

УДК 378:159.923

Л.З. Гостева, Д.А. Еленская

ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА  
В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ  
(на примере АмГУ)

В статье рассматривается проблема адаптации студентов первого курса в университетской среде.

The given article is devoted to a problem of adaptation of first-year students in the university environment.

В настоящее время общество все больше нуждается в специалистах высокого уровня. Каждый молодой человек стремится поступить в высшее учебное заведение. Абитуриенты переходят в новый период своей жизни – студенчество. Время студенчества – это период столкновения человека с новыми, совершенно дотоле неизвестными проблемами. А ведь ко всему прочему, студенту нужно получить качественное образование, а также избежать дезадаптации, что напрямую зависит от того, насколько быстро он сможет освоить новую для себя среду.

Эффективность и качество обучения студентов в высшей школе оцениваются все более комплексно и целостно. Сегодня в качестве критериев качества профессионально-педагогической подготовки, наряду со знаниями и умениями, выступают профессиональные качества личности, черты характера, способность самостоятельно и творчески получать и применять знания. Следовательно, образовательный процесс в педагогическом вузе должен быть направлен не только на развитие когнитивной сферы студентов, но и развивать их познавательную активность, самостоятельность, способствовать овладению ими методами самообразования, формирования и совершенствования личностных качеств, необходимых для успешного осуществления профессионально-педагогической деятельности. Актуальность проблемы адаптации студентов к учебно-профессиональной деятельности обусловлена тем, что в период обучения в ВУЗе закладываются основы профессионализма, формируются потребность и подготовленность к непрерывному самообразованию в изменяющихся условиях. В этой связи особенно важно, чтобы студенты активно включались в процесс овладения знаниями и способами их освоения с начальных этапов обучения, осознавали, что результаты учебно-профессиональной деятельности становятся подлинным достоянием личности.

Первый год обучения особенно важен с точки зрения адаптации студентов к обучению в вузе. Учебные нагрузки в университете принципиальным образом отличаются от школьных нагрузок. Информационная насыщенность учебного процесса, большой процент аудиторных, наличие особых форм организации учебной деятельности – все это повышает тревожность у первокурсников и существенно влияет на процесс адаптации. Для многих высокие требования учебного процесса нередко приобретают характер травмирующих факторов. Постоянное умственное и психическое напряжение, а также нарушения труда, отдыха и питания часто приводят к срыву процесса адаптации и развитию заболеваний. Следует отметить, что нередко процесс социально-психологической адаптации первокурсников протекает стихийно. А между тем не все студенты, попадая в атмосферу вуза, способны быстро адаптироваться. Отсюда возникает необходимость усовершенствовать процесс адаптации вчерашних абитуриентов к вузовской жизни.

Итак, под адаптацией в высшем учебном заведении понимается процесс приспособления студента к условиям обучения в данном вузе, к новой для него организации

интеллектуальной деятельности, к другим различным внешним факторам – таким как новый коллектив, система обучения и др.

В общем процессе адаптации выделяет две стадии:

1) адаптивная реакция, характеризующаяся напряжением личностной системы, что выражается в резком увеличении количества межфункциональных связей и наиболее интенсивном периоде личностных преобразований;

2) адаптивная стабилизация, которая характеризуется уменьшением напряжения личностной системы, выражающемся в уменьшении количества межфункциональных связей и наименее интенсивном периоде формирования адаптивных характеристик.

Переход от одной стадии к другой совершается через пик адаптивной нагрузки, когда напряжение личностной системы достигает максимума. Такие же стадии выделяются и в процессе адаптации к вузу. Привыкание к новым условиям посредством изменения уже сформировавшихся социально-психологических стереотипов имеет широкое поле осуществления: учебно-воспитательный процесс, рациональное использование бюджета времени, сфера формального и неформального взаимодействия и др.

Адаптация студентов в каждом определенном направлении различна по степени трудности и особенностям, которые зависят, с одной стороны, от индивидуальных особенностей студентов к восприятию и освоению новой среды, отличающейся от школьной, а с другой, – от особенностей высшего учебного заведения.

