специальных средств передвижения и сталкиваются с трудностями при перемещении по корпусам колледжей. В результате эти студенты могут чувствовать себя исключенными из процесса социализации в колледже.

Кроме того, существует тревожный дефицит понимания и поддержки со стороны общества. Студенты с проблемами опорно-двигательного аппарата сталкиваются с дискриминацией не только со стороны сверстников, но и со стороны преподавателей. Такое несправедливое отношение способствует стрессу и негативно сказывается на их самооценке. Существует четкая

потребность в инклюзивной культуре, которая поможет преодолеть стереотипы и обеспечить равные возможности в образовании.

Тем не менее, студенты с проблемами опорно-двигательного аппарата продолжают демонстрировать высокую мотивацию и усердие в учебе. Достижения в их академической деятельности показывают, чего они могут добиться, если им предоставить необходимые возможности и условия для личностного роста [7, 62].

Одновременно с этим увеличилось число студентов с нарушениями слуха и речи, стремящихся к успеху в различных областях, таких как культурные и спортивные мероприятия. Эти студенты демонстрируют сильную волю и желание преодолеть трудности в обучении.

Широкая поддержка студентов с нарушениями имеет первостепенное значение. Они настаивают на использовании специальных методов обучения и материалов, сотрудничестве с логопедами и другими специалистами, обеспечивая инклюзивное образование и развитие.

Однако существуют проблемы с обеспечением доступности учебных материалов для учащихся с нарушениями слуха. Для таких учеников необходимы специальные аудиозаписи, субтитры к видеоматериалам, слуховые аппараты, устройства костной проводимости, а также специализированные программы для улучшения коммуникации [43, 47, 49].

Наконец, студенты с проблемами речи часто сталкиваются с трудностями в произношении и выражении мыслей, что еще больше подчеркивает необходимость адекватной поддержки и понимания для обеспечения инклюзивной образовательной среды.

Для них очень важно посещать занятия с речевым терапевтом, который помогает им развивать и улучшать их речевые навыки. Они также могут использовать различные средства общения, например, голосовые активаторы, чтобы выразить свои мысли.

Однако, несмотря на все сложности, студенты с нарушениями слуха и речи демонстрируют высокие результаты в своей учебной деятельности.

Многие из них становятся отличниками, активно участвуют в научных работах и социальных проектах. Они успешно строят карьеру после окончания обучения.

Важно отметить, что учащиеся с ОВЗ по слуху и речи имеют первостепенное значение в образовательной среде. Студенты данной группы показывают хорошие способности в совладении трудностей и достижении не плохих результатов в учебной деятельности [3, 17, 33].

Инновационные технологии и поддержка социального общества используются для оказания помощи слабовидящим студентам в преодолении возникающих проблем учебной деятельности.

Учащимся вводятся специальные устройства и программы, позволяющие получать новые знания, а также использовать их в профессиональной деятельности. Данным образом студенты не только получают новые знания, но и само развивают свои способности [2, 4].

Студенты с нарушениями зрения также сталкиваются с большими трудности в процессе обучения, но важно отменить что они стараются пройти все сложности и достичь своих учебных целей. Данный факт указывает на то, что учебная деятельность студентов может быть успешной при правильном обеспечении социальной поддержки и предоставлении первостепенных условий среды.

Учитывая инновационное развитие технологического обеспечения, студенты с данными отклонениями имеют возможность в хорошей учебной деятельности и преодолении всех существующих образовательных трудностях.

Инновационные программы адаптируют студентов в прослушивании преподаваемых дисциплинах, которые имеют возможность в модификации тексов. Студенты имеют возможность проговаривать текст, не используя клавиатуры ПК. Данные технологии помогают учащимся в выполнении различных учебных заданий, с которыми они могут справится не хуже своих однокурсников.

Помимо технических средств, помощь также зависит от преподавательского состава и административных сотрудников образовательной среды.

Важно обеспечить аудиторию и библиотеки специализированным оборудованием, чтобы обеспечить учебную среду, способствующей реализации знаний. Работая вместе, мы можем гарантировать, что к учащимся, независимо от их визуальных способностей, относятся справедливо и инклюзивно [39, 48].

Также важно рассмотреть соматические заболевания студентов, которые отражаются на физическом, психологическом и эмоциональном здоровье.

Не мало важным является продолжительность болезни или лечении студента, которые нарушают когнитивные функции организма.

В заметку важно отметить, что данные обстоятельства могут повлечь за собой проблемы в психическом развитии, снижение концентрации и памяти.

Авторы отмечают тот факт, что данные группы студентов не проявляют внешних отклонений, но все равно пагубно влияют на учебную деятельность. Причем в процессе познания новых знаний они не требуют адаптированной образовательной среды и специальных инновационных технологий [22, 23, 24].

В современном мире существует много способов, способных помочь студентам справиться с этими сложностями и получить качественное образование.

Выделяется необходимость предоставления студентам с соматическими заболеваниями равных возможностей для приобретения знаний.

Преподаватели должны проявлять понимание и готовность адаптировать процесс обучения, а системы колледжей должны предпринимать ряд мер поддержки для лучшей самореализации студентов.

Одногруппники также могут помогать данным студентам с отклонениями, в выражении помощи при выявлении трудностей в процессе адаптации и реализации учебных навыков. Поэтому студенты с соматическими

отклонениями имеют равные возможности в получении профессионального качественного образования [44, 56, 60].

1.2. Социально-профессиональная адаптация обучающихся с ОВЗ в профессиональных образовательных организациях в условиях инклюзивного образования

Студенты с ограниченными возможностями проходят сложный и процесс социальной и профессиональной адаптации для обеспечения их благополучия в образовательной среде и реализации их профессиональных планов в бедующем.

Хронические заболевания также включены в список физических или психических расстройств, которые могут повлиять на учебный процесс и социальное взаимодействие студентов с ОВЗ.

Одной из ключевых задач социально-профессиональной адаптации студентов с ОВЗ является создание условий для полноценного участия в учебном процессе и развития навыков, необходимых для успешной карьеры.

Должны быть созданы доступные условия для обучения и развития этих студентов, с учетом их индивидуальных потребностей и особенностей [5, 61].

Исполнение равных возможностей для всех студентов с отклонениями аспектов социально-профессиональной адаптации. Данный аспект включает в себя участие в социальных и культурных мероприятиях, спортивных секциях и других внеклассных мероприятиях. Таким образом, подобные действия могут укрепить социальный круг среди студентов, дать возможность развивать новые навыки, улучшить коммуникацию и способствовать реализации всего учебного процесса.

Эффективная адаптация студентов-инвалидов требует поддержки и координации всех сторон, участвующих в образовательном процессе, таких как учителя, органы образования и специализированные службы поддержки студентов [43, 47].

Чтобы каждый студент чувствовал себя важным и узнаваемым членом образовательного сообщества, крайне важно создать пространство инклюзивности и совместного рассмотрения, в котором они могут чувствовать себя свободно вокруг более широкой группы студентов.

Специальные адаптивные программы — это технологии, которые предлагают помощь студентам с ограниченными возможностями, основываясь на их уникальных потребностях [39, 41].

Среди программ - обучение новым навыкам, поддержка в процессе обучения и помощь в поиске работы после окончания учебного процесса.

Социально-профессиональная адаптация студентов с инвалидностью к социально-профессиональному уровню требует развития самостоятельности и осознания новых возможностей.

Приобретение самостоятельных способностей, а также ожидание принятия ответственности за свое академическое и личностное развитие, имеет решающее значение для студентов. Перспективной тенденцией в профессиональном образовании является инклюзивность.

Инклюзивное образование в сфере СПО, приобретает все большую значимость. Его главная задача - создать равные возможности для всех студентов, независимо от их индивидуальных особенностей и способностей, путем предоставления условий для получения знаний, навыков и новых компетенций [25].

Инклюзивное образование начинается с инклюзивного обучения и охватывает всех студентов, в том числе с особыми образовательными требованиями, которые участвуют в образовательной деятельности как средство обеспечения их полного участия.

Область среднего профессионального образования демонстрирует свои уникальные характеристики с точки зрения интеграции. Конечной целью является развитие профессиональных навыков и компетенций у всех студентов, независимо от их физического или психологического состояния здоровья [53].

Включение в СПО направлено на подготовку людей с высококвалифицированными специалистами, которые могут решать профессиональные задачи в современном мире, учитывая разнообразие профориентационных направлений.

Принятие инклюзии в СПО требует комплексного подхода, который зависит от изменений в структуре организации, программном обеспечении управления, кадровой политике и методах обучения преподавательского состава.

Образовательные учреждения создают благоприятную среду для обучения, реализуют новые курсы, разрабатывают адаптированные материалы и нанимают людей на обеспечение поддержки данных студентов. Внедрение инклюзивного образования на основе современных технологий также имеет решающее значение [14, 47].

Программа инклюзивного образования в СПО поощряет развитие индивидуальности, инклюзивности, толерантности, командной работы и навыков общения, а также способствует социальной интеграции и самооценке среди студентов.

Адаптация студента к новой социальной жизни, условиям обучения и учебному времени является важным компонентом достижения успеха в колледжах. Образовательный процесс включает его как важнейший аспект, который требует последовательного подхода и концентрированных усилий.

Выбор правильной специальности является жизненно важным фактором. Успех учебного пути, основанного на профессиональном развитии студента и удовлетворенности карьерой, отражает приоритеты студента и в конечном итоге определяет его решение следовать направлению обучения.

Выбор специальности требует от студента учитывать различные факторы, каждый из которых способствует выбору специальности студента. Первым шагом в выборе специализации является учет интересов и особенностей студента [60].

Качество выбранной области знаний и возможность трудоустройства в этой области также являются важным фактором. Заявитель на ранних этапах своей жизни часто имеет некоторые проблемы с поиском специализированной области обучения и приспособлением к условиям обучения, особенно если они являются инвалидами или нет.

Образовательной организации важно помогать абитуриентам в правильном выборе профессии. Необходимо проводить психологические диагностики, которые учитывают индивидуальности и способности всех студентов. Данные диагностики реализуют успешную учебную деятельность в течении всего процесса обучения [34, 56].

Среднее профессиональное образование уделяет больше внимания индивидуализации образования, а также индивидуализированному характеру деятельности студентов.

Адекватность опроса студентов с ограниченными возможностями и инвалидностью дает возможность создавать специальные программы, направленные на улучшение обучения студентов с ОВЗ. Поддержка в обучении таких студентов выходит за рамки образовательных программ.

Предоставление коррекционных и развивающих групп и работа с родителями и близкими, предоставление консультаций и поддержки психологического состояния студентов имеют обязательное требование в профориентационной работе.

Комплексная поддержка характеризуется совместными усилиями всех участников образовательного процесса, направленные на создание условий, способствующих успешной социализации инвалидов в профессиональном образовании. Работа в значительной степени зависит от поддержки, оказываемой такими специалистами, как учителя-психологи, социальные педагоги, специальные учителя, медицинские работники и преподаватели учебных заведений СПО [6, 19].

Поддержка выпускников с ОВЗ во время их трудоустройства и адаптации на рабочем месте является важной задачей. Вступая в

профессиональную деятельность, выпускники с ОВЗ и инвалидностью часто сталкиваются с рядом проблем. Одной из основных является сложность трудоустройства.

Специфика инклюзии профессионального образования в ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава России учтена в реализации модели организации образовательной деятельности студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью [44, 46].

1.3. Современные социально-экономические проблемы профессионального обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья

Получение качественного образования не только имеет решающее значение для развития личности, но и прокладывает путь к успешной интеграции в общество, активному участию в политической жизни и жизненно важному экономическому вкладу на государственном уровне.

Одной из главных стратегических целей государственной политики в области образования является расширение доступа к качественному образованию в соответствии с потребностями инновационного экономического развития, современными требованиями общества и предпочтениями отдельных граждан [45, 47].

Конкурентоспособность национальной экономики в значительной степени зависит от качества услуг, предлагаемых рабочей силой, уровня ее профессионализма, социализации и совместных усилий.

Таким образом, важная задача заключается в разработке политики, призванной гарантировать доступ к высококачественному образованию и способствовать успешной профессиональной адаптации студентов.

Дополнительный акцент делается на решении проблем, возникающих при профессиональном обучении, и интеграции социально уязвимых групп,

таких как молодые люди с ограниченными возможностями и другие люди с ограниченными трудовыми способностями.

Система профессионального образования в современном обществе служит важнейшим инструментом поддержки студентов с ограниченными возможностями и ограничениями по здоровью, способствуя их ассимиляции в профессиональной сфере.

Текущая ситуация свидетельствует о заметном отсутствии систем профориентации для учащихся с ограниченными возможностями.

Такие учащиеся крайне нуждаются в ориентации на выбор специализации в рамках среднего профессионального образования в соответствии с их потенциалом и возможностями [58].

Более того, наблюдается явный недостаток или полное отсутствие специальных условий для проведения профориентационной работы и обучения молодых людей с ограниченными возможностями. Выбор специальностей учащимися с ограниченными возможностями часто является стереотипным, что может ограничить их образовательные и профессиональные перспективы. Это подчеркивает необходимость введения более разнообразного выбора и ориентации на него.

Отсутствие адекватного сотрудничества с региональными работодателями и образовательными организациями в отношении выбора специальностей в СПО - еще одна насущная проблема, требующая решения. Это приводит к несоответствию между способностями учащихся и текущим рыночным спросом, тем самым увеличивая разрыв в возможностях трудоустройства для учащихся с ограниченными возможностями.

Кроме того, ситуация усугубляется недостаточной профессиональной компетентностью педагогов в области профориентации учащихся с ограниченными возможностями. Повышение квалификации преподавателей в этой области имеет первостепенное значение для лучшей поддержки учащихся и оказания им помощи в принятии обоснованного решения относительно их карьерного пути [11, 15, 20].

Необходимость серьезного внимания и разработки эффективных мер для преодоления указанных проблем неизбежна.

У создания безбарьерной и безопасной среды в процессе профессионального обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья есть свои трудности.

