

# ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

**Н. Г. Репьёва**

ГОУ ВПО «Алтайский государственный технический университет им. И. И. Ползунова»  
г. Барнаул

Бурные социально-экономические преобразования, накопление новых знаний в различных отраслях науки, совершенствование процессов производства, стремительная информатизация общества – все это породило новые требования к человеку. Современному обществу необходимы люди, способные не только сосуществовать с окружающей средой, но и реализовывать свой внутренний потенциал в ней. Однако большая часть современной молодежи испытывает сложности в саморазвитии в условиях изменяющейся действительности. Проблема социальной адаптации молодежи особенно актуальна, когда речь идет о подготовке будущих специалистов. Именно от того, как он подготовлен будет зависеть уровень его дальнейшей профессиональной деятельности. Проблема психологической адаптации личности студентов является на современном этапе развития высшей школы одной из наиболее интересных и значимых, требующих воплощения идеи личности в практико-ориентированных исследованиях.

Начальный период обучения в вузе связан с социальными переменами, «ломкой» прежних стереотипов, стрессовыми ситуациями, высокой тревожностью и внутренним напряжением. У ряда студентов это может привести к определенным трудностям и формированию деформированной социальной роли «студента», а именно: подмена реального чувства взрослости такими поведенческими действиями, как свобода посещений занятий, внешние формы реализации своего «Я» (курение, манера общения). Это сопряжено для студентов с определенными трудностями, которые проявляются в нежелании учиться, посещать учебное заведение.

Большое количество работ посвящено исследованию адаптации личности в различных группах и коллективах: М. Н. Будякина, А. А. Русалинова, А. М. Растова, Н. А. Свиридов, Е. В. Таранов, А. И. Ходаков и другие.

Проблема социально-психологической адаптации личности широко исследуется и в зарубежной психологии: Фрейд З., Адлер А.,

Эриксон Э., Олпорт Г., Роттер Д., Роджерс К. и другие.

П. А. Просецкий характеризует адаптацию как активное творческое приспособление студентов нового приёма к условиям высшей школы, в процессе которого у них формируются навыки и умения организации умственной деятельности, призвание к избранной профессии, рациональный коллективный и личный режим труда, досуга и быта, система работы по профессиональному самообразованию и самовоспитанию профессионально значимых качеств личности.

В основе адаптации личности как динамического явления лежат противоречия между требованиями, предъявляемыми условиями новой среды, и готовностью личности к ним на основе предшествующего опыта. Разрешение этих противоречий путём перестройки деятельности и поведения личности, а также регулирующего влияния объективных факторов на процесс взаимодействия личности и среды, обуславливает динамику процесса адаптации, показателями которой выступают качественные изменения в структуре личности и моделях её поведения в новой ситуации.

Процесс адаптации имеет решающее значение в поддержании адекватных соотношений человека и среды. Процесс установления оптимального соответствия личности студента и требований вуза в ходе осуществления свойственной деятельности позволяет удовлетворить и реализовать связанные с ними значимые цели, обеспечивая, в то же время, соответствие психической деятельности требованиям обучения.

Психологическая адаптация предстаёт как изменение, перестройка психики индивида под воздействием объективных факторов среды, процесс ломки старого и установление нового динамического стереотипа – устойчивой системы временных нервных связей, обеспечивающей определённую интенсивность и последовательность реакций организма и психики на изменение внешних и внутренних воздействий и осуществляющей-

ся в форме целостной деятельности больших полушарий головного мозга.

Процесс адаптации как специфический момент в развитии и становлении личности студента имеет особое значение. Во-первых, потому, что в ходе адаптации важно дать правильную ориентацию в системе поведения. Ибо подобная ориентация надолго определяет «лицо» студента, судьбу его развития. Во-вторых, потому, что в ходе этого процесса совершается важнейшее событие: формируется социально-психологическая общность студенческого коллектива.

Считают, что адаптация происходит на протяжении всех лет обучения. Стихийно лишь к третьему курсу формируются значимые для студента навыки самоконтроля, организованности, ответственности. Многочисленные исследования показывают, что наиболее «хрупкими» и уязвимыми во многих отношениях являются именно студенты первого курса. Поэтому именно в первом семестре первого курса максимально необходима и возможна помощь первокурснику.

Адаптация личности студента к обучению – это сложный, длительный, а порой острый и болезненный процесс. Он обусловлен необходимостью отказа от привычного, неизбежностью преодоления многочисленных и разноплановых адаптационных проблем и профессиональных затруднений.

Психолого-возрастные особенности студенчества характеризуются эмоциональной незрелостью, открытостью, внушаемостью, самоидентификацией. В этот период студентам важно именно окружение, в котором они находятся. Очень часто в одну группу попадают юноши и девушки с разным социальным уровнем, а именно – провинциалы и городские жители. Период адаптации данных категорий будет различным.

Ряд авторов выделяет несколько этапов адаптации, отличающихся по своему психологическому содержанию:

1. Преадаптация. На этом этапе происходит приспособление к будущим, воображаемым ситуациям, становление психологической установки на адаптацию.

2. Дезадаптация. Личность на этом этапе отвыкает от привычных условий, в которых находилась до сих пор.

3. Реадаптация. Происходит переход от одних, когда-то новых, а теперь уже ставших привычными, условий к другим.

4. Десадаптация. На этом этапе наступает неадаптированность, личность оказывается неспособной приспособиться к

новым условиям среды.

Средой адаптации студентов выступает образовательная система вуза в целом, которая характеризуется как структурными, так и функциональными компонентами.