Для оказания оптимальной помощи студенту в данный период нужно учесть, что адаптация в институте имеет несколько аспектов:

1) профессиональная адаптация – это приспособление к структуре высшей школы, содержанию и компонентам учебного процесса, особенностям избранной профессии.

Выделяют такие основные моменты затруднения профессионального характера: неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная подготовленность к ней, непривычность университетской системы обучения, перегруженность учебных планов большим количеством экзаменов и зачетов, перегруженность учебных программ новой информацией, сложность и новизна изучаемых предметов и др.;

2) социальная адаптация – процесс вхождения личности в совокупность ролей и форм деятельности студенчества как особой социальной группы. Социальная адаптация связана с такими затруднениями как: трудности в организации своего быта, большая и неравномерно распределенная нагрузка, материальные затруднения, жилищные проблемы, слабое здоровье, необходимость совмещать учебу с работой и др.;

3) психологическая адаптация рассматривается как привыкание к новым психологическим условиям и выражается в формировании положительных взаимоотношений с преподавателями и сокурсниками. У первокурсника могут возникнуть следующие затруднения: отрицательные переживания, связанные с уходом с привычного места обучения, неумение осуществлять психологическое саморегулирование, трудности в налаживании отношений с сокурсниками, трудности в общении с преподавателями и др.;

4) дидактическая адаптация, связанная с новыми условиями организации учебного процесса в вузе. Она сопровождается такими затруднениями как неумение пользоваться читательским фондом учебного заведения, изменение контроля за успеваемостью, изменение опросной системы и др.;

5) может выделяться также биологический аспект адаптации, который связан, прежде всего, с перестройкой организма применительно к новым условиям и режиму жизнедеятельности. В этом случае могут возникнуть следующие затруднения: физически тяжело выдерживать занятия, трудно привыкнуть к напряженному учебному графику, физически тяжело существовать вдали от дома (в общежитии, на съемной квартире) и др. Чтобы оценить степень адаптивности первокурсников, необходимо изучить затруднения, с которыми они столкнулись в начале обучения в вузе, а также проследить, исчезли ли они после начального этапа обучения (после первого семестра).

Для выявления наиболее затруднительных аспектов адаптации, которые испытывают к учебному процессу студенты по направлению подготовки «Социальная работа», нами было проведено исследование на тему «Изучение проблемы адаптации студентов по направлению подготовки «Социальная работа» в Амурском государственном университете». Оно охватывало студентов группы 061Б факультета социальных наук. Выборка – 23 человека.

Проведенный опрос показывает, что больше половины студентов испытывали затруднения, связанные с профессиональной адаптацией. Но в среднем около половины опрошенных отметили, что после первого семестра такие затруднения исчезли, почти 15% испытывают их и сейчас (очевидно, специфика вузовского обучения представляет для бывших школьников определенную сложность) и 38% не испытывали данных затруднений вообще (хочется отметить, что данный показатель адаптивности довольно-таки высок). Кстати, процент адаптивности к новым социальным условиям еще выше: в среднем 48% респондентов, отвечая на вопросы о социальной адаптации, указали, что затруднений данного типа они не испытывали. Хотя в то же время достаточно большим процентом анкетированных отмечено, что до сих пор испытывают трудности, связанные с социальной адаптацией, и лишь 23% перестали испытывать их после первого семестра. Нужно отметить также, что уровень психологической адаптивности тоже довольно высок: 48% опрошенных указали, что вообще не испытывали проблем, связанных с данным аспектом адаптации, почти столько же (24% и 27% соответственно) либо испытывают данные затруднения до сих пор, либо справились с ними в течение первого семестра. Что же касается дидактической адаптации, то примерно одинаковое количество опрошенных – 35,5% и 35,7% соответственно – перестали испытывать затруднения или не испытывали их вообще, только 28% анкетированных указали, что до сих пор затрудняются с данным видом адаптации. Очевидно, переход от одной учебной системы к другой требует от студента-первокурсника достаточно большого количества времени. Самый высокий уровень адаптивности студенты показали в биологическом аспекте. Так, 59,6% респондентов вообще не отметили затруднений данного характера, а 24,3% перестали их испытывать уже после первого семестра и лишь 15% испытывают их до сих пор.