Россия уже подписала и ратифицировала «Конвенцию о правах инвалидов», которая ставит целью полное и эффективное включение инвалидов в общество, соответствующие изменения для искоренения дискриминации по причине инвалидности и создание доступной среды. В соответствии со Статьей 9 этой Конвенции, государства-участники обязуются принять приемлемые меры для того, чтобы инвалиды имели равный доступ к физической среде, транспорту, информации и связи, включая информационно-коммуникационные технологии и системы, а также Конвенция подразумевает доступность других объектов и услуг в различных районах, городских и сельских.

Однако, чтобы реализовать и достичь поставленных целей, существуют проблемы в координации и взаимодействии между разными органами и структурами, ответственными за создание доступной среды. Такие сложности могут затруднить полную реализацию и достижение поставленных целей.

Несмотря на это, за последние годы был достигнут значительный прогресс в обеспечении доступности для лиц с ОВЗ. Множество объектов уже были адаптированы под их потребности, специальные образовательные программы были введены, а также были разработаны соответствующие технические стандарты и законодательные нормы [57, 64].

Однако, еще предстоит множество работы для достижения полной доступности среды для всех. Для этого требуются не только финансовые вложения, но и системная работа, обмен опытом и сотрудничество со всеми заинтересованными сторонами.

Только объединив силы, мы сможем достичь истинной инклюзии и создать общество, в котором каждый человек имеет равные возможности и права.

Проанализировав данные авторов, нам хочется от метить, что в данной случае важно расширение в объемах и новизна методического указания и технического обеспечения учебной среды в СПО. Для данных групп студентов присутствует необходимость в адаптирование под их индивидуальность специальные образовательные программы в соответствии специальности.

Из-за отклонений в здоровье, многие студенты не имеют возможности в посещении занятий в очной форме, поэтому важно внедрить в образовательную среды дистанционное обучение. Данная новизна позволит студентам получить все необходимые знания по их будущей профессии.

Важным является подбор и реализация учебных пособий, которые учитывают все особенности здоровья учащихся. Необходимым является также тот акт обеспечения доступа печатных пособий и электронной библиотеки, которые также адаптированы под студентов с ограниченными признаками здоровья [6, 7, 20].

1.4. Адаптация студентов к условиям обучения в СПО

В процессе познавательной деятельности студенты с ОВЗ испытывают трудности из-за умственной нагрузки, т.к. усваивают в процессе обучения огромное количество профессиональных знаний. Также процессе обучения учебная среда развивает эмоциональную и интеллектуальную сферу студентов.

Поступление в СПО является важным этапом в жизни каждого студента, которая приводит к изменениям в функциональных операциях организма, для адаптационного процесса в неизвестной образовательной среде.

Адекватная адаптация необходима для студентов, которые сталкиваются новыми требованиями образовательной среды. Положительная

адаптация тесно связана как с психологической индивидуальностью, так и с физиологической особенностью индивида.

Адаптационному процессу мешает научная новизна, эмоциональные перепады в периоды тестирования знаний, а также плохая физическая энергия студента [38, 58].

В подростковом периоде жизни студенты находятся на этапе становления личности, в связи с этим процесс адаптации различен на всех этапах учебной деятельности в СПО.

При окончании образовательного учреждения студенты также сталкиваются с социальными и психологическими трудностями, поэтому так важно поддерживать данных групп студентов на всех этапах обучения.

Как уже отмечалось выше, адаптация тесно взаимосвязана со здоровьем студентов. Необходим поиск повышения состояния физиологической особенности, которая включает в себя профилактику болезней, связанных с условиями образовательной среды.

Психодинамические черты студентов должны быть изучены и интегрированы в понимание их мотивационного, эмоционального и интеллектуального развития, чтобы облегчить психологическую процесс адаптации.

При полном исследовании данных групп студентов отмечается, что важно рассматривать широкий спектр психологических и социальных факторов, которые охватывают разграничение навыков, формирование привычек, мотивационные тенденции, черты темперамента и способность к обучению.

Кроме того, личные качества студентов должны быть изучены в различных контекстах, включая ситуации высокого давления, такие как экзамены. Приобретение знаний об этих адаптивных способностях служит ценным инструментом для воспитания в студентах силы воли и творческой мотивации к обучению [42, 48, 55].

Внутренние черты личности неотъемлемо влияют как на психические, так и на физиологические функции высшего порядка. Поэтому становится жизненно важным определить те личностные качества, которые способствуют психической адаптации, повышают академическую успеваемость, улучшают качество образования на индивидуальной основе, а также выявить те черты, которые потенциально могут привести к эмоциональному дискомфорту, чрезмерной усталости и невротическим симптомам.

Социальная адаптация включает в себя различные элементы, в том числе изменения в социальной среде, финансовые проблемы, высокие стандарты и ожидания, а также переживания, связанные с изоляцией и одиночеством.

Чтобы преуспеть в колледже, студенты должны справиться с этими факторами, что требует внимания к эмоциональному и психологическому здоровью. Сильные сети поддержки, такие как учителя, семья и друзья, а также доступ к психологической помощи и ресурсам могут существенно помочь справиться с этими аспектами адаптации и способствовать успеху как в учебе, так и в личной жизни [48].

Кроме того, физиологическая адаптация напрямую связана со стрессом, связанным с информационной перегрузкой и последующим развитием информационного невроза. Для преодоления этих состояний в основном задействованы центральная нервная система и вегетативная нервная система.

Важнейшую роль в умственной деятельности играет мозг, и его отдельные участки работают по-разному. В процессах активации участвуют как специфические, так и неспецифические структуры мозга, что приводит к запутанным корково-подкорковым взаимодействиям.

Было замечено, что в периоды интенсивного умственного труда первичные функциональные преобразования в организме учащихся проявляются преимущественно в изменениях высшей нервной деятельности. Эти процессы активации развиваются в различных областях мозга, включая лобные доли, которые играют важнейшую роль, распространяясь на оба полушария [55].

Лобные доли, благодаря своим многочисленным связям, регулируют неспецифическую активацию, необходимую для объединения информации, поступающей из внешнего мира, а также организма и эмоциональной сферы.

Изучение взаимодействия полушарий головного мозга и их функциональной асимметрии представляет особый интерес при изучении высших интеллектуальных и эмоциональных процессов.

Для некоторых функций признается важная роль доминантного полушария, однако некоторые исследования показывают, что оба полушария выполняют одни и те же функции на разных уровнях.

Влияние умственных и эмоциональных нагрузок отражается на биоэлектрической активности мозга. Это неизменно сказывается на симметричной работе полушарий мозга и их функциональной специализации.

В работах других авторов наблюдения с помощью ЭЭГ зафиксировали изменения биоэлектрической активности при такой умственной и эмоциональной нагрузке, особенно в симметричных областях мозга [40].

Изучение асимметрии и симметрии работы полушарий мозга при учебных нагрузках может дать бесценные сведения для профилактики и понимания процесса обучения. Однако следует отметить, что увеличение учебной нагрузки возможно только при строгом режиме труда и отдыха, наряду с физической активностью.

В начале работы психические функции обычно повышаются, но по мере увеличения умственной нагрузки наступает ухудшение; об этом свидетельствует снижение работоспособности, внимания, памяти и восприятия. Мониторинг фазовых изменений в психической деятельности с помощью ЭЭГ становится важнейшим инструментом в условиях интенсивной умственной работы [40].

Появление специфических изменений на электроэнцефалограммах студентов во время интенсивной умственной деятельности указывает на изменение взаимосвязи биоэлектрической активности в различных областях мозга. Более того, сознание продолжает работать в заданном направлении

даже после завершения работы, что впоследствии приводит к длительному утомлению и истощению центральной нервной системы по сравнению с физической работой.

Такие элементы студенческой работы, как принятие решений, решение новых задач и т.д., активируют механизм готовности через лимбико-ретикулярную систему, способствуя достижению цели.

Такие факторы, как индивидуальные особенности и эмоциональное состояние студентов, сильно влияют на этот процесс работы. Несоответствие между индивидуальными особенностями и требованиями окружающей среды или ситуации часто вызывает эмоциональный стресс, нарушая поведение студента в одних случаях и активизируя новые адаптивные компенсаторные механизмы в других [56].

В целом, эмоциональный стресс – это процесс, представляющий собой вредное явление для организма и одновременно способствующий его жизнеспособности.

Во время эмоционально насыщенной учебной деятельности, такой как экзамены, студенты, естественно, сталкиваются с дискомфортом, который увеличивает умственную и эмоциональную нагрузку, в конечном итоге влияя на активность и функциональность мозга.

Изучение вредного воздействия эмоционального стресса на множество психофизиологических показателей является крайне необходимым ввиду его значительного потенциала, способного нарушить здоровье и психические функции, включая когнитивные процессы.

В академической среде различные источники стресса могут вызывать неблагоприятные эмоциональные реакции, потенциально приводящие к снижению успеваемости на экзаменах.

К таким стрессовым факторам относятся плохие оценки, конфликты между преподавателем и студентом, неадекватная подготовка, страх неудачи, беспокойство по поводу прерывания занятий, а также проблемы, возникающие из-за недостатка времени и темпа во время экзаменов [48, 51, 63].

Стресс, испытываемый во время экзаменов, является хроническим и сложным, возникающим в результате одновременного воздействия различных факторов. Эмоциональный стресс, как правило, препятствует эффективному выполнению преднамеренных умственных задач и вызывает нейроэндокринные изменения в организме.

Научные исследования установили, что экзаменационный стресс вызывает изменения в таких физиологических реакциях, как артериальное давление, частота пульса, ЭКГ, температура кожи, кровоток в головном мозге и нижних конечностях, уровень глюкозы в крови, катехоламинов, липидов и количество клеток крови. Кроме того, у некоторых людей при экзаменационном стрессе могут проявляться такие симптомы, как тремор рук, гиперемия лица и бледность [56].

Стресс, связанный с тестированием, оказывает длительное воздействие на функциональные изменения в организме. Эти физиологические изменения не полностью нормализуются даже после окончания экзамена. Это очень важно, поскольку адаптационные резервы организма имеют свои ограничения и могут быть подвержены негативному воздействию, даже если они восстанавливаются после продолжительного стрессового воздействия.

Чтобы предотвратить вредные отклонения в константах и реакциях организма, очень важно поддерживать их в пределах нормы. Поэтому создание академической среды, поддерживающей психическое здоровье студентов, помогающей им справляться с экзаменационным стрессом и понимающей разнообразные реакции организма на стресс, имеет решающее значение.

Хочется отметить, что резервы организма студента не безграничны, даже после восстановления сильного стресса.

Однако адаптационные резервы организма не безграничны, и даже если они восстанавливаются после длительных стрессовых воздействий, следы стресса явно остаются.

Итак, положительное или отрицательное воздействие стресса определяется его продолжительностью и способностью организма восстановить нарушенные функции, вызванные стрессом.

Таким образом, воздействие стресса может быть, как положительным, так и отрицательным, в зависимости от того, насколько длительным является стресс и насколько успешно организм может восстановить нарушенные функции, вызванные им [48].

1.5. Влияние мотивации на учебную деятельность студентов

В учебной деятельности студента мотивация играет большую роль, т.к. она является движущей силой, которая в свою очередь стимулирует студентов достигать поставленных целей. Мотивация влияет на активное участие и результаты учебного процесса.

По происхождению мотивация делится на внутреннюю и внешнюю. Внутренняя мотивация определяет саморазвитие студента, желание учиться и достигать успеха в личностном росте. Внешняя мотивация характеризуется достижением собственных целей, получения наград за свои старания.

Так же мотивация играет значительную роль при развитии учебной среды, т.к. без нее студент не способен развивать навыки и умения, правильно оценивать свои достижения, проявлять настойчивость в учебной деятельности [42].

При изучении мотивации авторы обращают свое внимание на изучении факта учебной деятельности и мотивационной сферы профессионального обучения.

Так, А.К. Маркова с соавторами описывает различные типы отношения к обучению:

- безразличное или нейтральное;
- положительное аморфное;
- положительное познавательное;

– положительное личностное.

На основании данных типов отношения к обучению, выделяют два вида мотивации – познавательная и социальная, которые в свою очередь проявляются на трех уровнях.

Познавательная мотивация, направляющая студента на изучение учебного материала, включают в себя следующие уровни:

– широкая познавательная (усвоение знаний);

– учебно-познавательная (овладение самостоятельного приобретения знаний);

– мотивация самообразования (самосовершенствование студента).

– Социальная мотивация проявляется также на трех следующих уровнях:

– социальная мотивация (получение знаний в соответствии с обществом);

– позиционная мотивация (стремление занять успешную позицию в социальной группе);

– мотивация социального сотрудничества (рост социальных контактов) [62].

Таким образом, хотим отметить, что познавательная мотивация основана на внешних (поощрение студентов) и внутренних факторах (интересы студентов). При проявлении внешних факторов мотивации в учебной деятельности на ранних этапах обучения наблюдается стимулирование студентов, в этом случае внешняя мотивация является полезной. Но также данный вид мотивации может быть недостаточен, т. к. не способен удерживать долгое время стремление к учебной деятельности. Внутренняя мотивация, наоборот, является более надежным источником проявления интереса к учебному процессу, т.к. у каждого студента прослеживаются личные цели в развитии своих навыков и изучении нового материала.

Социальная мотивация также рассматривается с положительной и отрицательной сторон, т. к. проявление данного вида мотивации зависит от того какие ценности и нормы являются ключевыми в социальной группе, от

которой студент ожидает получить одобрение и признание, а также стать лидером соответствующей группы [67].

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании по изучению адаптации приняло участие 121 студент первого курса ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава РФ, из которых 7 человек с ОВЗ по слуху. Группа специальности Лабораторное дело обращает на себя особое внимание, т. к. включает в себя студентов с признаками ОВЗ, в данном случае студенты имеют отклонения по слуху.

Адаптация – перестройка психики индивида под влиянием объективных факторов окружающей среды, а также способность человека приспосабливаться к различным условиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой. Под адаптацией подразумевается процесс приспособления (преодоление трудностей, формирование определённых свойств личности) и его результат. Это происходит на физиологическом и социальном уровне. Оценить адаптационные механизмы на физиологическом уровне позволяет методика Р. М. Баевского, включающая расчёт оценки адаптационного потенциала (АП), отражающего возможность организма к адаптации. АП показывает, если в результате адаптации организм исчерпал свои резервные возможности, то адаптационный механизм нарушается и появляются устойчивые патологические изменения.