Адаптивная ситуация вызвана новизной самой деятельности и условий, в которых она протекает. Если рассматривать это положение более подробно, то можно выделить:

- новизну целей студента;
- новизну деятельности, протекающей в рамках учебно-воспитательного процесса вуза;
- новизну ближайшего его социального окружения;
- для тех студентов, которые приехали в город из сельской местности – новизну более широкой социальной городской среды, к которой они также должны адаптироваться.

Нами была проведена диагностика психологической адаптации студентов-первокурсников института текстильной и легкой промышленности (рисунок 1).

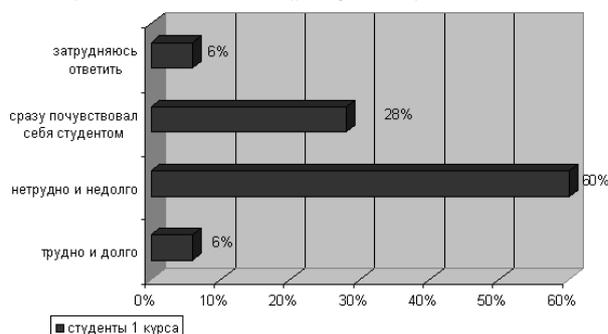


Рисунок 1 – Адаптация к студенческой жизни

Диагностика показала, что для некоторых студентов-первокурсников ИТЛП затруднительной оказалась сама самооценка (6%), следовательно, для них адаптации в вузе не является достаточно важной проблемой.

Наиболее информативно соотношение ответов тех, для кого адаптация к студенческой жизни «шла трудно и долго», и для кого она проходила «нетрудно и недолго». Нетрудно и недолго шла адаптация для 60% студентов-первокурсников, практически безболезненно – для 28% студентов-первокурсников. К последней категории (28%) частично относятся студенты, ранее обучавшиеся в лицеях, гимназиях, колледжах.

Приведенные данные свидетельствуют, что студенты-первокурсники адаптировались и легко чувствуют себя в стенах института, довольны социальными условиями, их уст-

раивают отношения в группе, работа куратора, деятельность старост.

Вузовская адаптация – процесс, во-первых, непрерывный, так как не прекращается ни на один день, а во-вторых, колебательный, поскольку даже в течение одного дня происходит переключение в самые различные сферы: деятельность, общение, самосознание.

Анализ анкет, наблюдения и беседы с кураторами групп, преподавателями, студентами позволили выявить основные проблемы адаптации первокурсников к обучению в вузе:

- неумение распределять свое время и силы;
- неготовность к выполнению высоких требований преподавателей;
- неготовность работать с большим объемом новой информации;
- отсутствие привычного контроля и опеки со стороны родителей, учителей;
- неготовность к обучению, основанному на полной самостоятельности;
- отсутствие у некоторых студентов трудолюбия, силы воли, а главное – желания учиться.

Адаптивная потребность может быть осознана студентом или нет. В последнем случае студент, видя, что прежние способы деятельности и поведения уже невозможны, ищет другие способы стихийно, методом проб и ошибок, в результате чего адаптация протекает медленно и со значительными трудностями. Удовлетвориться адаптивная потребность может для студента на двух уровнях:

- уровень вузовский, на котором создаются необходимые внешние условия реализации адаптивной потребности;
- уровень личностный, когда адаптивная потребность становится движущей силой самовоспитания и саморазвития личности.

Адаптация компенсирует недостаточность привычного поведения в новых условиях, благодаря ей создаются возможности оптимального функционирования личности в новой обстановке. Если же адаптация не наступает, личность испытывает дополнительные затруднения в освоении предмета и условий деятельности.

На наш взгляд, ведущим условием эффективности процесса адаптации, как показывает теоретический анализ материалов, является целенаправленное педагогическое управление этим процессом. Управлять адаптивным процессом обучения на младших курсах вуза – значит сознательно и последо-

вательно обеспечить переход от одной стадии развития личностных отношений и ценностей к другой, более совершенной. Поэтому педагогически целесообразно определить критерии и показатели, с помощью которых можно было бы измерять успешность процесса личностной адаптации в условиях обучения в вузе.

Для более успешной адаптации первокурсников, на наш взгляд, необходимо:

1. учитывать трудности адаптации первокурсников при построении учебных планов;
2. использовать различные методы обучения, ориентированные не на зазубривание изучаемых дисциплин, а, в первую очередь, на обучение студентов умению выявлять главные и второстепенные причины, следствия и другие стороны изучаемых проблем;
3. проведение курса «Введение в специальность», в рамках которого студенты первого курса должны получить четкое представление о выбранной специальности, методах и формах обучения, видах, представляемых формах отчетных документов, организации их содержания, периодах сдачи текущего и итогового контроля знаний и др.;
4. использовать у студентов первого курса системы адаптационных тренингов;
5. проведение спецкурса «Психология делового общения» на первом курсе обучения, который может способствовать формированию устойчивых навыков конструктивного обучения, развитию социальной компетентности;
6. проведение курса «Учись учиться», предназначенного для формирования навыков самостоятельной работы студентов в процессе изучения ими программного материала;
7. повышение роли куратора в адаптации студентов к условиям обучения в вузе.

### Литература

1. Андреева Д.А. О понятии адаптации. Исследование адаптации студентов к условиям учебы в вузе. - В сб.: Человек и общество. - вып. XIII. - М.: Наука, 1973.
2. Андреева Д.А. Проблема адаптации студента. - В кн.: Молодежь и образование. - М.: Просвещение, 1972.
3. Рабинович П.Д., Нуждина М.П. Зависимость успеваемости студентов от их характерологических особенностей // Вопросы психологии, 1987. - N 6. - С. 114.
4. Юревиц А.Ж., Аверьянов В.С., Виноградова О.В. и др. Адаптация к профессиональной деятельности / Под ред. В.И. Медведева. - СПб., 1993.