

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

НЕКОТОРЫЕ ПОДХОДЫ К ПСИХОЛОГО–ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Сенько Василий Васильевич

кандидат физико-математических наук, доцент,

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, г. Гродно, проректор по воспитательной работе

E-mail: senko@grsu.by

Котова Оксана Викторовна

кандидат медицинских наук, доцент,

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, г. Гродно, начальник управления воспитательной работы с молодежью

E-mail: o.kotova@grsu.by

Лукашевич Татьяна Сергеевна

магистр психологических наук,

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, г. Гродно, начальник отдела информационно-аналитического и методического обеспечения идеологической и воспитательной работы управления воспитательной работы с молодежью

E-mail: t.lukina@grsu.by

Корчаковская Оксана Юрьевна

магистр педагогических наук,

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, г. Гродно, начальник социально-педагогической и психологической службы

E-mail: korchakovskaya_oj@grsu.by

SOME APPROACHES TO PSYCHOLOGICAL-PEDAGOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS OF FIRST COURSE IN THE ESTABLISHMENT OF HIGHER EDUCATION

Sianko V.V.

Associate Professor, PhD,

The Yanka Kupala State University of Grodno

Kotava A.V.

Associate Professor, PhD,

The Yanka Kupala State University of Grodno

Lukashevich T.S.

The Yanka Kupala State University of Grodno

Korchakovskaja A.Ju.

The Yanka Kupala State University of Grodno

Аннотация

Рассматриваются некоторые подходы к психолого-педагогической адаптации студентов-первокурсников в вузе. Обосновывается важность и необходимость изучения индивидуальных особенностей студентов. Большое внимание уделено содержанию программы и технологиям адаптации студентов к вузовской жизни, оценке эффективности адаптации студентов-первокурсников. Показаны основные результаты психолого-педагогического тестирования первокурсников в вузе.

Ключевые слова: адаптация первокурсников, аспекты адаптации, программа адаптации.

Summary

Approaches to psychological - pedagogical adaptation of first-year students in the university are considered. The importance and necessity of studying the individual characteristics of students is substantiated. Much attention is paid to the content of the program and the technologies for adapting students to university life, assessing the effectiveness of adaptation of first-year students. The main results of psychological and pedagogical testing of first-year students in the university are shown.

Key words: adaptation of first year students, aspects of adaptation, adaptation program.

Адаптация обучающихся во время обучения в учреждениях высшего образования является одной из наиболее значимых проблем на современном этапе развития высшей школы. Индивидуальный подход к личности в системе образования сегодня

диктует необходимость поиска оптимальных путей адаптации студента к изменяющимся условиям социальной действительности. Сегодня для качественной подготовки будущих специалистов нужны действенные формы и методы организации

учебно-воспитательного процесса, способные раскрывать потенциальные возможности студентов [1,3,5].

Под адаптацией студента следует понимать процесс приобщения студента к условиям образовательного процесса в университете, в результате чего он становится субъектом новых видов деятельности и отношений и, следовательно, приобретает возможности оптимального выполнения своих функций [1,6,7,13].

Одним из важных моментов в организации воспитательного процесса в университете является работа со студентами 1 курса. Начало обучения в вузе, принятие новой социальной роли – роли студента – наиболее значимый период, влияющий на возможности личной самореализации, профессионального самоопределения и построения карьеры. Именно в этот период происходит первая встреча студента с той средой, которая создана в учреждении образования, и с которой ему предстоит взаимодействовать на протяжении всего периода обучения [2,10].

Студент 1 курса, впервые столкнувшийся с новыми условиями жизнедеятельности в университете, неизбежно испытывает трудности, которые вызывают фрустрацию и стресс [2,4,11]. В процессе адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе выявляются следующие трудности:

1. Переживания, связанные с уходом из школьного коллектива.
2. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии.
3. Неумение осуществить психологическую саморегуляцию (отсутствие навыков самостоятельной работы, конспектирования, работы с первоисточниками, словарями, каталогами).
4. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях.
5. Страх публичных выступлений перед однокурсниками и авторитетными вузовскими преподавателями.
6. Социально-экономические проблемы у иногородних студентов: обеспечение жильем и финансовыми средствами, незнание города, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких.

Новые условия жизнедеятельности могут отражаться на состоянии здоровья будущих специалистов. При поступлении в вуз коренным образом меняется стиль жизни, условия труда и отдыха, режим дня первокурсника в целом. Именно в этот момент студенты более уязвимы перед различными стрессорами и подвержены влиянию стресса в значительной мере [3,8,12,14]. В то время как студенты старших курсов, сталкиваясь фактически с такими же трудностями, демонстрируют большую устойчивость к возможному проявлению стресса, что может объясняться их более высоким уровнем адаптации к упомянутым выше условиям.

По мнению многих ученых адаптация должна проходить как активное творческое приспособление студентов к условиям высшей школы, в процессе которой 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 [8,9,11].