В данном исследовании использовалась общая формула адаптационного потенциала:

$$АП = 0{,}011 \times ЧСС + 0{,}014 \times АД\ сист + 0{,}008 \times АД\ диаст + 0{,}014 \times В + 0{,}009 \times т - 0{,}009 \times h - 0{,}27,$$

где ЧСС - частота сердечных сокращений (уд/мин; АД сист и АД диаст - систолическое и диастолическое артериальное давление соответственно), В - возраст (годы), т - масса тела (кг), h - рост (см).

В формулу вводились данные студентов по частоте сердечных сокращений, систолическое и диастолическое артериальное давление, возраст, масса тела и рост.

Полученные результаты интерпретировались согласно данным, приведенным в таблице 1.

Характер адаптации был нами проранжирован и выделены 4 типа реакции:

1 тип – удовлетворительная адаптация;

2 тип – напряжение механизмов адаптации;

3 тип – неудовлетворительная адаптация;

4 тип – срыв адаптации (Таблица 1).

Таблица 1 – Характер адаптации.

Адаптационный потенциал (баллы)	**Характер адаптации**	**Характеристика уровня функционального состояния**
Менее 2,1 (1)	Удовлетворительная адаптация	Высокие или достаточные функциональные возможности организма
2,11-3,2 (2)	Напряжение механизмов адаптации	Достаточные функциональные возможности обеспечиваются за счет функциональных резервов
3,21-4,3 (3)	Неудовлетворительная адаптация	Снижение функциональных возможностей организма
Больше 4,3 (4)	Срыв адаптации	Резкое снижение функциональных возможностей организма

Т.к., ведущим фактором, регулирующим активность, поведение и деятельность личности является мотивация и любое педагогическое взаимодействие с обучаемым становится эффективным только с учётом особенностей его мотивации, было проведено изучение по методике Домбровской И.С.

На исследование учебной мотивации студентам предлагалось прочитать 30 высказываний (Приложение №1) и оценить, насколько регулярно они соответствуют именно им.

Оценка высказываний: 4 – всегда; 3 – почти всегда; 2 – иногда; 1 – очень редко; 0 – никогда.

Далее каждому студенту предлагался бланк ответов рядом с номером вопроса, где студент выставлял оценку, соответствующую тому, насколько суждение подходит именно ему (Приложение №2).

Первые три строчки определяют уровни развития познавательной мотивации (1), вторые три – социальной мотивации учебной деятельности (3). Для определения доминирующего типа мотивации также возможен подсчет среднего. Если среднее познавательных мотивов выше среднего социальных мотивов, то можно говорить о доминировании собственно познавательной мотивации над социальной. И наоборот. В случае общего среднего числа познавательной и социальной мотивации нами был выделен средний уровень – познавательно-социальная мотивация (2).

Среднее по первой строке показывает выраженность уровня широких познавательных мотивов, по второй – узко или собственно познавательных мотивов учения, по третьей – мотива саморазвития или личностных мотивов учебной деятельности.

Среднее по четвертой строке показывает выраженность уровня широких социальных мотивов или мотива обязывающего или вынужденного учения, по пятой – узких социальных мотивов, по шестой – сотрудничества или социальности знаний.

Если получаемые показатели больше трех, то можно говорить о высокой степени выраженности уровня или типа, если больше двух, но меньше трех – о средней степени, если показатель ниже двух баллов, то можно предполагать, что отдельный учащийся или группа имеют низкий уровень мотивации учебной деятельности в целом, по типу или уровню.

В исследовании оценивался уровень стрессоустойчивости по адаптированному опроснику Д. Джекинса.

На изучение уровня стресса каждому студенту предлагалось ответить на 16 вопросов с соответствующей оценкой (Приложение №3) по индивидуальному мнению первокурсника.

Для статистической обработки результатов данного исследования индивидуальные показатели были проранжированы:

I – 15-30 баллов – низкий уровень стрессоустойчивости, II – 30-42 балла – средний уровень стрессоустойчивости, III – 42-56 баллов – высокий уровень стрессоустойчивости.

В результате проведённых исследований нами были получены индивидуальные показатели, отражающие уровень адаптации к обучению в колледже, уровень стрессоустойчивости и мотивации к учебной деятельности (Приложение №4, №5).

Все полученные в ходе исследования результаты, были подвергнуты статистической обработке. Дальнейшая обработка полученных результатов заключалась в использовании статистических методов анализа: расчёт средних величин по группам, анализа качественных данных (номинальных, порядковых, ранговых).

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

3.1. Результаты проведения соответствующих методик

По результатам экспериментального исследования были получены индивидуальные данные, характеризующие адаптационный потенциал (АП), уровень учебной мотивации и стрессогенности. Все они были сведены в таблицы (Приложение 4, 5) и подвергнуты статистической обработке.

Показатели адаптационного потенциала свидетельствуют о том, что основная масса студентов 1 курса, включая студентов с ОВЗ по слуху ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава РФ проявляют высокие или достаточные функциональные возможности организма (Таблица 2).

Таблица 2 – *Результаты исследования адаптационного потенциала.*

Адаптационный потенциал	Результаты здоровых студентов	Результаты студентов с признаками ОВЗ
Удовлетворительная адаптация	97%	100%
Напряжение механизмов адаптации	1,78%	0%
Неудовлетворительная адаптация	0,89%	0%
Срыв адаптации	0%	0%

В отличие от первокурсников с нарушениями слуха со 100% удовлетворительной адаптацией, неудовлетворительная адаптация была отмечена менее чем у 1% студентов без признаков ОВЗ (Рисунок 2).

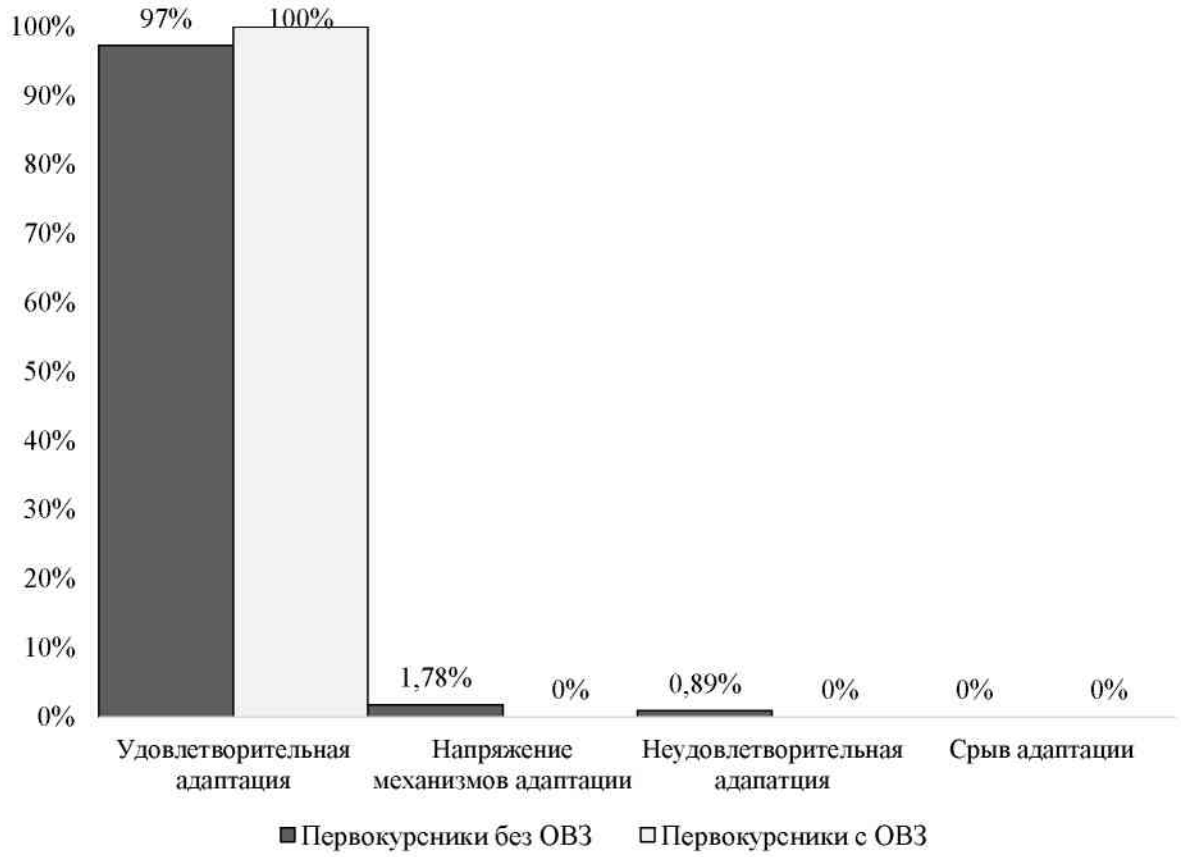

Рисунок 2. Общий адаптационный потенциал студентов первого курса и первокурсников с ОВЗ.

Данные результаты свидетельствуют о том, что у здоровых студентов проявляются трудности в целостной перестройке физиологических систем организма. Наиболее типичной проблемой на первом курсе обучения является необходимость интеграции студента в новые социальные общности. Часто наблюдается сложность в налаживании контактов и умение взаимодействия с новым окружением сверстников, т.к. на данном этапе обучения они находятся уже не в школе, а в новой студенческой группе.

Напряжение механизмов адаптации наблюдалось у 1,78% относительно здоровых первокурсников. Среди факторов, вызывающих напряжение адаптационных механизмов, стоить отметить изменение бытовых условий, сопряжённое с переменой места жительства, сепарацию от родителей. Кроме того, одной из проблем для данных студентов является необходимость поиска своего места в формирующихся новых социальных общностях. Данная

выборка студентов конкретизирует утверждение своего социального статуса, возможность проявления своей индивидуальности во взаимоотношениях с учебной и внеурочной стороной.

По нашему мнению, и мнению других авторов [11] недостаточно просто соответствовать новой социальной среде, важно занять в ней удовлетворительное социальное положение, а также удовлетворительный для индивида социальный статус. Внезапные изменениям социального статуса в группе могут вызвать сильный стресс. Страх выразить свою индивидуальность, в свою очередь, порождает страх выступать перед группой на семинаре, страх задавать вопросы преподавателю, проявлять инициативу в творческой, учебной и внеучебной деятельности.

По результатам исследования уровня мотивации были получены следующие процентные соотношения, которые представлены в таблице 3,4.

Таблица 3 – Результаты исследования уровня мотивации.

Уровень мотивации	Результаты здоровых студентов	Результаты студентов с признаками ОВЗ
Познавательный уровень мотивации	29,8%	28,5%
Познавательно-социальный уровень мотивации	17,5%	28,5%
Социальный уровень мотивации	52,63%	42,8%

Таблица 4 – Расширенные результаты исследования уровня мотивации.

	Уровень широких познавательных мотивов			Уровень собственно познавательных мотивов учения			Уровень мотива саморазвития			Уровень широких социальных мотивов			Уровень узких социальных мотивов			Уровень мотива социальности знаний		
Результаты здоровых студентов	Высокий: 56%		Средний: 43,85% Низкий: 0%	Высокий: 61%	Средний: 31%	Низкий: 8%	Высокий: 87,7%	Средний: 12%	Низкий: 0%	Высокий: 85%	Средний: 14,9%	Низкий: 0%	Высокий: 84,2%	Средний: 7,9%	Низкий: 4%	Высокий: 69,28%	Средний: 22,8%	Низкий: 7,9%
Результаты студентов с признаками ОВЗ	Высокий: 100%	Средний: 0%	Низкий: 0%	Высокий: 71%	Средний: 29%	Низкий: 0%	Высокий: 86%	Средний: 14%	Низкий: 0%	Высокий: 100%	Средний: 0%	Низкий: 0%	Высокий: 86%	Средний: 14%	Низкий: 0%	Высокий: 71%	Средний: 29%	Низкий: 0%

У студентов 1 курса с признаками ОВЗ в 28,5% случаев был отмечен познавательный уровень мотивации (Рисунок 3).

Данные результаты говорят о том, что у студентов хорошо выражены познавательные мотивы, мотивы саморазвития, а также личностные мотивы учебной деятельности (Рисунок 4).

Студенты отмечали тот факт, что им нравится учебное заведение и любые трудности легко решаются с помощью прилепленных к ним преподавателей. Студенты стараются проявлять свои навыки и умения в ходе учебной деятельности.

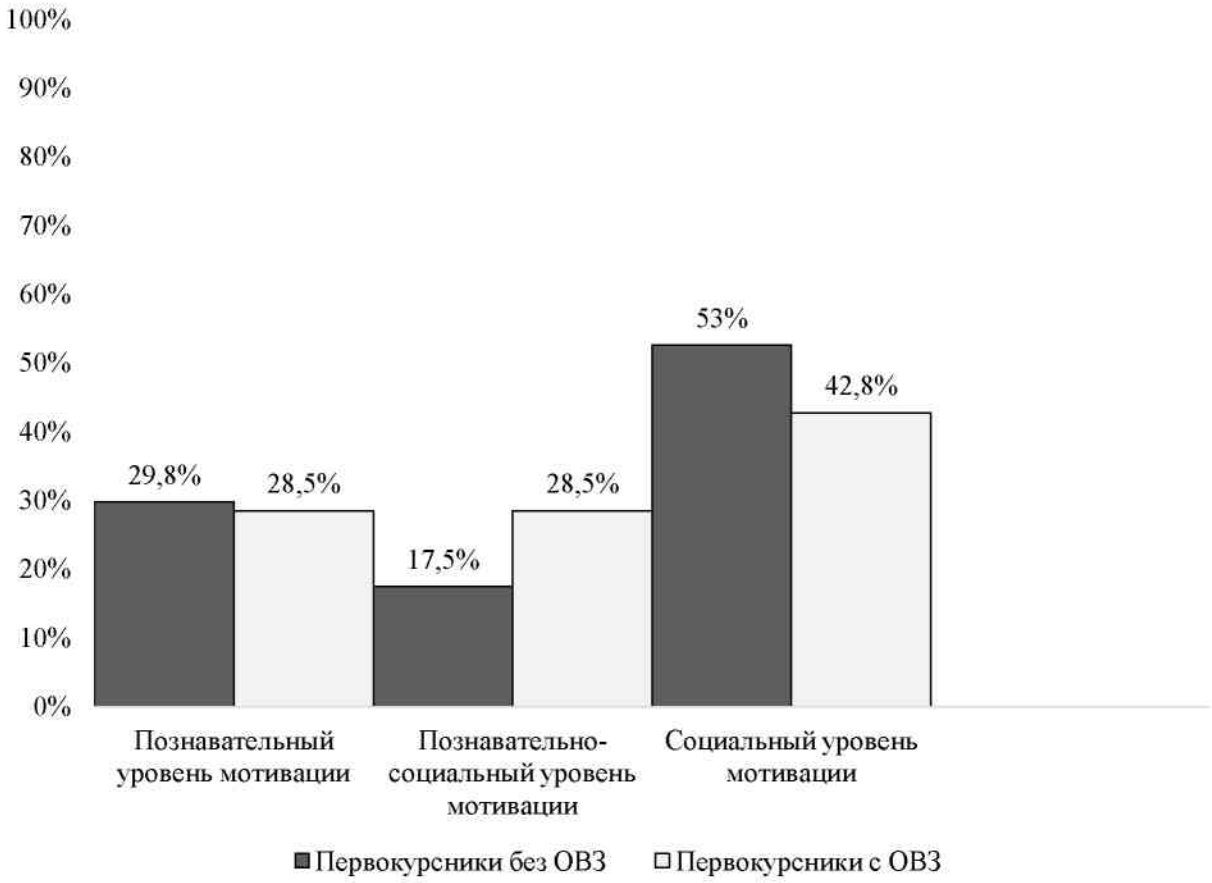

Рисунок 3. Уровень мотивации.

