

Шлаина В. М.

**АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ К УЧЕБЕ В ВУЗЕ**

Обучение в высшем учебном заведении для современных молодых людей — один из сложных и важных периодов жизнедеятельности. В это время осуществляется личностный рост и становление специалиста с высшим образованием. Поиск путей успешной адаптации к изменившимся социальным условиям и новой деятельности является насущной проблемой для каждого, кто переступил порог вуза. В высших учебных заведениях, согласно Болонской конвенции, осуществляется переход на новые модели обучения, существенно изменяются учебные планы, формы организации занятий, критерии оценки знаний, внедряются новые педагогические технологии и стандарты образования. Основной вид деятельности студента — профессиональное обучение — становится более сложным по форме и содержанию, а потому повышает требования к личности в связи с необходимостью адаптироваться к новым и пока не привычным социальным условиям.

Под социально-психологической адаптацией большинство ученых понимают приспособление индивида к новым условиям социальной окружающей среды и его результат. А. К. Гришанов и В. Д. Цуркан [2] утверждают, что под адаптацией студента следует понимать процесс приведения основных параметров его социальных и личностных характеристик в состояние динамического равновесия с новыми условиями вузовской среды как внешнего фактора по отношению к студенту.

А. В. Сиомичев [7] определяет адаптацию как процесс приспособления индивидуальных и личностных качеств к жизни и деятельности человека в изменившихся условиях существования; и в сфере адаптации студентов выделяет познавательный и коммуникативный аспекты, как основные направления учебной деятельности. По данным А. В. Сиомичева, адаптация студентов-первокурсников связана с преодолением трудностей вхождения в новую социальную среду, установлением внутригрупповых отношений, приспособлением к новым формам обучения.

В. А. Петрук и Н. В. Ляховченко [6] считают, что адаптация к учебному процессу в вузе — многоаспектное явление, которое связано со знакомством с новым коллективом, приспособлением к новым условиям, к уровню получения знаний, к изменению методов обучения, к увеличению объема информации и количества дисциплин, которые не изучались в школе, знакомством с преподавателями университета и их требованиями к усвоению учебного материала.

В целом под процессом адаптации понимают сложную систему преобразований, происходящих с человеком соответствии с изменением в условиях его жизни, вследствие которых возникают определенные качества: а) адаптированность как непосредственный результат этих преобразований, то есть состояние согласования имеющихся качеств и требований среды, или б) адаптивность как интегрированная личностное качество, обеспечивающее способность человека к дальнейшим преобразованиям. Результат процесса адаптации — адаптированность человека к определенной системе [3].

Процесс адаптации к обучению в вузе — достаточно сложное и многогранное явление. Ускорение процессов адаптации первокурсников к новому для них образу жизни и деятельности, исследование психологических особенностей, психических состояний, возникающих в учебной деятельности в начале обучения в вузе, а также выявление педагогических и психологических условий активизации данного процесса являются чрезвычайно важными задачами. Однако необходимо отметить, что организация учебной деятельности на первом курсе не обеспечивает на достаточном уровне адаптацию студентов к специфическим условиям высшей школы, в результате чего адаптация студентов к учебному процессу происходит довольно трудно.

Различают три формы адаптации первокурсников к условиям вуза [4]:

- a) формальная — определяет познавательное-информационное приспособление к новому окружению, к структуре вуза, содержанию обучения в нем, его традициям, к собственным обязанностям;
- b) общественная — выявляет процесс внутренней интеграции группы студентов-первокурсников и интеграция этой группы со студенческим окружением в целом;
- c) дидактическая — касается подготовки к новым формам и методам учебной деятельности в вузе.

Обучение в вузе предполагает усвоение большого количества учебных дисциплин, составляющих учебный план подготовки специалиста. Учебная программа каждой из дисциплин предполагает значительный объем как аудиторной, так и самостоятельной работы. В процессе освоения учебного материала приходится много конспектировать, читать, делать выводы и умозаключения, создавать презентации, выступать, выполнять различные учебные задания и т. д.

На успешность учебной деятельности влияют развитость внимания, памяти и мышления. Личностные характеристики студента также является фактором успешного обучения. Не каждый студент обладает достаточной выносливостью, сосредоточенностью, настойчивостью, целеустремленностью, работоспособностью, вниманием, самодисциплиной, способностью к самоограничению в досуге, развлечениях и т. д.. Однако приобрести эти качества необходимо. Самовоспитание, т. е. целенаправленная и сознательная работа студента по формированию и развитию у себя необходимых личностных качеств, имеет исключительное значение для успеха в учебе.

Способность адаптироваться, преодолевать трудности, найти свое место в жизненном пространстве является решающим фактором успешного развития молодого человека, а в будущем — специалиста с высшим образованием. От первокурсника требуется значительная мобилизация своих возможностей для успешного вхождения в новое окружение и качественно иной ритм жизнедеятельности. Психологическая неподготовленность к новым социальным условиям негативно влияет на студентов, ослабляет концентрацию внимания, волю, приводит к состоянию эмоционального напряжения.

