

Субъективное благополучие молодых специалистов в процессе адаптации к профессиональной деятельности

Социально - профессиональная адаптация молодых специалистов представляет собой сложное социальное явление. Потребности и запросы общества меняются и трансформируются вместе с развитием научно-технического прогресса, побуждая изменяться и систему профессионального образования, что ведет к изменениям в социальной структуре общества. Профессиональная деятельность становится для молодых людей не только способом достижения материальной обеспеченности и экономического благополучия, но и приоритетной сферой их самореализации, как профессиональной, так и личностной.

Адаптацию к профессиональной деятельности можно подразделить на функциональную и социально-психологическую. Функциональная - заключается в приспособлении личности к требованиям профессиональной деятельности, овладении способами ее осуществления, усвоении содержания профессиональной подготовки, выработке оптимального режима выполнения профессиональных функций. К функциональной адаптации также относится перестройка психических процессов и свойств в соответствии с условиями и требованиями выполняемой деятельности. Социально-психологическая адаптация предполагает вхождение молодого специалиста в систему межличностных отношений, принятие новой социальной роли, норм поведения, традиций, культуры. Между этими двумя видами адаптации существует тесная взаимосвязь, способствующая скорейшему профессиональному становлению личности. Профессиональная адаптация не является простым приспособлением, а предполагает активную деятельность [2].

Степень и полнота реализации собственной активности зависят от способности человека ставить такие цели, которые наиболее адекватны его внутренней сущности. Чем более осознанно и ценно для человека его профессиональное призвание, тем вероятнее его самореализация в ней. Наличие таких жизненных целей является необходимым условием сохранения психологического здоровья и благополучия в процессе профессионального становления [3].

Включение в профессионально-трудовую деятельность способствует изменению и перестройке отношений человека с обществом и окружающими его людьми. В ходе этих преобразований складывается совершенно новая социальная ситуация развития, в рамках которой выпускник вуза впервые начинает выступать в качестве субъекта труда. Вначале профессиональной адаптации молодой специалист ввиду отсутствия опыта еще не обладает в полном объеме всеми профессиональными знаниями, умениями, навыками и качествами [5]. Однако, наличие определенных личностных образований, таких как, например, субъективное благополучие может способствовать успешной адаптации выпускника вуза к профессиональной деятельности и последующей реализации в ней. Поскольку субъективное благополучие оказывает постоянное влияние на различные параметры психического состояния человека, на успешность поведения, эффективность межличностного взаимодействия, продуктивность деятельности и многие другие стороны внешней и внутренней активности личности. По мнению Р.М. Шамяникова, можно выделить определенные типы субъективного благополучия, связанные с личностным и социальным самоопределением, физическим и психологическим здоровьем, материальным компонентом, субъективной оценкой собственного характера, профессиональным самоопределением и ростом, включающим удовлетворенность избранной профессией, отношениями с коллегами и профессиональной деятельностью в целом [4].

Субъективное благополучие в большей степени зависит от того, как человек воспринимает себя в качестве члена общества, какое место в нем занимает, как оценивает процесс самоутверждения, ощущает и понимает смысл своей жизни. При этом

особенную роль играют удовлетворенность собой, процессом жизни в целом, успешность раскрытия своих потенциалов и удовлетворение потребности в самореализации [1].

Адаптация к профессиональной деятельности происходит, как правило, в возрасте 20-25 лет. Это период, который может быть осложнен как позитивными, так и негативными кризисами (окончание учебного заведения, начало профессионально-трудовой деятельности, создание семьи, рождение ребенка, переезд на новое место жительства и прочее). Однако в зависимости от актуальной жизненной ситуации различные комплексы субъективного благополучия могут оптимизироваться и способствовать успешной социальной и профессиональной адаптации молодого специалиста.

В проведенном нами пилотажном исследовании студентов 5 курса попросили в процентном соотношении (от 0% до 100%) оценить, насколько они удовлетворены собой на данный момент. В результате были получены следующие данные: 2% - низкий уровень; 4% - уровень удовлетворенности ниже среднего; 8% - средний; 63% - уровень удовлетворенности выше среднего; 23% - высокий. Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что большинство респондентов позитивно оценивают себя и свои достижения. Субъективная оценка удовлетворенности и успешности не только в деятельности, но и в жизни может способствовать субъективному благополучию в целом. Положительное самоотношение в свою очередь может способствовать личностному росту, самореализации, успешной адаптации к профессиональной деятельности и профессиональному развитию.

Список литературы

1. Куликов Л.В. Психология настроения. СПб.: Изд-во С.-Петербур. гос. ун-та, 1997.
2. Томилова О.В. Социально-психологические условия профессионального становления молодых сотрудников органов внутренних дел : Дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2000.
3. Шамянов Р.М. Личностное и профессиональное самоопределение как эффекты социализации // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2008. Т. 8. – № 1. – С. 90-95.
4. Шамянов Р.М. Психология субъективного благополучия личности. Саратов, 2004.
5. Шляпников В.Н. Роль волевой регуляции в процессе профессиональной адаптации молодых специалистов // Вопросы психологии. – 2010. – №6. – С. 78-90.