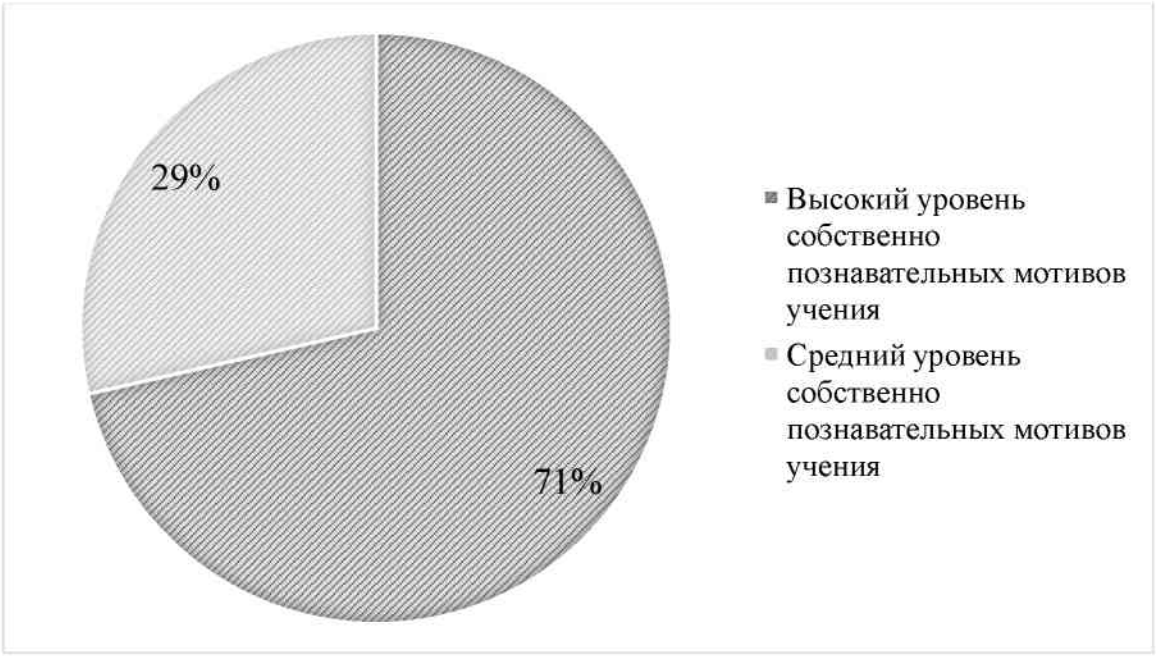

Рисунок 4. Уровень собственно познавательных мотивов учения студентов с ОВЗ.

Познавательно-социальный уровень в данной группе был характерен соответственно для 28,5%. Проблема, с которой сталкивается данная группа первокурсников с ОВЗ, является неумение устанавливать приоритеты и распределять свое время эффективно. Из-за этого они часто распыляются на множество второстепенных дел и не успевают выполнить главные задачи, что также приводит к снижению успеваемости. Негативное отношение к учебной деятельности, сформированное еще в школе, также является препятствием для успешного обучения в СПО (Рисунок 5).

.

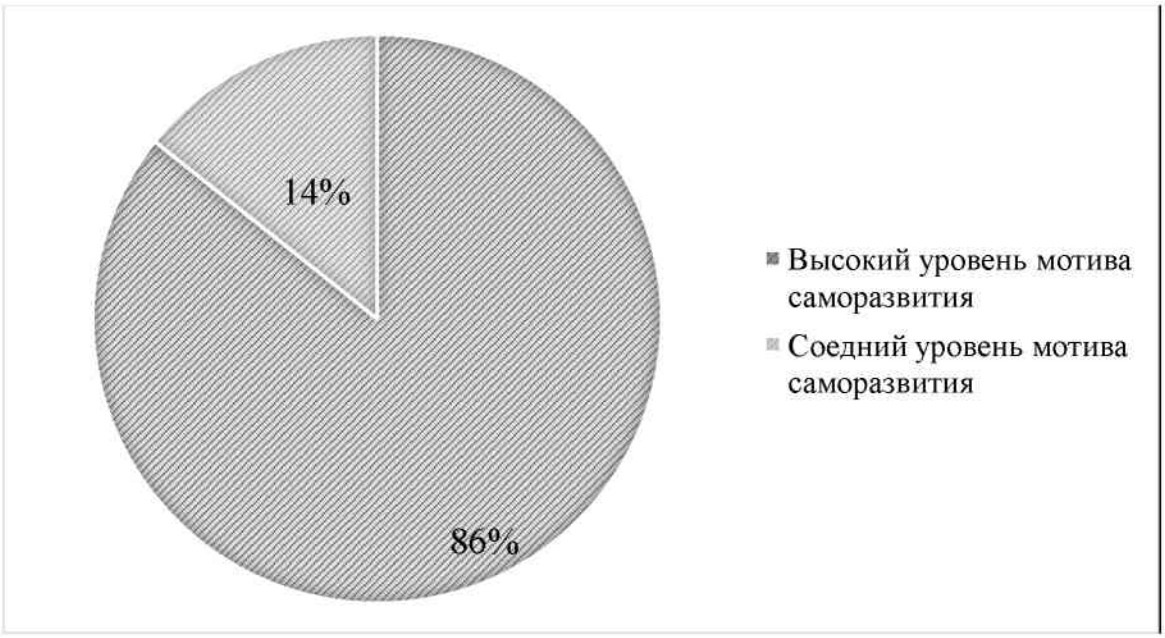

Рисунок 5. Уровень мотива саморазвития студентов с ОВЗ.

Социальный уровень мотивации характерен для 42,8% студентов с нарушением слуха.

Студенты данной группы характеризуются обязывающим или вынужденным учением, они отмечают трудность в повышении требования к самоорганизации каждой личности в новом для него социальном пространстве, а также образе жизни (Рисунок 6).

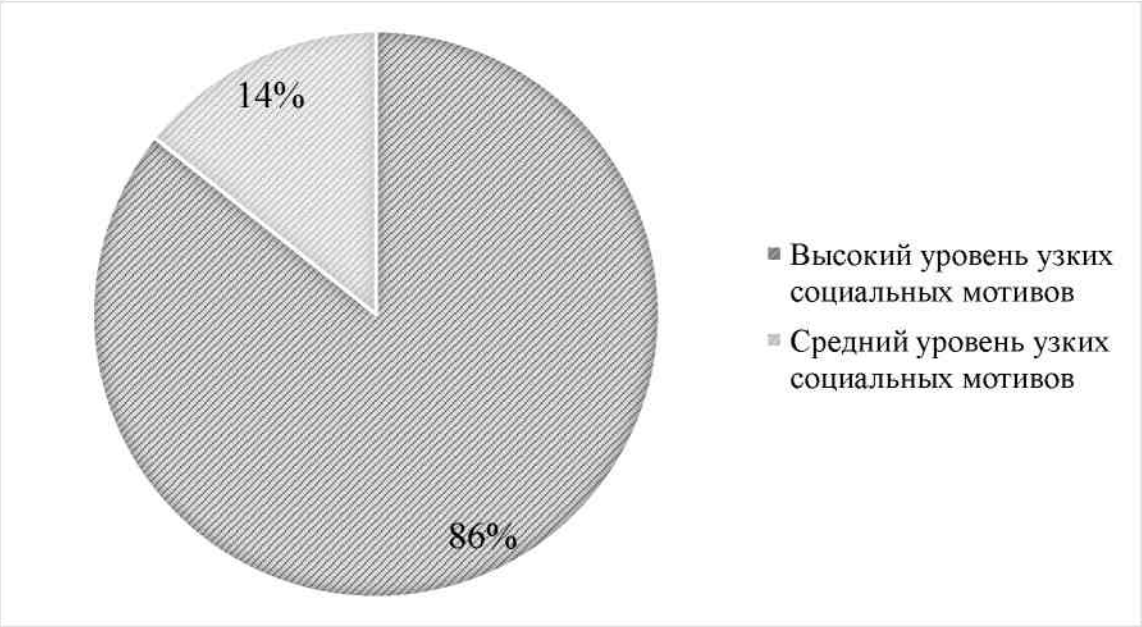

Рисунок 6. Уровень узких социальных мотивов студентов с ОВЗ.

При освоении системы обучения ФГБ ПОУ «ПМК» минздрава РФ, проявляются проблемы в самоорганизации и самоконтроле в новых учебных вопросах, возникающих на ранних этапах учебной деятельности.

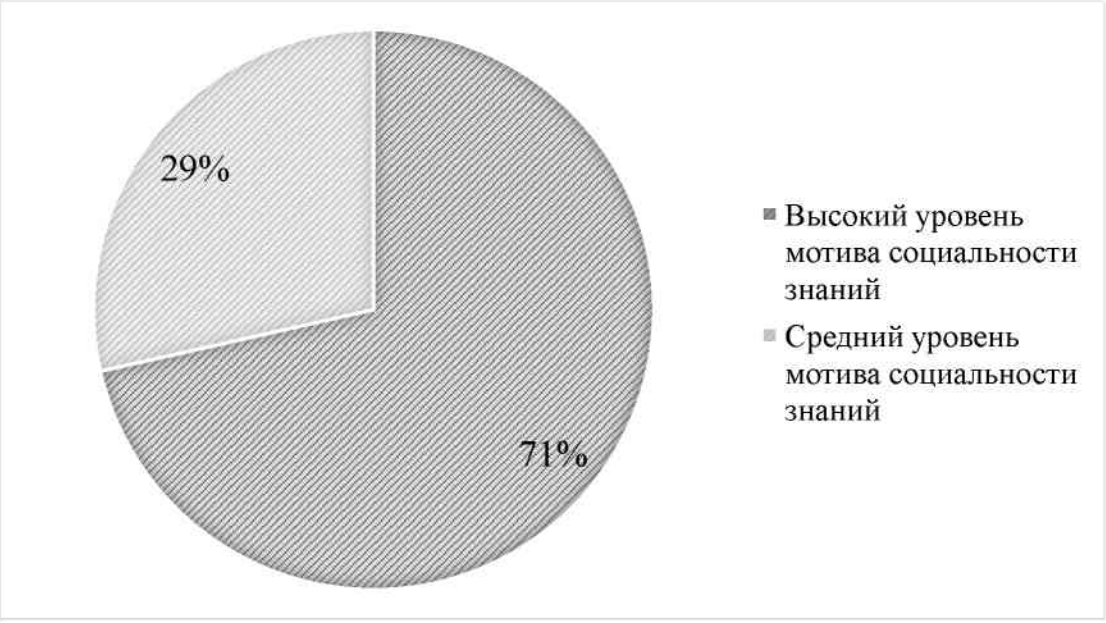

Рисунок 7. Уровень мотива социальности знаний студентов с ОВЗ.

Неумение самостоятельно планировать выполнение заданий, а также отсутствие навыков самоорганизации и тайм-менеджмента приводят к тому,

что студенты часто откладывают выполнение заданий на последний момент, что негативно сказывается на их успеваемости и общем отношении к учебе (Рисунок 7).

Первокурсники без признаков ОВЗ продемонстрировали успешную познавательную мотивацию к учебной деятельности – 29,8% (рисунок 8, 9, 10).

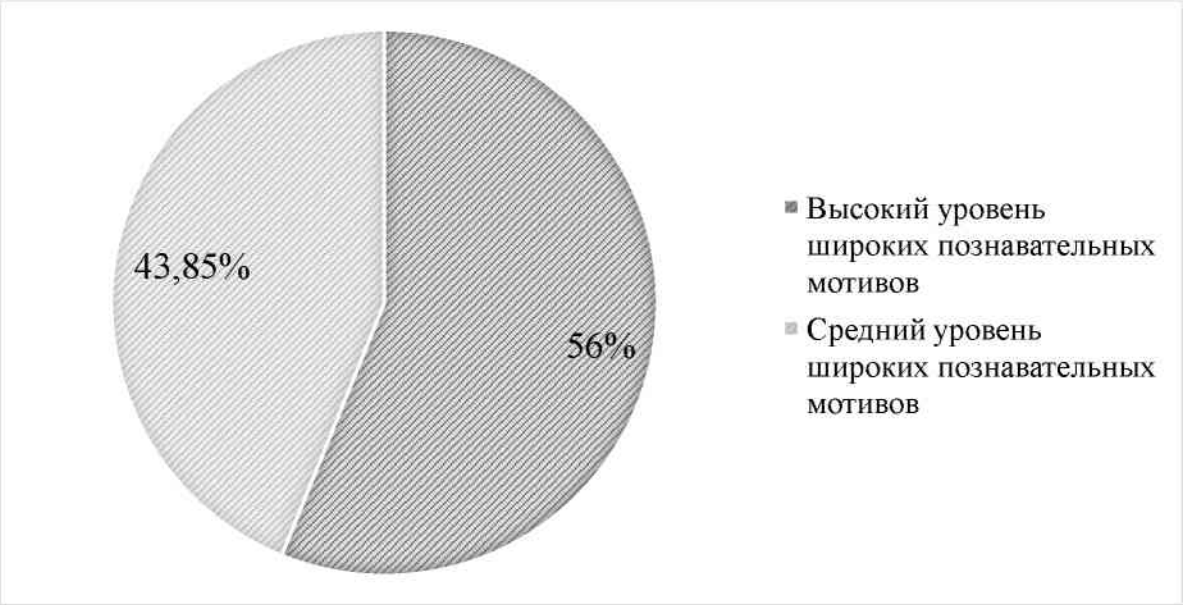

Рисунок 8. Уровень широких познавательных мотивов студентов 1 курса без признаков ОВЗ.