На наш взгляд, ведущим условием эффективности процесса адаптации является целенаправленное педагогическое управление этим процессом. С этой целью в Гродненском государственном университете имени Янки Купалы разработана «Программа адаптации студентов 1 курса», которая представляет собой совокупность педагогических и социально-психологических системных мероприятий, способствующих успешной адаптации студентов первого курса к образовательному и воспитательному процессу.

Работа в рамках Программы позволяет реализовывать ряд последовательных и взаимосвязанных шагов:

- изучение личностных особенностей первокурсников;
- выявление трудностей адаптационного периода и особенностей «вхождения» обучающихся в студенческую жизнь;
- анализ и обобщение полученных данных;
- психолого-педагогическое сопровождение студентов - первокурсников;
- подготовка на основе данных исследований рекомендаций для кураторов и преподавателей, работающих со студентами первых курсов, направленных на оптимизацию адаптационного периода;
- проведение рабочих совещаний с участием специалистов социально- педагогической и психологической службы, управления воспитательной работы с молодежью, кураторов учебных групп, преподавателей по проблеме адаптации первокурсников;
- разработка и постоянное совершенствование тематических образовательных программ для студентов первых курсов;
- организация и проведение цикла практических занятий со студенческими активами и старостами первых курсов, направленных на повышение уровня осознания трудностей адаптационного периода, освоение способов их преодоления и развитие навыков конструктивного общения;
- организация и проведение Школы кураторов, работающих со студентами первых курсов, направленной на повышение у педагогов уровня психолого-педагогической грамотности;
- социально-психологическое и научно-методическое сопровождение деятельности кураторов в процессе освоения ими предложенной методики проведения групповых занятий с первокурсниками;
- индивидуальное и групповое консультирование студентов и преподавателей;
- совместное подведение итогов, анализ результатов проделанной работы и планирование работы на будущее.

Эффективность управления процессом адаптации студентов-первокурсников зависит от знания особенностей его протекания, целевых ориентиров университета, психолого-педагогического инструментария, позволяющего достичь запланированных результатов, наличия команды специалистов. Целесообразным мы считаем определить критерии и показатели, с помощью которых можно было бы измерять успешность процесса личностной адаптации студентов 1 курса к условиям обучения в вузе. В качестве таких критериев были выбраны уровень личностной тревожности и уровень депрессии студентов 1 курса.

Ежегодно всем студентам 1 курса в университете проводится психологическая диагностика, направленная на выявление студентов, имеющих проблемы социальной и психологической адаптации.

Диагностический аппарат включает в себя следующие опросники:

1. Шкалу депрессии А. Бека, позволяющую оценить уровень депрессии. *Методику оценки тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина, изучающую уровень тревожности в момент проведения исследования (ситуативная тревожность) и личностную тревожности как устойчивую характеристику человека.*

2. Тест агрессивности А. Ассингера, оценивающий степень агрессивности в отношениях.

3. Методику изучения акцентуаций личности К. Леонгарда (модификация С. Шмишека), направленную на изучение характерологических особенностей личности.

4. Экспресс диагностика уровня самооценки личности.

5. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой, предназначенный для практической диагностики различных аспектов индивидуальной саморегуляции.

На основе полученной информации разрабатываются рекомендации для оптимизации деятельности структур университета, направленные на повышение эффективности их работы. В исследовании ежегодно принимают участие более 1200 студентов первого курса всех факультетов университета. Исследование проводится в 2 этапа: 1 этап – август-сентябрь, 2 этап – февраль-март.

Информация, полученная в результате исследования, позволяет:

- определить стартовый уровень личностного развития как исходной точки отсчета при отслеживании динамики личностного роста;

- определить круг индивидуальных психологических проблем первокурсника, которые могут быть решены в процессе его обучения в вузе.

По результатам исследования 1 этапа формируются «группы риска», в которые включаются студенты, имеющие высокие показатели депрессии и личностной тревожности (таб.1).

В 2017/2018 учебном году в «группу риска» были включены 111 студентов с умеренной и выраженной депрессией и 202 студента с высоким уровнем личностной тревожности, с которыми была организована индивидуальная и групповая работа врача-психотерапевта и педагогов-психологов (индивидуальные консультации педагогов-психологов (80 консультаций) и врача-психотерапевта (283 консультации), индивидуальная психотерапия (193 сеанса), индивидуальная тренинг (30 занятий), медикаментозное лечение, психокоррекционная группа «Путешествие к себе».

Таблица 1. Уровень показателей среди студентов 1 курса 2017/2018 учебного года

		Шкала депрессии А.Бека				Шкала самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера-Ю.Л. Ханина					
		Депрессия отсутствует	Легкая депрессия	Умеренная депрессия	Выраженная депрессия	Ситуативная тревожность			Личностная тревожность		
						Низкая	Средняя	Высокая	Низкая	Средняя	Высокая
1 этап	Кол-во человек	1113	263	56	55	438	833	211	385	897	200
	%	74,8	17,7	3,8	3,7	29	57	14	26	60,5	13,5

Результаты 2 этапа психолого-педагогического тестирования (февраль-март 2018) показывают снижение контрольных показателей в «группе риска», что свидетельствует об эффективности пси-

хокоррекционной работы. Показатель тяжелой степени депрессии снизился на 61,8%, средней степени депрессии – на 69,6%, высокий уровень личностной тревожности снизился на 54,5% (таб. 2).

