

В ходе анализа результатов тестирования выяснилось, что 11 «А» класс по профилю «физика-математика» преобладает в своем логическом мышлении над 11 «Б» классом по профилю «лингвистический» (11 «А» класс: отсутствие логики – 32%, средний уровень – 26%, хороший уровень – 32%, очень хороший – 10%; 11 «Б» класс: отсутствие логики – 44%, средний уровень – 17%, хороший уровень – 39%, очень хороший – 0). По результатам исследования творческого мышления выяснилось, что творческое мышление в двух классах находится на одном уровне (11 «А» класс: средний уровень – 14%, высокий уровень – 86%; 11 «Б» класс: средний уровень – 17%, высокий уровень – 83%).

В современной педагогике и педагогической психологии осознается необходимость развития одновременно интеллектуальной сферы, нравственной и эмоциональной сферы ученика. Мышление является высшим познавательным процессом. Оно представляет собой форму творческого отражения человеком действительности, порождающую такой результат, которого в самой действительности или у субъекта на данный момент времени не существует. Мышление человека также можно понимать как творческое преобразование имеющихся в памяти представлений и образов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белановская, Е.Е. Основы психологии и педагогики. Теория и практика: учебное пособие для студентов технических вузов / Е.Е. Белановская [и др.]; под ред. И.И. Лобача, В.А. Клименко. – Минск: БНТУ, 2005. – 346 с.
2. Выготский, Л.С. Мышление и речь. Психологические исследования / Л.С. Выготский. – М., Лабиринт, 1996. – 416 с.
3. Чеховских, М.И. Психология: учеб. пособие / М.И. Чеховских. – 2-е изд., доп. и перераб. – М.: Новое знание, 2005. – 380 с.

УДК 316.6

Руда К.Ю.

ТЕХНОЛОГИИ ПОВЫШЕНИЯ АДАПТИРОВАННОСТИ ЛИЧНОСТИ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*УО «Военная академия Республики Беларусь», г. Минск,
Республика Беларусь*

Научный руководитель: канд. психол. наук, доцент Сутович Е.И.

В данной статье рассматривается проблема оптимизации процесса адаптации личности к различным условиям жизнедеятельности.

Проводится анализ факторов, влияющих на успешность протекания данного процесса, и рассматриваются технологии повышения уровня адаптированности личности к условиям профессиональной деятельности.

Изучение процессов адаптации и психологических факторов, определяющих ее уровень, становится все более актуальным в связи с воздействием на человека разнообразных стрессогенных факторов, к которым относятся события личной жизни человека, коренные трансформации в жизни общества, ускоряющиеся темпы развития науки и техники и др. Данные факторы могут оказывать дестабилизирующее воздействие на психическое состояние человека, снижать его работоспособность и обострять проблемы в отношениях с окружающими. В этой связи интерес психологов направлен на изучение эмоциональной устойчивости личности в процессе изменения условий профессиональной деятельности человека, а также способов рационального использования индивидуальных возможностей, овладения навыками саморегуляции поведения и эмоционального состояния.

В психологии адаптация рассматривается как процесс и результат внутренних изменений, внешнего активного приспособления и самоизменения индивида к новым условиям существования. При формировании устойчивых психических состояний личности особое внимание уделяется процессу социально-психологической адаптации, т. е. приобретения личностью определенного социально-психологического качества, овладение различными ролевыми функциями. Именно успешное протекание данного процесса и определяет формирование самооценки личности, устойчивость эмоциональных состояний при изменении социальной среды и сферы общения [1].

Уровень адаптированности личности во многом определяется ее индивидуально-психологическими особенностями, которые накладывают отпечаток на оценку происходящего. Если потребности человека с одной стороны, и требования среды с другой стороны, полностью удовлетворены, такое состояние гармонии можно считать адаптированностью. Достичь подобного идеального состояния невозможно, так как очень много изменчивых факторов имеется как в самой личности человека, так и в окружающей среде. На практике достижима только относительная адаптация в смысле оптимального удовлетворения индивидуальных потребностей [1].

Процесс адаптации человека к новым условиям профессиональной деятельности чрезвычайно динамичен. Его успех во многом зависит от целого ряда объективных и субъективных условий, функционального состояния, социального опыта, жизненной установки и др. Каждый человек по-разному относится к одним и тем же событиям, а один и тот же воздействующий стимул у разных людей может вызвать неоднозначную ответную реакцию. В этом и состоит индивидуальность человека. Однако можно выделить некоторый «интервал» ответных реакций индивида, который будет

соответствовать представлению о психической норме, а также можно определить некоторый «интервал» отношений человека к тому или иному явлению, касающихся прежде всего категорий общечеловеческих ценностей, не выходящий за рамки общепринятых моральных норм. Степень соответствия этому «интервалу» психической и социально-нравственной нормативности и обеспечивает эффективность процесса социально-психологической адаптации, определяет личностный адаптационный потенциал, являющийся важнейшей интегральной характеристикой психического развития. Характеристику личностного потенциала адаптации можно получить, оценив уровень поведенческой регуляции, коммуникативные способности и уровень моральной нормативности [2].

Для повышения уровня адаптации личности могут использоваться широкий спектр технологии. Наиболее распространенными из них являются:

1. Способы регуляции психофизиологического состояния (дыхательные упражнения, аутогенная тренировка);

2. Техники, увеличивающие личностный адаптационный потенциал и креативность (упражнения на развитие интеллектуального потенциала);

3. Тренинг ролевого поведения (социально-психологический тренинг).

Использование технологий, направленных на реализацию характерологических и мотивационных потенций личности (тренинги личностного роста, упражнения по выработке уверенности в себе и формированию позитивных установок) являются личностно-ориентированными средствами, увеличивающими стрессоустойчивость человека.

Разнообразные пути и формы повышения профессиональной компетентности (семинары, тренинги деловых навыков и креативности, деловые и имитационно-организационные игры), сознательное формирование индивидуального стиля деятельности также способствуют успешности протекания процесса адаптации личности к новым условиям деятельности и повышению уровня профессионального мастерства.

В целом следует отметить, что сущность технологий повышения адаптированности человека к условиям профессиональной деятельности заключается в использовании ресурсов индивидуального, личностного и субъективного уровней индивидуальности специалиста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Реан, А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А.А., Реан, А.Р. Кудашев, Л.А. Барапов. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 479 с.
2. Никифорова, Г.С. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности: учеб. пособие / Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриева, В.А. Сметкова. – СПб.: Речь, 2003. – 448 с.