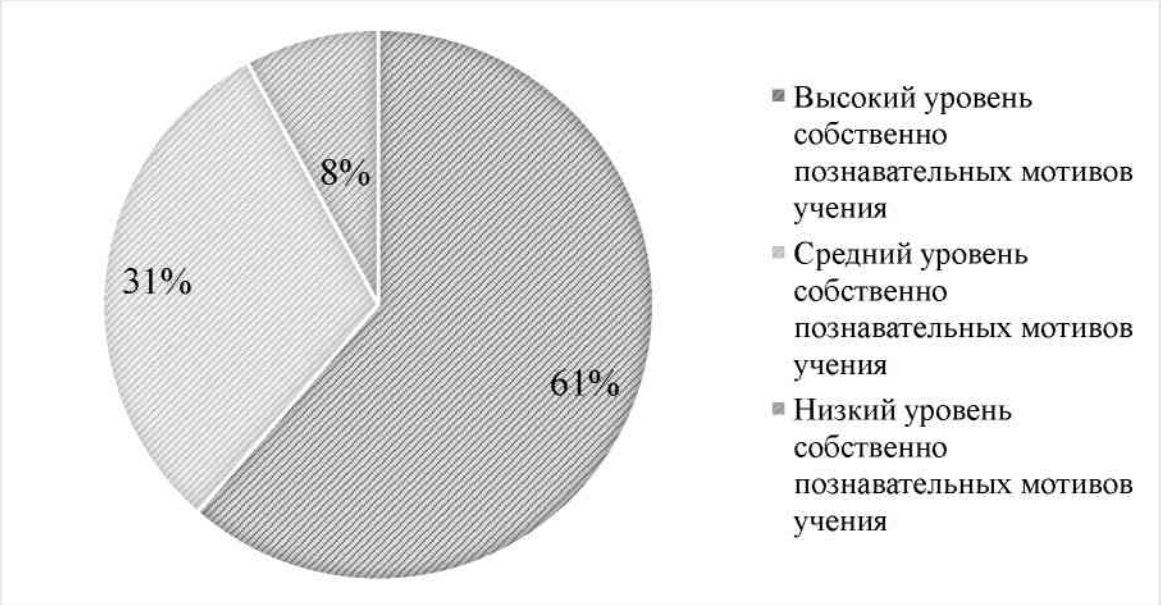

Рисунок 9. Уровень собственно познавательных мотивов учения студентов 1 курса без признаков ОВЗ.

Познавательно-социальный уровень мотивации для данной группы характерен в 28,5%. Многие первокурсники пришли в колледж с уже сложившимся негативным отношением к учебе, данная проблема мешает им проявлять интерес к новым знаниям и активно участвовать в учебном процессе.

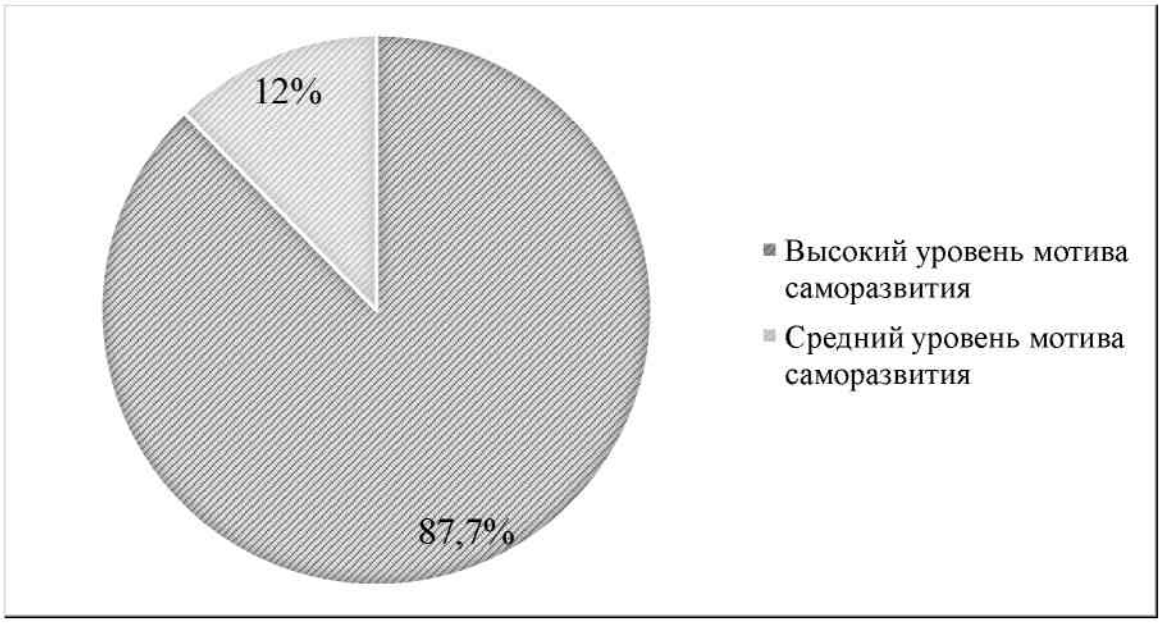

Рисунок 10. Уровень мотива саморазвития студентов 1 курса без признаков ОВЗ.

Отсутствие самостоятельности и инициативы, сформировавшееся еще в школе, где все задания и сроки их выполнения четко определены, также являются проблемами, с которыми сталкиваются студенты. Они ожидают, что преподаватели будут контролировать их посещаемость и успеваемость так же, как это было в школе, и не готовы брать на себя ответственность за свое обучение.

Социальный уровень мотивации для здоровых студентов выражается в 53%.

Данная выборка студентов отмечали тот факт, что им часто приходится совмещать учебную деятельность с работой, хобби, личной жизнью, это в свою

очередь делает актуальной задачу усовершенствования в планировании времени для учебы и досуга (Рисунок 11, 12, 13).

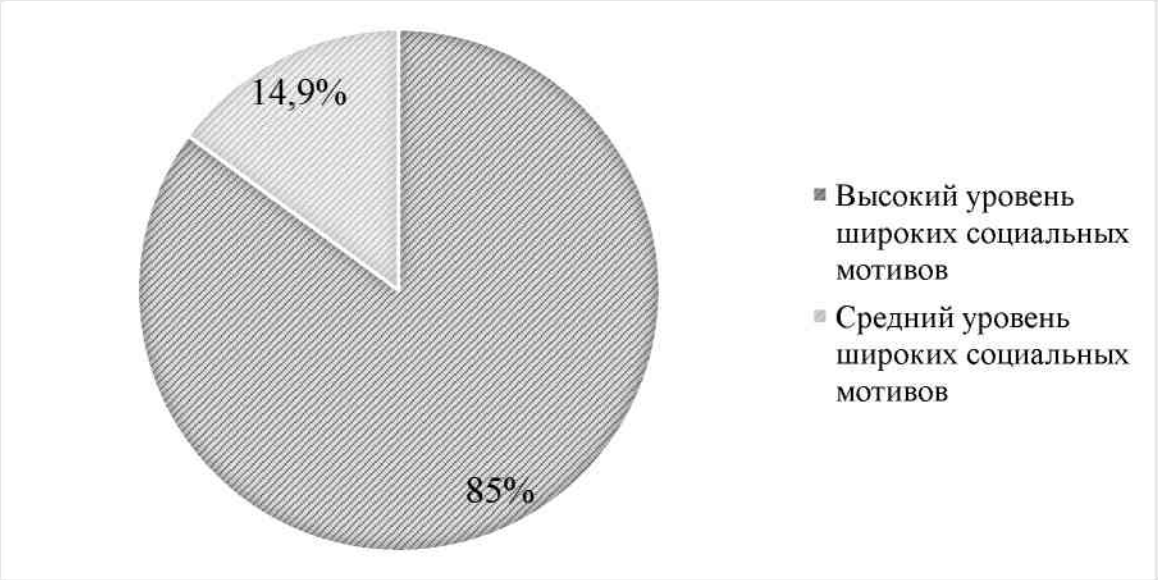

Рисунок 11. Уровень широких социальных мотивов студентов 1 курса без признаков ОВЗ.

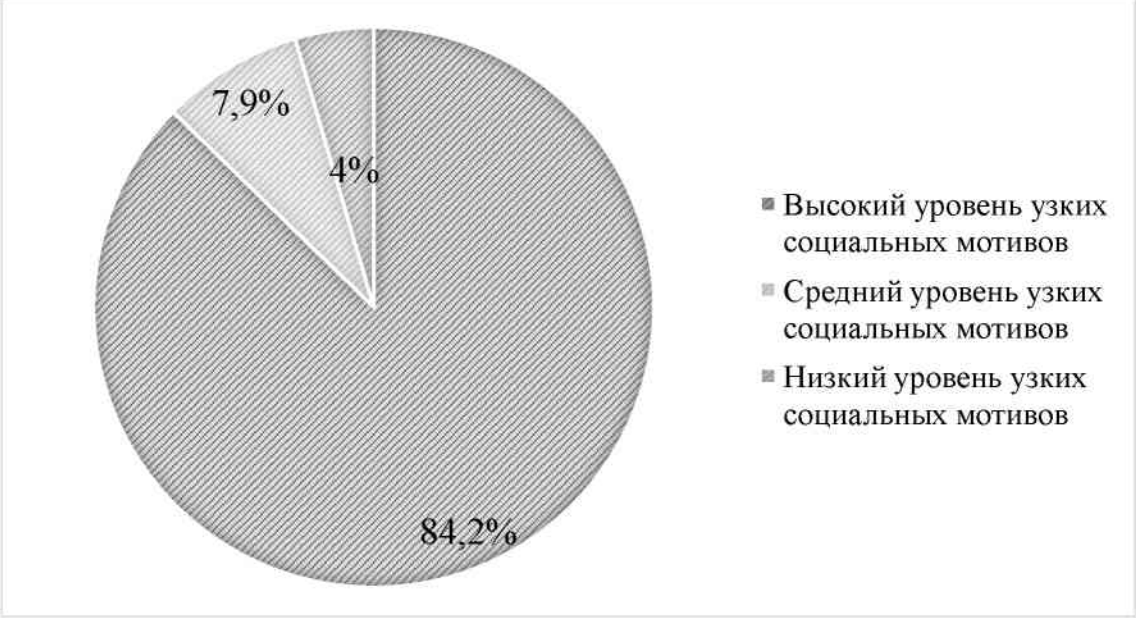

Рисунок 12. Уровень узких социальных мотивов студентов 1 курса без признаков ОВЗ.

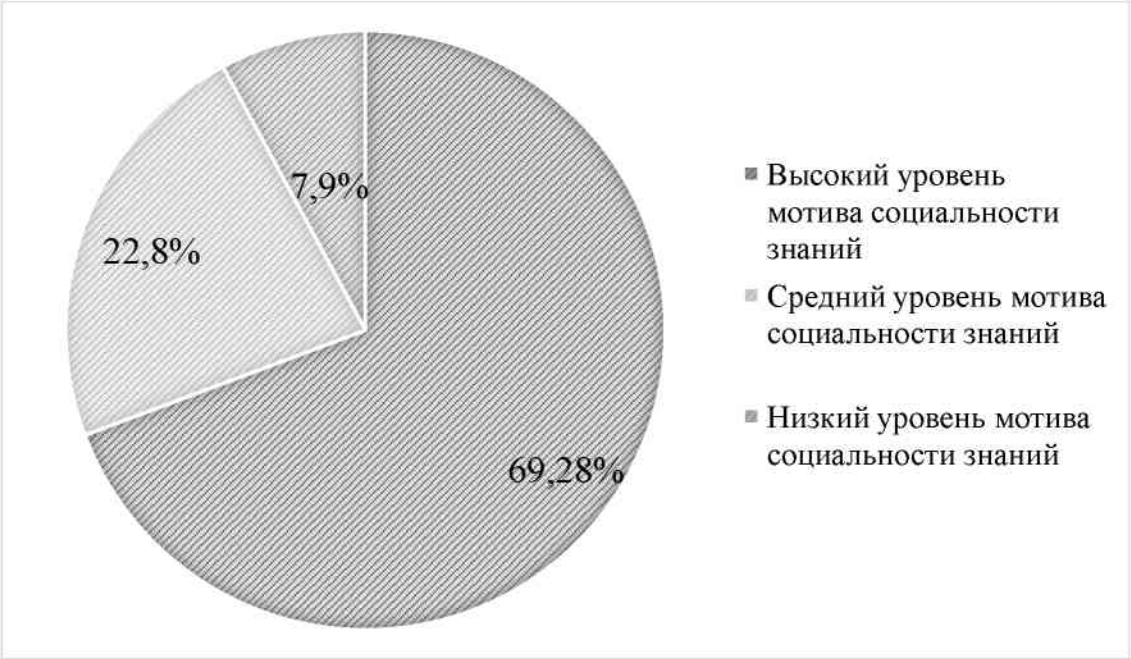

Рисунок 13. Уровень мотива социальности знаний студентов 1 курса без признаков ОВЗ.

Известно, что все мы отличаемся по способности реагировать на внезапные или чрезмерные факторы, вызывающие стресс-реакцию в организме. В ходе анкетирования мы получили следующие данные, которые представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Результаты исследования уровня стрессоустойчивости первокурсников ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава РФ.