Таблица 2. Сравнение контрольных показателей в «группе риска»

	Депрессия		Личностная тревожность
	Тяжелая степень	Средняя степень	Высокий уровень
1 этап	55 человек	56 человек	202 человек
2 этап	21 человек	17 человек	92 человек
% изменения	61,8%	69,6%	54,5%

Специфика процесса адаптации в университете определяется различием в методах обучения и в его организации, что порождает своеобразный отрицательный эффект. Первокурсникам не достает различных навыков и умений, которые необходимы в вузе для успешного овладения программой. Попытки компенсировать это усидчивостью не всегда приводят к успеху. Проходит немало времени, прежде чем студент приспособится к условиям обучения в университете.

В связи с вышесказанным, можно сделать вывод о том, что для успешной адаптации студентов 1 курса требуется проведение системной работы со всеми студентами первого курса, а не только с контрольной группой, в том числе посредством включения их в общественную жизнь университета.

Адаптация обучающихся происходит на протяжении всех лет обучения, это сложный, длительный, а порой острый и болезненный процесс. Постепенно формируются значимые для студента навыки самоконтроля, организованности, ответственности. Средой адаптации студентов выступает образовательное пространство вуза в целом, которое характеризуется как структурными, так и функциональными компонентами. Ежегодно для студентов 1-3 курсов назначаются кураторы, деятельность которых нацелена на формирование у студентов гражданско-патриотической позиции, духовной культуры, социальной и профессиональной компетентности, воспитание здорового образа жизни, оказание помощи в организации познавательного процесса, содействие самореализации личности студента, повышению интеллектуального и духовного потенциалов. Деятельность социально-педагогической и психологической службы университета направлена на создание специальных психолого-педагогических условий для успешного индивидуального развития, саморазвития, помощь в адаптации к новым условиям жизнедеятельности, психологическую поддержку первокурсников в преодолении трудностей самостоятельной жизни и в установлении комфортных взаимоотношений с однокурсниками и педагогами.

Список литературы:

1. Авдиенко Г.Ю. Влияние мероприятий психологической помощи студентам в начальный период обучения на успешность адаптации к образовательной среде вуза // Вестник психотерапии. - 2007. - № 24. - С. 8-14.
2. Антипова Л.А. Педагогические технологии успешной адаптации личности студента в процессе

обучения в вузе // Казанский педагогический журнал. - 2008. - № 2. - С. 52-56.

3. Архипова А.А. Адаптация студентов как одно из условий самореализации личности // Педагогические науки. - 2007. - № 3. - С. 173-177.

4. Баданина Л.П. Анализ современных подходов к организации психолого-педагогического сопровождения студентов на этапе адаптации к вузу // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. - 2009. - № 83. - С. 99-108.

5. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - П., 2008. - 270 с.

6. Виноградова А.А. Адаптация студентов младших курсов к обучению в вузе // Образование и наука. Известия Уральского отделения Российской академии образования. - 2008. - № 3. - С. 37-48.

7. Карabanов А.А., Погорелко А.Н., Ильин Е.А. Использование информационных технологий в процессе адаптации студентов младших курсов // Известия Института инженерной физики. - 2010. - № 15. - С. 21-23.

8. Пергаменщик Л. А. Психологические механизмы адаптации учащихся к новым условиям жизни и деятельности. - М., 2008.

9. Попова Т.И. Психологические проблемы адаптации студентов к условиям вуза // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 6: Философия, политология, социология, психология, право, международные отношения. - 2007. - № 2-2. - С. 53-57.

10. Седин В.И., Леонова Е.В. Адаптация студента к обучению в вузе: психологические аспекты // Высшее образование в России. - 2009. - № 7. - С. 83-89.

11. Селиверстова О.В. Принципы процесса профессиональной социализации студента в контексте синергетической парадигмы образовательной среды вуза / О.В. Селиверстова // Высшее образование сегодня. - 2010. - № 5. - С. 91-93.

12. Соловьев А., Макаренко Е. Абитуриент-студент: проблемы адаптации // Высшее образование в России. - 2007. - № 4. - С. 54-56.

13. Томкив Е.Л. Взаимосвязь социальных значений и ценностей: к проблеме социальной адаптации личности студента // Современные гуманитарные исследования. - 2008. - № 4. - С. 185-187.

14. Чернова О.В., Сячин М.В. Социально-культурные аспекты адаптации студентов на разных этапах обучения // Вестник Кемеровского государственного университета. - 2008. - № 4. - С. 65-74.