Факторы, способствующие возникновению эмоционального напряжения [1, 5]:

- недостаточное количество информации, ее противоречия, чрезмерная разнообразие или монотонность;
- недостаточно сформированы такие черты личности, как готовность к обучению, способность учиться самостоятельно, владеть своими индивидуальными особенностями познавательной деятельности, умение рационально планировать свое рабочее время для самостоятельной подготовки;
- оценка работы как таковой, что превышает возможности студента по объему или степени тяжести, неопределенные требования, критические обстоятельства или риск при принятии решений.

Студенту-первокурснику приходится приспособляться к новым требованиям, которые ставит перед ним высшая школа и одновременно к новым социальным обстоятельствам общения с ровесниками и педагогами, новым формам и методам обучения. Для учебного процесса первокурсников характерны интенсивное умственное напряжение, восприятие большого информационного потока, высокое эмоциональное напряжение, четкая регламентация аудиторных занятий.

Особую весомость адаптационные процессы приобретают на первом этапе обучения в вузе. Сложность этого этапа состоит в том, что у студента происходит перестройка всей системы ценностно-познавательных ориентаций личности, усваиваются новые способы познавательной деятельности, формируются определенные типы и формы межличностных связей и отношений.

Одна из главных проблем, с которой сталкиваются студенты, поступившие в вуз, — необходимость работать не только во время аудиторных занятий в университете, но и самостоятельно изучать материал, пользуясь библиотеками, Интернетом и другими средствами. Ведь значительная роль в учебном процессе отводится самостоятельной работе студента. Кроме то-

го, кредитно-модульная система организации учебного процесса принципиально отличается от традиционной системы. Содержание обучения представлено в законченных самостоятельных модулях, которые одновременно являются банком информации и методическими указаниями по ее применению. При этом модульно-рейтинговая система оценивания успеваемости студентов в каждом модуле способствует адаптации первокурсников потому, что обеспечивает регулярный контроль процесса обучения в целом, тем самым ориентирует студента на систематическую работу в течение семестра.

Отличия процессов обучения в школе и вузе требует от первокурсников качественной перестройки системы привычек и психологических умений, навыков самостоятельного обучения. Не каждому студенту психологически легко в течение короткого времени перейти от одной системы обучения к другой. Их успешность зависит от того, насколько развиты у них основные компоненты учебной деятельности. Следовательно, важно, чтобы студенты своевременно осознали требования к обработке учебной и научной литературы, усвоили рациональные приемы организации самостоятельной работы и ее выполнения, научились конспектировать, работать с первоисточниками, справочниками, словарями, научились распределять свое время.

Для ускорения адаптации первокурсников к обучению в высшем учебном заведении необходимо всем участникам учебно-воспитательного процесса вуза с первых дней обучения оказывать помощь студентам, направленную на преодоление трудностей, возникающих во всех аспектах их адаптации. Выявление проблем, которые возникают перед студентами на первом курсе в высшем учебном заведении, и определение путей их преодоления позволит повысить активность студентов в приобретении качественных знаний, умений и навыков, способствовать предотвращению отчисления студентов на первом курсе.

Таким образом, начало обучения в университете — это достаточно сложный и многогранный процесс адаптации в жизни каждого студента, включающий активное приспособление к новым условиям жизни, включения в кардинально новый вид деятельности, приспособления к новой социальной среде и принятие индивидом новой социальной роли.

#### Л и т е р а т у р а :

1. *Березовин Н. А.* Адаптация студентов к жизнедеятельности вуза: психолого-педагогические аспекты. // Выбранные научные работы БДУ. — Минск — 2001. — С. 11-25.
2. *Гришанов Л. К., Цуркан В. Д.* Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе. — Кишинев, 1990. — С. 29-41.
3. *Зданевич Л. В.* Як живеться студентів? // Гуманітарні науки. — 2005. — №2. — С. 174 -179.
4. *Оруджев З. А.* Психологический анализ динамики профессионального становления студентов педагогического вуза: Автореф. дис. на соискание степени канд. псих. наук. — М., 1985. — 15 с.
5. *Петрова Н. И.* Уровень самоактуализации студентов и их социально-психологическая адаптация. // Психологический журнал. — 2003. — Т.24. — №3. — С. 116-120.
6. *Петрук В. А., Ляховченко Н. В.* Проблеми адаптації першокурсників до процесу навчання у ВНЗ // Вісник Вінницького політехнічного інституту. — 2011. — №4.
7. *Сиомичев А. В.* Психологические особенности адаптации студентов в сфере познания и общения в вузе. // Автореф. дис. на соискание степени канд. псих. наук. — Л., 1985. — 17 с.

*Об авторе:*

**ШЛАЙНА Вероника Михайловна** — старший преподаватель кафедры социальной психологии и психологии управления Днепропетровского национального университета, магистр соционики. Участник конференций по соционике и автор публикаций в журналах «Соционика, ментология и психология личности», «Менеджмент и кадры: психология управления, соционика и социология».