Тип стрессоустойчивости	Результаты здоровых студентов	Результаты студентов с признаками ОВЗ
Низкий уровень стрессоустойчивости	17,9%	28,75%
Средний уровень стрессоустойчивости	79,78%	57,14%
Высокий уровень стрессоустойчивости	2,25%	14,29%

Анализ уровня стресса студентов первого курса без признаков ОВЗ в большинстве выявил промежуточный уровень стрессоустойчивости в 79,78% случаев (Рисунок 14). Обращает на себя внимание, что у студентов иногда возникают ситуации, характеризуемые ими, как «чрезмерные накалы». В связи с этим они стремятся, как можно чаще, проводить время, отдыхая и заряжаясь позитивом.

Данные студенты отмечали тот факт, что у них возникают трудности в самостоятельном решении бытовых и финансовых вопросов, с которыми они ранее не сталкивались. Также проявляются трудности взаимодействия личности в мире, которые обусловлены ориентацией в новом городе.

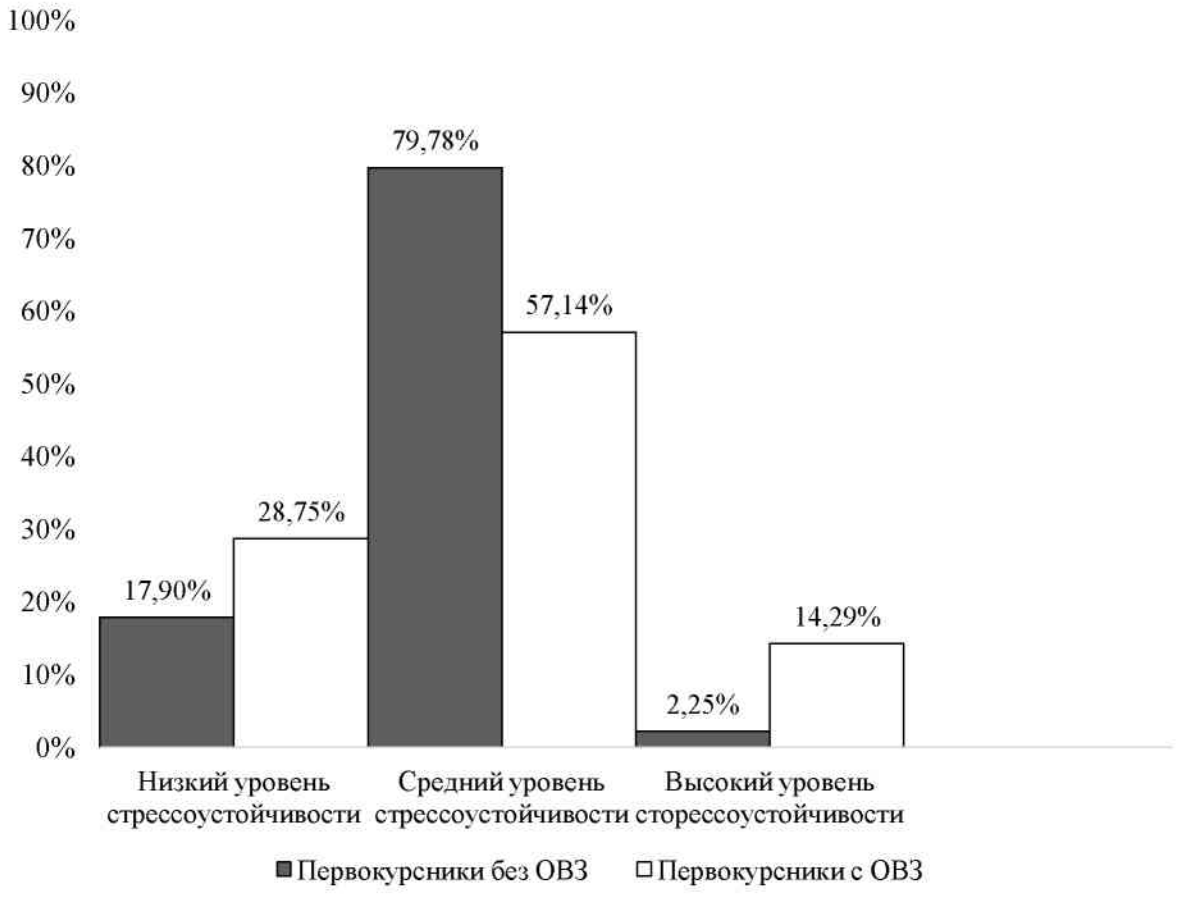

Рисунок 14. Уровень стрессоустойчивости студентов первого курса и первокурсников с ОВЗ.

Высокому воздействию стресса подвергаются 17,90% здоровых студентов. Помимо всех вышеперечисленных трудностей, данная группа студентов выделяет трудность переживания расставания с близкими и привычным кругом общения, которое неизбежно при переезде в другой город. Особенно сильно данное переживание проявляется в первые месяцы обучения, когда студенты еще не успели сформировать близкие отношения в новом социальном окружении.

В нашем исследовании, проведенном среди студентов, переехавших в новый город для обучения, было выявлено, что многие из них испытывали значительную тревожность, связанную с необходимостью соответствовать высоким родительским ожиданиям. Студенты сообщали о чувстве давления, которое мешало им полностью погрузиться в получение новых ощущений и приобретения нового опыта и, в целом, сосредоточиться на учебе.

Кроме того, мы обнаружили, что для некоторых респондентов давление родителей также негативно влияло на их самооценку и уверенность в собственных силах. Студенты, которые чувствовали, что не соответствуют ожиданиям родителей, часто испытывали чувство вины и стыда, что в свою очередь приводило к снижению мотивации и продуктивности в учебе.

Также нами было отмечено, что давление родителей может принимать различные формы. В некоторых случаях родители оказывают прямое давление на детей, требуя от них высоких оценок и достижений. В других случаях родители могут выражать свои ожидания более косвенно, например, сравнивая детей с их сверстниками или делая акцент на важности успешности в учебе или карьере.

Важно подчеркнуть, что не все родители оказывают давление на своих детей. Многие родители понимают, что их роль заключается в том, чтобы поддерживать и поощрять своих детей, а не создавать для них дополнительный стресс. Однако для тех, кто испытывает давление родителей, поиск правильного баланса между собственными устремлениями и ожиданиями родителей может быть сложной задачей.

В противоположность низкому уровню стрессоустойчивости студентов были выявлены 2,25% первокурсников, которые проявили спокойствие и неторопливость.

В отличии от студентов без признаков ОВЗ, студенты с нарушением слуха проявили низкий уровень стрессоустойчивости у 28,75%. Среди них часто проявляется значимая проблема в незнания системы организации СПО, проявляются трудности в поиске нужного корпуса, аудитории, учебной части, а также незнание того, к кому из сотрудников колледжа можно обратиться для помощи. Для некоторой части студентов с признаками ОВЗ по слуху затруднительной является трудность в понимании научной терминологии. Последней по частоте упоминаний является трудность в переживании состояний напряжения и усталости, ряд главных критериев составили проблемы со здоровьем и частые болезни, именно они вызывают чрезмерную психологическую нагрузку.

Средний уровень стрессоустойчивости характерен для 57,14%. Личностные проблемы в данной группе студентов составляют основную значимость. Студенты разочарованы в своих способностях и выборе специальности, все эти факторы связаны с кризисом профессионального самоопределения. Нами было отмечено, что разочарование в своих возможностях может возникать при первых неудачах в учебном процессе, несоответствии ожиданиям и действительно большим кругом задач, различных обязанностей.

Анализ проблемы выбора специальности, выявил основную причину подобного кризиса: некоторые студенты недостаточно были проинформированы об особенностях своей будущей профессии, либо выбор учебного заведения был ошибочным, т.к. не было возможности поступления в другое учебное заведение.

У студентов с ОВЗ проявлялась хорошая динамика в способности работать психологически более экономно, в соответствии со своими

реальными возможностями, что и обеспечивает сохранение их здоровья, соответственно для 14,29%.

В ходе исследования было выяснено, что студенты с признаками ОВЗ по слуху адаптировались успешнее, чем здоровые первокурсники. В данном случае, условием успешной адаптации студентов с ОВЗ является обеспечение их психолого-педагогической поддержки, которая включает в себя комплексное изучение особенностей и потребностей, индивидуальных проблем отдельно каждого студента. Также, по нашему мнению, немаловажным явилось то, что была создана хорошая система адаптационных мероприятий в первые месяцы обучения. Студенты с признаками ОВЗ находятся в привычной для себя социальной среде, а этот факт, в свою очередь, благоприятно влияет на адаптацию, учебную мотивацию и уровень стресса.

Студенты без признаков ОВЗ проявили неуспешную адаптацию, типичной проблемой стала интеграция учащегося в новую социальную общность, а также сложность в налаживании контактов и установлении взаимодействия с иным окружением сверстников. На высокий уровень стресса повлияла сложность взаимодействия совместного быта в новых условиях проживания, а также трудности в расставании с близкими родственниками.

3.2. Пути снижения влияния факторов риска на адаптационные механизмы обучающихся

На первом этапе адаптации студент сталкивается с привыканием к учебному процессу, условиям и методам обучения, системе опросов, зачетов и экзаменов. В этот период адаптация студента осложняется недостаточным вниманием со стороны преподавателя, неопределенностью в объеме усваиваемого материала, необходимостью синтезировать информацию из лекций, учебника и рекомендованной литературы, а также требованием работать самостоятельно.

Второй этап адаптации связан с укреплением статуса студента в коллективе, который называется межличностной адаптацией. На данном этапе студент начинает чувствовать себя частью группы, возникают симпатии, дружеские и доверительные отношения между учащимися.

Социально-психологическая адаптация представляет собой процесс освоения норм студенческой жизни и включения в систему межличностных отношений в группе. Этот процесс непосредственно связан с общественной жизнью студентов медицинского колледжа.

На третьем этапе адаптации происходит развитие установок оценки своих способностей и личностных качеств, формирование собственной самооценки, развитие самоконтроля и самоанализа своих действий. Этот этап можно также назвать процессом самооценочной адаптации.

Однако наиболее сложным этапом адаптации является первый этап. Проблемы адаптации к новому учебному процессу у первокурсников в основном связаны с большой нагрузкой, изменением привычного ритма жизни, недостатком времени для самостоятельной подготовки, неумением правильно распределить время, сложностью учебного материала, отсутствием навыков ведения дискуссий и т.д. Трудности адаптации также часто возникают из-за беспокойства первокурсников относительно правильного выбора профессии, что для многих является вопросом смысла жизни.

Педагогический коллектив играет не маловажную роль в данном процессе, так как их помощь и комплексная поддержка помогают быстрее и легче, с низкими функциональными потерями, пройти все этапы процесса адаптации.

В связи с этим нами были разработаны основные рекомендации по адаптации первокурсников в колледже:

1. На первых этапах обучения сформировать у студентов положительное и полное представление о выбранной профессии, а также указать на значимость выбранной профессии.

2. На первых этапах обучения познакомить студентов со спецификой обучения, основными нормами и требованиями учебного заведения.

3. Помочь найти студентам своё достойное места в коллективе, проявляя доверие к учащимся, доверив, например, ответственное поручение.

4. Обращаться за консультацией и помощью к психологу, если в коллективе выявлен студент с проблемами в адаптации к учебной деятельности.

5. Создавать комфортный психологический климат в коллективе (проведение мероприятий на сплочение группы).

6. Оптимизировать образовательный процесс с учётом индивидуальных психологических особенностей каждого студента.

7. Не сравнивать студентов между собой, проводя анализ их успешности по индивидуальной динамике результатов каждого.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наблюдая процесс адаптации первокурсников с ОВЗ, мы пришли к выводу, что более эффективным он будет, если учитываются не только учебная мотивация, но и особенности адаптационных механизмов, а также их стрессоустойчивость.

Так в ходе исследования было выяснено, что все студенты 1 курса с ОВЗ ФГБ ПОУ «ПМК» Минздрава РФ проявили высокие функциональные возможности организма. В отличие от первокурсников с нарушениями слуха со 100% удовлетворительной адаптацией, неудовлетворительная адаптация была отмечена менее чем у 1% студентов без признаков ОВЗ. Почти у 2 % относительно здоровых первокурсников отмечалось напряжение механизмов адаптации, а это свидетельствует о значительных затратах внутренних ресурсов.

У студентов 1 курса с признаками ОВЗ в большем проценте случаев был отмечен познавательный и познавательно-социальный уровень учебной мотивации, свидетельствующий о хорошо выраженных познавательных мотивах, мотивах саморазвития, а также личностных мотивах учебной деятельности. Для относительно здоровых первокурсников был характерен социальный уровень мотивации, именно эта группа требует пристального внимания, так как они опираются на внешние факторы достижения своей успешности в обучении.

Студенты первого курса без признаков ОВЗ в большинстве проявили средний уровень стрессоустойчивости 79,78%. Высокому воздействию стресса подвергаются 17,9% здоровых студентов. В противоположность им были выявлены лишь 2,25% первокурсников, которые проявляли спокойствие и неторопливость. В отличии от студентов без признаков ОВЗ, 14,29% первокурсников с нарушением слуха проявили высокий уровень стрессоустойчивости, который может позволить им продуктивно учиться в различных условиях образовательной среды. В то же время следует обратить

особое внимание на группу студентов с ОВЗ, которым будет сложно перенести ситуации контроля качества знаний.

Проанализировав все полученные данные, мы сделали вывод, что студенты с признаками ОВЗ по слуху адаптировались успешнее, чем здоровые первокурсники.

В данном случае, условием успешной адаптации студентов с ОВЗ является не только обеспечение их психолого-педагогической поддержки, которая включает в себя комплексное изучение особенностей и потребностей, индивидуальных проблем отдельно каждого студента, но в первую очередь, – высокий уровень познавательной мотивации. Также, по нашему мнению, немаловажным явилось то, что была создана хорошая система адаптационных мероприятий в первые месяцы обучения. Студенты с нарушениями слуха объединены между собой и находятся в привычной для себя социальной среде, максимально поддерживая друг друга. Этот факт, в свою очередь, благоприятно влияет на адаптацию, учебную мотивацию и стрессоустойчивость.