Следует отметить, что уровень адаптивности неодинаков среди девушек и юношей. Около 80% юношей ответили, что никогда не испытывали каких-либо затруднений по различным аспектам адаптации, девушки же (в среднем 71%) указали, что справились с различными проблемами адаптации только по истечении семестра. А вот наиболее важным критерием комфортности пребывания в вузе большинство юношей (78%) и девушек (64%) назвали психоэмоциональное состояние.

В ходе опроса были выявлены не только наиболее затруднительные аспекты адаптации, но и мнение самих студентов по поводу помощи им в адаптивном процессе. На вопрос о том, кто же должен, по их мнению, помогать им в адаптации, 56% студентов отметили, что помощь должна оказываться со стороны куратора. До 30% доля опрошенных хотели бы, чтобы такая помощь в большей степени поступала от всех преподавателей, с которыми приходится работать, а 13% вообще выступили за введение должности социального работника (социального педагога, психолога) для решения поставленной задачи. По мнению первокурсников, хорошую помощь в адаптивном процессе им могут оказать студенты старших курсов. Это не удивительно: ведь студенты-старшекурсники могут ответить на многие вопросы бывших абитуриентов по поводу специфики обучения в университете, тем самым первокурсники могут легко преодолеть некоторые затруднения, связанные с дидактической, профессиональной, социальной адаптацией. И там, где не могут в полной мере оказать помощь куратор и преподаватели, – к примеру, в общежитии – первокурсник может рассчитывать на помощь старшего товарища.

Но все-таки наибольший процент опрошенных ожидает помощи от куратора. Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что кураторство – одна из эффективнейших форм управления адаптационным процессом в вузе.

От куратора группы во многом зависят успешность адаптации первокурсников к новой социальной среде, налаживание деловых и личных контактов между членами группы. Успех деятельности куратора группы первого курса во многом зависит от четкого осмысления и определения основных направлений, от оптимального выбора форм и методов воспитания, значительно повышающих эффективность управления адаптационным процессом первокурсников к учебному заведению.

Основными направлениями комплексной системы организационно-педагогических мер, которые позволяют куратору оптимизировать работу и быстрее достичь необходимых результатов, являются:

- 1) проведение работы по ознакомлению студентов с особенностями учебно-воспитательного процесса в вузе, профессиональному ориентированию;
- 2) ознакомление куратора с социально-демографическими характеристиками студентов, изучение черт их характера, уровня знаний и общественной активности;
- 3) изучение формирующейся системы межличностных отношений;
- 4) развитие у первокурсников недостающих организаторских умений и навыков;
- 5) помощь в научной организации труда студентов;
- 6) помощь студентам в организации самовоспитания.

Основные задачи куратора на начальном этапе формирования профессиональных интересов:

- 1) выявление у студентов мотивов поступления в данное учебное заведение, степени понимания ими специфики и характера получаемой профессии;
- 2) определение степени сознательности выбора учебного заведения и профессии, диагностика данных, которые могут и должны быть развиты в процессе подготовки будущих специалистов.

Главное внимание куратору следует уделить активному ознакомлению студентов с требованиями, предъявляемыми профессией к личности специалиста. Представляется также необходимым развитие познавательного интереса к научным и профессиональным требованиям через организацию внеучебной деятельности студентов – основной формы работы куратора.

Авторы многих исследований показывают, что у студентов имеется определенная потребность в самообразовании, но уровни этой потребности различны. Задача куратора состоит в том, чтобы создать условия для ее удовлетворения, сформировать побудительные мотивы к самообразованию у каждого студента, оказать необходимую помощь. Мера помощи должна быть строго определена индивидуальными особенностями и возможностями студента.