Некоторые здоровые студенты в начале обучения в колледже испытывали напряжение механизмов адаптации. Типичной проблемой стала их интеграция в новую социальную общность, а также сложность в налаживании контактов и установлении взаимодействия с иным окружением сверстников. На высокий уровень стресса повлияла сложность взаимодействия в новых условиях проживания и совместного быта, а также сепарация от родителей.

Стоит отметить, что по результатам нашего исследования мы не можем говорить о конечном состоянии адаптации студентов, поскольку адаптация является динамическим процессом. Мы считаем, что необходимо постоянно оптимизировать взаимодействие студентов с образовательной средой с целью их самосовершенствования и развития.

СПИСОК ЦИТИРУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абулъханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. Москва: Наука, 1980.
2. Абулъханова-Славская К.А. Типология активности личности в социальной психологии. Психология личности и образ жизни. Отв. ред. доктор филос. наук Е.В. Шорохова. Москва: Наука, 1987.
3. Акатова Е.В., Николин О.П., Урлаева И.В., Мартынов А.И. Качество жизни у пациентов с острым коронарным синдромом и типами поведенческой активности А, АБ и Б. Москва: 2018.
4. Алексеенко С.Е., Соковин В.М. Проблемная ситуация общения и процесс воспитания учащихся. Вопросы педагогики и психологии общения. под ред. Соковина В.М. Фрунзе, Мектеп: 1975.
5. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: 2 т., Москва: 1980.
6. Ананьев Б.Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность. Москва: Директ-Медиа, 2008.
7. Антипова Л.А. Педагогические технологии успешной адаптации личности студента в процессе обучения. Казань: 2008.
8. Анциферова Л.И. Личность в динамике. Психологический журнал. Москва:1992.
9. Анциферова Л.И. К психологии личности как развивающейся системы. Психология формирования и развития личности. Москва: 1981.
10. Архангельский Л.М. Социально-этические проблемы теории личности. Москва: 1974.
11. Архипова А.А. Адаптация студентов как одно из условий самореализации личности. Москва: 2007.
12. Бабанский Ю.К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса. Москва: Просвещение, 1992.

13. Баданина Л.П. Анализ современных подходов к организации психолого-педагогического сопровождения студентов на этапе адаптации к вузу. Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. Москва: 2009.

14. Банщиков В.М., Гуськов В.С., Мягков И.Ф. Медицинская психология. Москва: Медицина, 1967.

15. Батракова С.Н. Основы профессионально-педагогического общения. - Ярославль: 1986.

16. Бекмаханова Е.К. Проблема психологической адаптации студентов. Алма-Ата: 1983.

17. Березин В.Г. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Ленинград: 1988.

18. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы. Москва: 2006.

19. Бохан Т. Г. Стресс и стрессоустойчивость: опыт культурно-исторического исследования. Томск: 2008.

20. Власова О.Г. Психологическая защита как средство личностного развития студентов: Дисс. на соискание уч. степ. канд. психол. наук. Ставрополь: 1998.

21. Виноградова А.А. Адаптация студентов младших курсов к обучению. Урал: 2008.

22. Выготский Л.С. Слепой ребенок - Собр. Соч. Москва: Педагогика, 1982.

23. Григорьева Л.П. Психологические исследования зрительных функций нормально видящих и слабовидящих школьников. - Москва: Педагогика, 1983.

24. Дубровина И.В., Борисова Е.М., Прихожан А.М. Модель развития психологической службы системы образования России. Обнинск: 1994.

25. Ермаков Я.А. Основы трудового обучения и профессиональной ориентации слепых и слабовидящих школьников. Москва: Изд-во ВОС, 1987.

26. Зейгарник Б.В. Патопсихология. Москва: 1986.

27. Зотов А.И., Феоктистова В. А. К вопросу о возрастных и индивидуальных особенностях формирования представления у аномальных школьников. Особенности познавательной деятельности слепых и слабовидящих школьников. Ленинград: 1970.

28. Извольская А.А. Возрастные особенности развития личности студента как фактор адаптации к процессу обучения. Москва: 2010.

29. Климов Е.А. Основы психологии. Москва: 1997.

30. Кон И.С. Психология ранней юности. - Москва: Просвещение, 1989.

31. Кон И.С. Социология личности. Москва: Политиздат, 1967.

32. Конопкин О.П. Психологические механизмы регуляции деятельности. Москва: 1980.

33. Крутов В.И., Агаджанян Н.А. Проблема адаптации и здоровья студента. Вестник высшей школы. Москва: 1982.

34. Кувшинов Д.Ю., Тарасенко Н.П., Каган Е.С., Барбараш Н.А. Математические модели разных типов коронарного поведения. Вестник Кемеровского государственного университета: 2018.

35. Кулагин Ю.А. Восприятие средств наглядности учащимися школы слепых. Москва: Просвещение, 1973.

36. Леонтьев А.А. Психология общения. Москва: Смысл, 1997.

37. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. Москва: МГУ, 1981.

38. Леонтьев А.Н. Педагогическое общение. Москва: Знание, 1979.

39. Литвак А.Г. О подходе к изучению личности в психологии. Изучение личности аномального ребенка. Ленинград: ЛГПИ им. А.И. Герцена, 1972.

40. Мартынов А.И., Акатова Е.В., Первичко Е.И., Николин О.П., Урлаева И.В. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы у пациентов с острым коронарным синдромом и типами поведенческой активности А, АБ, Б. Москва: 2019.

41. Марцинковская Г.Д., Ярошевский М.Г. 100 выдающихся психологов мира. Москва: 1996.

42. Маслоу А.Г. Мотивация и личность. Москва: 1999.

43. Мищеряков А.И. Познание мира без слуха и зрения. Хрестоматия по педагогической психологии. Москва: Международная педагогическая академия, 1995.

44. Моргулис И.С., Акимушкин В.М. Трудовая реабилитация инвалидов по зрению. Киев: Радяньска школа, 1983.

45. Мясищев В.Н. Проблемы способностей высокой психологии и ее ближайшие задачи. Проблемы способностей. Москва: 1962.

46. Общая психодиагностика. Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. Москва: МГУ, 1987.

47. Осадчая Е.А., Петрова Р.Ф. Учебный стресс как показатель степени эмоционального напряжения организма студентов в процессе адаптации.Орел: 2009.

48. Петровская Л.А. Развитие компетентного общения как одно из направлений оказания психологической помощи. Введение в практическую социальную психологию. Под ред. Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, О.В. Соловьевой. Москва: 1997.

49. Петровский А.В., Петровский В А. Индивид и его потребность "быть личностью". Вопросы философии. 1982.

50. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Основы теоретической психологии. Москва: ИНФРА-М, 1998.

51. Петровский В.А. Психология неадаптивной активности. Российский открытый университет. Москва: ТОО "Горбунок", 1992.

52. Платонов К.К. Проблема способностей. Москва: 1972.

53. Платонов К.К. Структура и развитие личности. Москва: Наука, 1986.

54. Платонов Ю.П. Социально-психологические аспекты управления студенческими трудовыми коллективами. Ленинград: 1996.

55. Смирнов Н.К. Принципы психологии здоровья и педагогической психотерапии. Москва: 2009.

56. Соловьев А., Макаренко Е. Абитуриент-студент: проблемы адаптации. Высшее образование в России. Москва: 2007.

57. Томкив Е.Л. Взаимосвязь социальных значений и ценностей: к проблеме социальной адаптации личности студента. Современные гуманитарные исследования. Москва: 2008.

58. Хухлаев О. Е. Обычная работа в необычных условиях: психологическое консультирование, осложненное травматическим стрессом. Москва: 2006.

59. Чернова О.В., Сячин М.В. Социально-культурные аспекты адаптации студентов на разных этапах обучения. Вестник Кемеровского государственного университета. Кемерово: 2008.

60. Шефов С. А. Психология горя. Санкт - Петербург: 2006.

61. Шпика И. В. Учебная мотивация как показатель качества обучения. Москва: 2019.

62. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. Санкт - Петербург: 2006.

63. Щукина Г. И Пути формирования познавательных интересов учащихся на уроке в процессе сообщения новых знаний. Москва: 2019.

64. Эрдынеева К.Г., Попова Р.Э. Функциональная асимметрия мозга как условие адаптации студента к учебной деятельности. Успехи современного естествознания. Москва: 2009.

65. Юрьева Л. Н. История. Культура. Психические и поведенческие расстройства. Киев: 2002.

66. Якиманская И.С., Карымова О.С., Трифонова Е.А., Ульчева Т.А. Психология и педагогика, учебное пособие. Оренбург: Издательство Руссервис, 2008.

67. Яровая Ю. Н. Психологические причины мотивационного поведения человека. Москва: 2009.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение №1. Высказывания на изучение учебной мотивации.

1.	Мне нравится узнавать новые факты.
2.	Мне нравится самому искать и находить новые знания.
3.	Мне нравится заниматься развитием своего мировоззрения.
4.	Я учусь, так как должен учиться для получения профессии.
5.	Я учусь, так как хочу добиться уважения в обществе.
6.	Я учусь, чтобы быть полезным другим людям
7.	Мне интересно, когда преподаватель рассказывает что-то неизвестное мне.
8.	Я читаю дополнительную литературу и ищу ее в интернете.
9.	Я учусь, так как стремлюсь быть всесторонне развитой личностью.
10.	Я учусь ради своего будущего.
11.	Я учусь, так как хочу добиться успеха в карьере.
12.	Мне нравится рассказывать то, что я знаю, другим.
13.	Мне нравится, когда преподаватель рассказывает научные закономерности известных мне явлений.
14.	Я использую разные методы для поиска и подтверждения задач.
15.	Я стараюсь найти смысл в получаемых знаниях.
16.	Мне нужно учиться.
17.	Мне приятно, когда мои ответы на занятиях одобряют.
18.	Я помогаю другим в обучении.
19.	Мне интересно понимать закономерности явлений.
20.	Мне нравится самому объяснять новые факты.
21.	Мне нужны знания для самосовершенствования.
22.	Я учусь, так как этого требуют.
23.	Мне нужно учиться, так как образование ценится в обществе.
24.	Знания помогают мне наладить контакт с окружающими.

25.	Мне интересно только то, что было ранее неизвестно для меня.
26.	Я стараюсь самостоятельно найти способ получения нужных мне знаний.
27.	Я стремлюсь быть высокообразованным человеком.
28.	Я учусь из чувства ответственности за свой уровень образованности.
29.	Мне приятно, когда меня хвалят за вопросы к преподавателю.
30.	Я считаю, что знания важны для общего социального благополучия и прогресса.

Приложение №2. Бланк ответов на изучение учебной мотивации.

Бланк ответов:				
1	7	13	19	25
2	8	14	20	26
3	9	15	21	27
4	10	16	22	28
5	11	17	23	29
6	12	18	24	30

Приложение №3. Высказывания на определение уровня стресса.

1. По сравнению с другими людьми вы больше перегружены работой:			
больше - 1	примерно также - 2	меньше (или совсем не перегружены) - 3	
2. Ваша повседневная жизнь наполнена:			
делами и проблемами, которые необходимо решить - 1	такими же делами, как у большинства людей - 2	делами, не требующими внимания и напряжения - 3	

3. Когда вы взволнованы или чем-нибудь озабочены:			
немедленно принимаю меры, чтобы решить проблему -1	прежде разрабатываю тщательный план – 2		
4. Едите ли вы быстрее других:			
обычно заканчиваю есть первым - 1	несколько быстрее, чем другие - 2	так же, как и все - 3	медленнее других - 4
5. Часто ли вы делаете несколько дел сразу?			
да, если возможно - 1	делаю два дела сразу только в "цейтноте" - 2	почти никогда не берусь за два дела сразу - 3	
6. Возникает ли у вас желание поторопить человека, долго высказывающего свою мысль ("ближе к делу"):			
часто - 1	иногда - 2	почти никогда - 3	
7. Когда вы играете в игры (домино, шашки, волейбол и др.):			
все силы напрягаете для выигрыша -1	стараетесь, но не прилагаете особых усилий - 2	это развлечение, выигрыш не важен - 3	
8. Насколько активным вы себя представляете?			
хочу быть первым, лучшим, подстегиваю себя - 1	иногда склонен подстегивать себя, нравиться быть лучшим и первым – 2	обычно не склонен напрягаться, воспринимаю вещи такими, какие они есть - 3	никогда не напрягаюсь, легко смотрю на вещи - 4
9. Как ваша жена (муж) или лучший друг (подруга) расценивают вашу энергичность?			

следовало бы уменьшить активность, слишком энергичен - 1	средне, но большую часть времени я занят делом - 2	слишком медлителен, мог бы быть и поэнергичнее - 3	
10. Могли бы хорошо знающие вас люди сказать, что вы слишком серьезно относитесь к своей работе?			
да, могли бы -1	вероятно, могли бы – 2	пожалуй, не могли бы - 3	нет, не могли бы - 4
11. Могли бы хорошо знающие вас люди сказать, что вы способны сделать очень много в короткий срок?			
да, могли бы -1	вероятно, могли бы – 2	пожалуй, не могли бы - 3	нет, не могли бы - 4
12. Могли бы хорошо знающие вас люди сказать, что вы легко раздражаетесь?			
да, могли бы-1	вероятно, могли бы – 2	пожалуй, не могли бы - 3	нет, не могли бы - 4
13. Считают ли люди, знающие вас хорошо, что вы склонны многое делать в спешке?			
да, считают - 1	вероятно, считают – 2	пожалуй, не считают - 3	нет, не считают - 4
14. Бывает ли, что во время отпуска невозможно отвлечься от мыслей о своей работе?			
да, часто-1	да, изредка-2	нет, никогда - 3	
15. Часто ли вы приходите на работу до начала рабочего дня или задерживаетесь с делами после работы?			
раз в неделю или чаще -1	реже, чем раз в неделю - 2	почти никогда - 3	на моей работе это

			невозможно - 4
16. Как по сравнению с другимивы относитесь к жизни в целом?			
гораздо серьезнее - 1	серьезнее - 2	так же, как и другие - 3	несколько менее серьезно - 4

Приложение №4. Результаты исследования адаптационного потенциала, уровня стрессоустойчивости и мотивации к учебной деятельности первокурсников базового медицинского колледжа.

	Значения адаптационного потенциала	Состояние адаптационного потенциала	Значения стрессоустойчивости	Тип стрессоустойчивости	Значения познавательной мотивации	Значения социальной мотивации	Тип мотивации
1.	1.760	1	-	-	16	13,3	1
2.	1.558	1	-	-	16,3	13	1
3.	-	-	35	2	17,6	17	1
4.	-	-	38	2	18,3	12,3	1
5.	1.494	1	22	1	18	15,6	1
6.	1.704	1	32	2	20	20	2
7.	1.800	1	34	2	17,6	17,6	2
8.	1.833	1	33	2	13	16,6	3
9.	1.883	1	32	2	14	16,3	3
10.	1.937	1	32	2	16,3	16,3	2
11.	1.897	1	28	1	18,6	18,6	2
12.	1.935	1	25	1	16,3	17,3	3
13.	2.359	1	39	2	15,3	15,3	2
14.	1.920	1	34	2	11,3	13	3

15.	3.196	3	32	2	12,6	18,3	3
16.	1.806	1	34	2	13,3	15	1
17.	2.199	1	33	2	16,6	14,6	1
18.	1.930	1	40	2	17	14,3	1
19.	1.400	1	30	2	11,6	17	3
20.	1.849	1	29	1	17,3	19	3
21.	2.082	1	36	2	18,3	18,6	3
22.	-	-	33	2	18,3	18,3	2
23.	1.953	1	34	2	14,3	12,6	1
24.	1.678	1	38	2	16,3	19,6	3
25.	1.775	1	34	2	15,3	19,3	3
26.	1.828	1	37	2	14,6	18	3
27.	1.743	1	42	3	14,6	17,3	3
28.	2.202	1	31	2	18	19,6	3
29.	1.943	1	33	2	18	18,3	3
30.	2.033	1	29	1	16	16,3	3
31.	2.097	1	27	1	18	19,6	3
32.	1.969	1	32	2	11,6	12	3
33.	1.974	1	38	2	17,6	16,6	1
34.	2.031	1	32	2	15,3	15,3	2
35.	1.784	1	31	2	12	21,3	3
36.	1.941	1	-	-	18	18,3	3
37.	2.027	1	31	2	18	19,6	3
38.	1.908	1	30	2	15,6	16,6	3
39.	2.148	1	28	1	16,6	14,6	1
40.	2.146	1	40	2	17	14,3	1
41.	1.902	1	33	2	11,6	17	3
42.	2.119	1	34	2	17,3	19	3
43.	1.807	1	-	-	18,3	18,6	3

44.	2.177	1	38	2	18,3	12,3	1
45.	1.775	1	26	1	18	15,6	1
46.	2.209	1	38	2	20	20	2
47.	2.224	1	-	-	17,6	17,6	2
48.	1.694	1	38	2	13	16,6	3
49.	1.896	1	30	2	14	16,3	3
50.	1.975	1	31	2	16,3	16,3	2
51.	1.813	1	35	2	18,6	18,6	2
52.	2.078	1	28	1	16,3	17,3	3
53.	2.049	1	-	-	16	13,3	1
54.	1.967	1	28	1	16,3	13	1
55.	1.644	1	-	-	17,6	17	1
56.	-	-	33	2	18,3	12,3	1
57.	1.640	1	29	1	18	19,6	3
58.	2.027	1	25	1	11,6	12	3
59.	2.229	1	38	2	17,6	16,6	1
60.	2.003	1	31	2	15,3	15,3	2
61.	1.561	1	31	2	12	21,3	3
62.	2.214	1	-	-	18	18,3	3
63.	2.964	2	27	1	18	19,6	3
64.	1.300	1	32	2	15,6	16,6	3
65.	1.472	1	-	-	16,6	14,6	1
66.	2.134	1	33	2	11,6	17	3
67.	2.247	1	42	3	17,3	19	3
68.	2.039	1	31	2	18,3	18,6	3
69.	1.913	1	32	2	18,3	18,3	2
70.	2.094	1	35	2	14,3	12,6	1
71.	1.940	1	-	-	16,3	19,6	3
72.	2.115	1	32	2	15,3	19,3	3

73.	2.087	1	-	-	14,6	18	3
74.	2.207	1	29	1	14,6	17,3	3
75.	1.984	1	-	-	18,3	12,3	1
76.	1.764	1	34	1	18	15,6	1
77.	2.665	2	-	-	20	20	2
78.	1.536	1	-	-	17,6	17,6	2
79.	1.467	1	35	2	13	16,6	3
80.	1.597	1	43	3	14	16,3	3
81.	-	-	33	2	16,3	16,3	2
82.	2.014	1	29	1	14,6	18	3
83.	2.023	1	-	-	14,6	17,3	3
84.	2.143	1	36	2	18,3	12,3	1
85.	1.807	1	36	2	18	15,6	1
86.	2.335	1	30	2	20	20	2
87.	1.894	1	34	2	18	18,3	3
88.	1.904	1	34	2	18	19,6	3
89.	1.797	1	39	2	15,6	16,6	3
90.	1.676	1	31	2	16,6	14,6	1
91.	2.138	1	30	2	17	14,3	1
92.	1.904	1	32	2	11,6	17	3
93.	1.672	1	33	2	17,3	19	3
94.	2.146	1	-	-	18,3	18,6	3
95.	1.975	1	42	2	18,3	12,3	1
96.	2.510	1	31	2	18	15,6	1
97.	1.534	1	34	2	20	20	2
98.	2.155	1	30	2	16,3	16,3	2
99.	-	-	35	2	14,6	18	3
100.	1.86	1	37	2	14,6	17,3	3
101.	2.109	1	-	-	18,3	12,3	1

102.	1.859	1	37	2	18	15,6	1
103.	1.898	1	-	-	20	20	2
104.	1.501	1	28	1	18	18,3	3
105.	-	-	32	2	18	19,6	3
106.	-	-	30	2	15,6	16,6	3
107.	1.793	1	35	2	16,6	14,6	1
108.	1.782	1	37	2	17	14,3	1
109.	1.698	1	-	-	18,3	18,6	3
110.	1.897	1	34	2	18,3	18,3	2
111.	2.050	1	36	2	14,3	12,6	1
112.	-	-	45	3	16,3	19,6	3
113.	1.704	1	36	2	15,3	19,3	3
114.	2.114	1	-	-	14,6	18	3
115.	***2.130***	***1***	***32***	***2***	***14,6***	***17,3***	***3***
116.	***1.714***	***1***	***28***	***1***	***20***	***20***	***2***
117.	***2.073***	***1***	***35***	***2***	***16,3***	***16,3***	***2***
118.	***2.252***	***1***	***43***	***3***	***14,6***	***18***	***3***
119.	***1.759***	***1***	***32***	***2***	***14,6***	***17,3***	***3***
120.	***1.731***	***1***	***30***	***2***	***18,3***	***12,3***	***1***
121.	***2.471***	***1***	***29***	***1***	***18***	***15,6***	***1***

Приложение №5. Расширенные результаты исследования мотивации студентов к учебной деятельности.

	Уровень широких познавательных мотивов	Уровень собственно познавательных мотивов учения	Уровень мотива саморазвития	Уровень широких социальных мотивов	Уровень узких социальных мотивов	Уровень мотива социальности знаний
1.	3,2	5	8	3,8	3,6	3,2

2.	2,2	2	3	3,4	2.8	2,6
3.	3,6	2,8	3	3,4	8	2,4
4.	2,6	2,2	3	3	3,6	3,4
5.	3,6	3,2	3,8	3,4	3,8	3,6
6.	3,8	3,4	3,4	4	4	3,8
7.	3	2,8	3	4	3,6	2,8
8.	3,2	2	2,4	4	3,6	3,4
9.	3,4	3	3,4	4	4	3,8
10.	2,8	2,8	3,4	3,4	4	3,2
11.	2,8	3	3,4	3,4	3,6	3,4
12.	3,8	3,2	3,8	3,8	3,2	4
13.	3,6	3,6	3,6	3,8	4	4
14.	2,8	2	2	2	3	2,8
15.	2,8	3	3,4	3,4	3,6	3,4
16.	2	2,4	3,4	3,6	3,6	3,8
17.	3	3,2	3,6	3,4	3,6	2,8
18.	4	4	4	4	4	4
19.	2,6	2,4	3,4	3,4	3,4	3
20.	3,4	3,4	4	3	3,6	2.8
21.	3,6	3,2	4	4	4	3,8
22.	3	3,2	3,2	4	3,8	3,8
23.	2,8	2,2	3,6	2,8	2,8	2
24.	2.4	1,8	2,8	2,8	1,8	1,8
25.	2,8	2,8	3,8	3,4	3,4	3,2
26.	3,8	3,8	3,8	3,6	3,8	3,8
27.	2,6	2,6	4	3	3,2	3
28.	3	3,4	3,6	3,6	4	3,2
29.	3,2	3,4	4	4	3,6	3
30.	3	3,2	3,6	3,6	2,6	2,6

31.	2,4	2	2,4	2,8	3,2	2,6
32.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
33.	2,4	1,8	2,8	3,4	3,6	3,2
34.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
35.	3,4	3,4	3,6	3,8	3,8	3,8
36.	2,6	2,4	3	3,2	3,2	2,4
37.	3,6	3,8	3,8	3,8	3,8	3,6
38.	3,2	3,8	4	2,4	3,6	1,4
39.	3,6	3,2	4	4	4	3,8
40.	3,2	3	3,4	3	2,6	2,4
41.	3	3,2	3,2	4	3,8	3,8
42.	2,8	2,2	3,6	2,8	2,8	2
43.	2.4	1,8	2,8	2,8	1,8	1,8
44.	2,8	2,8	3,8	3,4	3,4	3,2
45.	3,8	3,8	3,8	3,6	3,8	3,8
46.	2,6	2,6	4	3	3,2	3
47.	3	3,4	3,6	3,6	4	3,2
48.	3,2	3,4	4	4	3,6	3
49.	2,8	2,8	3,8	3,4	3,4	3,2
50.	3,8	3,8	3,8	3,6	3,8	3,8
51.	2,6	2,6	4	3	3,2	3
52.	3	3,4	3,6	3,6	4	3,2
53.	3,2	3,4	4	4	3,6	3
54.	3	2,8	3	4	3,6	2,8
55.	3,2	2	2,4	4	3,6	3,4
56.	3,4	3	3,4	4	4	3,8
57.	2,8	2,8	3,4	3,4	4	3,2
58.	2,8	3	3,4	3,4	3,6	3,4
59.	3,8	3,2	3,8	3,8	3,2	4

60.	3,6	3,6	3,6	3,8	4	4
61.	2,8	2	2	2	3	2,8
62.	2,8	3	3,4	3,4	3,6	3,4
63.	2	2,4	3,4	3,6	3,6	3,8
64.	3,6	3,2	4	4	4	3,8
65.	3,2	3	3,4	3	2,6	2,4
66.	3	3,2	3,2	4	3,8	3,8
67.	2,8	2,2	3,6	2,8	2,8	2
68.	2.4	1,8	2,8	2,8	1,8	1,8
69.	2,8	2,8	3,8	3,4	3,4	3,2
70.	3,8	3,8	3,8	3,6	3,8	3,8
71.	2,6	2,6	4	3	3,2	3
72.	3	3,4	3,6	3,6	4	3,2
73.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
74.	2,4	1,8	2,8	3,4	3,6	3,2
75.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
76.	3,4	3,4	3,6	3,8	3,8	3,8
77.	2,6	2,4	3	3,2	3,2	2,4
78.	3,6	3,8	3,8	3,8	3,8	3,6
79.	3,2	3,8	4	2,4	3,6	1,4
80.	3,6	3,2	4	4	4	3,8
81.	3,2	3	3,4	3	2,6	2,4
82.	3	3,2	3,2	4	3,8	3,8
83.	2,8	2,2	3,6	2,8	2,8	2
84.	2.4	1,8	2,8	2,8	1,8	1,8
85.	2,8	2,8	3,8	3,4	3,4	3,2
86.	3,8	3,8	3,8	3,6	3,8	3,8
87.	2,6	2,6	4	3	3,2	3
88.	3	3,4	3,6	3,6	4	3,2

89.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
90.	2,4	1,8	2,8	3,4	3,6	3,2
91.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
92.	3,4	3,4	3,6	3,8	3,8	3,8
93.	2,6	2,4	3	3,2	3,2	2,4
94.	3,6	3,8	3,8	3,8	3,8	3,6
95.	3,8	3,8	3,8	3,6	3,8	3,8
96.	2,6	2,6	4	3	3,2	3
97.	3	3,4	3,6	3,6	4	3,2
98.	3,2	3,4	4	4	3,6	3
99.	3	3,2	3,6	3,6	2,6	2,6
100.	2,4	2	2,4	2,8	3,2	2,6
101.	3	3,4	3,6	3,6	4	3,2
102.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
103.	2,4	1,8	2,8	3,4	3,6	3,2
104.	3,8	3,8	3,4	3,8	3,8	3,6
105.	3,4	3,4	3,6	3,8	3,8	3,8
106.	2,6	2,4	3	3,2	3,2	2,4
107.	3,6	3,8	3,8	3,8	3,8	3,6
108.	3,2	3,8	4	2,4	3,6	1,4
109.	3,6	3,2	4	4	4	3,8
110.	3,2	3	3,4	3	2,6	2,4
111.	3	3,2	3,2	4	3,8	3,8
112.	2,8	2,2	3,6	2,8	2,8	2
113.	2.4	1,8	2,8	2,8	1,8	1,8
114.	2,6	2,4	3	3,2	3,2	2,4
115.	***3,6***	***3,8***	***3,8***	***3,8***	***3,8***	***3,6***
116.	***3,2***	***3,8***	***3,8***	***3,6***	***3,8***	***3,8***
117.	***2,6***	***2,6***	***3***	***3***	***3,2***	***3***

118.	*3*	*3,4*	*3,6*	*3,6*	*4*	*3,2*
119.	*3,2*	*3,4*	*4*	*4*	*3,6*	*3,4*
120.	*3*	*3,2*	*3,6*	*3,6*	*2,6*	*2,6*
121.	*2,4*	*2*	*4*	*2,8*	*3,2*	*2,6*