Общеизвестно, что успешность социально-психологической адаптации связана с развитием группы как коллектива. Уже на первом году обучения группа может пройти все этапы развития, начиная от диффузного состояния до уровня коллектива. Каждый куратор должен уметь использовать удобные и легкие в обработке методики диагностики, обеспечивающие глубокое и всестороннее проникновение во внутреннюю структуру группы. Кроме того, для интенсификации адаптации студентов к условиям нового учебного заведения важное значение имеет интенсивность дружеских связей в группе. Поэтому в целях стимулирования процессов микрогрупповой дифференциации необходимо организовывать коллективные формы совместного досуга (выставки, театры, турпоходы и т.д.), психологические игры и упражнения, ориентированные на создание благоприятного психологического климата в группе и духовное развитие личности. Тем более, как уже отмечалось, почти все первокурсники в качестве наиболее важного аспекта комфортности обучения в университете отметили психоэмоциональное состояние.

Студентам-первокурсникам предоставилось право самим указать виды помощи в их адаптации, которые в наибольшей степени помогли бы им ускорить этот процесс. Среди них: оказание материальной поддержки, распределение надбавок за особые успехи в учебе или творческой деятельности, повышение стипендии, оптимизация времени обучения (конец пар до обеда, занятия «без окон»), улучшение отношений в группе, консультация психолога.

Исходя из данных проведенного исследования, можно сделать следующие выводы.

1. Большинство студентов по направлению подготовки «Социальная работа» испытывали в начале обучения проблемы с адаптацией, но в данный момент большая половина проблем изжита.

2. Самая высокая адаптивность проявилась в биологическом аспекте, а наименьшая – в дидактической адаптации.

3. Значительное число опрошенных отметило, что вообще никогда не испытывали никаких проблем по каким-либо аспектам адаптации.

4. Наиболее быстро адаптируемыми оказались юноши, девушкам времени на адаптацию нужно больше, данный факт особенно отчетливо выражен в биологическом аспекте адаптации (50% девушек до сих пор испытывают трудности в биологической адаптации).

5. Хотя уровень адаптивности и гендерно различен, все же и для юношей и для девушек наиболее важным составляющим комфортного процесса обучения является психоэмоциональное состояние.

6. Помощи в преодолении проблем с адаптацией студенты-первокурсники ожидают со стороны куратора. Но для них важна помощь профессорско-преподавательского состава.

7. В качестве факторов, положительно влияющих на процесс адаптации, значительно ускоряющих ее, первокурсники отметили денежные поощрения, оптимизацию учебного процесса, повышение психологической комфортности.

Таким образом, проведя анкетирование первокурсников, мы убедились, что процесс адаптации достаточно сложен, его успешность зависит от того, насколько быстро и легко студент преодолеет ряд социальных, психологических, дидактических и биологических затруднений. Если этот процесс не происходит вовремя, то развитие неудовлетворенности обучением в вузе и нарушений психических функций (мышление, внимание, память, восприятие) происходит по принципу усиливающей обратной связи: чем больше накапливается нарушений, тем больше они усугубляют процесс дальнейшей дезадаптации. Начинаются нарушения со стороны здоровья. Искаженное или недостаточно развитое представление о себе ведет к нарушению адаптации, что может сопровождаться повышенной конфликтностью, непониманием своей социальной роли, снижением работоспособности, ухудшением состояния здоровья. Случаи глубокого нарушения адаптации могут приводить к развитию болезней, срывам в учебной, профессиональной деятельности, антисоциальным поступкам.

1. Зайнышев И.Г., Злобин П.Е. Анализ состояния подготовки специалистов по социальной работе в вузах Российской Федерации // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2009. – № 4.

2. Теории социальной работы на пути к самоопределению, образованию и практике / под ред. С.И. Григорьева. – М.: АСОПиР, 2002.

3. Энциклопедия социальной работы: В 3-х т. / пер. с англ. – М.: Центр общечеловеческих ценностей, 2001.