

4. Корнеева Я.А., Симонова Н.Н. Оптимальный личностный ресурс как детерминанта адаптационных стратегий вахтовых специалистов на Крайнем Севере // Медицина труда и промышленная экология. 2015. № 7. С. 42 – 46.

5. Симонова Н.Н. Адаптация к экстремальным условиям профессиональной деятельности работающих вахтовым методом на Крайнем Севере: Учебное пособие. Архангельск, 2012. 54 с.

6. Altintas B.E., Grebot E., Lesage F.-X. Burnout risk profiles among// French psychologist. December 2017, Pages 10 – 20 Sophie.

7. Hakanen J.J, Peeters M.C.W., Schaufeli W.B. Different Types of Employee Well-Being Across Time and Their Relationships With Job Crafting Online// Journal of Occupational Health Psychology. First Publication, February 13, 2017.

DOI: 10.30888/978-5-6041451-4-2.2.23

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Я.В. Кудина

Аннотация. В статье рассматривается проблема адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза. Представлены показатели определения уровня адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе по результатам исследования мотивации, установлены типичных трудностей первокурсника.

Ключевые слова: студент-первокурсник, адаптация, уровень адаптации, мотивация студентов.

ADAPTATION OF FIRST STUDENTS TO FACILITIES

Ya.V. Kudina

Annotation. The article considers the problem of adaptation of first-year students to the conditions of the university. Indicators for determining the level of adaptation of freshmen to a university are presented, as a result of studying the motivation of students to study at a university, revealing the typical difficulties of a freshman.

Key words: first-year student, adaptation, adaptation level, student

motivation.

Данная статья является продолжением ранее опубликованной статьи «Социально-психологическая адаптация студентов первого курса к условиям вуза» в сборнике материалов IV Международной научной конференции «Опыт и инновации в психологии и педагогике» (г. Ставрополь, 2016).

В продолжение изучения темы необходимо отметить, что актуальность ее не стала менее значимой. Проблема адаптации студентов-первокурсников к условиям высшей школы представляет собой одну из важнейших общетеоретических проблем, так как у студента происходит перестройка всей системы ценностно-познавательных ориентаций личности, осваиваются новые способы познавательной деятельности и формируются определенные типы и формы межличностных связей и отношений (Банщикова Т.Н., Моросанова В.И., 2017). Чем эффективнее пройдет адаптация студентов к вузовскому обучению, тем выше будет психологический комфорт, учебная мотивация, направленность и характер учебной деятельности в дальнейшем (Кудина Я.В., 2016). Более детальное изучение данного процесса определяет наличие тесной взаимосвязи возможностей студента с возникающими на его пути социальными трудностями. Попадая в незнакомое пространство, бывший школьник сталкивается с новыми видами взаимодействия в системе «студент – преподаватель», а также «студент – студент», что может повлечь за собой развитие у вновь прибывшего студента внутриличностного конфликта.

Интересной, на наш взгляд, теорией явилась теория израильских психологов, представивших процесс неблагоприятной адаптации в виде математической параболы. Начало адаптационного периода они определили в такое состояние, как «эйфория». Попадая в незнакомую социальную среду, студент испытывает состояние полного удовлетворения: во-первых, уже нет такого жесткого контроля со стороны взрослых, а во-вторых, новый коллектив не знает, какое место кто и когда занимал.

Далее ситуация перерастает в состояние «стресса». Все новое несет за собой не всегда приемлемые для студента вновь появившиеся

законы и правила. Среди сверстников появляются лидеры, а преподаватели выдвигают свои требования.

Не справившись со «стрессом» и не приняв ситуацию, студент-первокурсник может впасть в «депрессию», которая определяет нежелание продолжать обучение и способствует снижению мотивации к обучению в вузе.

Полный отказ от обучения и возникновение различных симптомов заболеваний говорит о наличии «шока» – следующей стадии неблагоприятной адаптации. Активизировать такого студента к обучению крайне сложно, тем более, если вуз был выбран не им самим, а направление подготовки не представляло для него никакого интереса.

При других обстоятельствах, когда бывшему абитуриенту было предоставлено право самостоятельного выбора вуза и направления подготовки, ситуация, по мнению зарубежных ученых, при оказании психологической помощи может перейти в следующий этап – «частичную адаптацию», а затем «непосредственно в адаптацию». При благоприятной адаптации кривая выглядит так: «эйфория» – «стресс» – «частичная адаптация» – «адаптация».

Изучив данную теорию, мы пришли к мнению, что в имеющейся проблеме – проблеме социально-психологической адаптации студентов к новым социальным условиям огромную роль играет мотивация молодых людей к обучению в конкретном вузе и к выбранному направлению подготовки. Чем больше студентов с мотивацией, определенной родителями или кем-то со стороны, тем меньше вероятности благоприятной адаптации к новым условиям.

Для изучения ситуации по заявленному вопросу нами были исследованы студенты 1-го курса направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Целью исследования стало определение уровня адаптации первокурсников к вузу. В качестве диагностического материала нами использовались: методика выявления типичных трудностей первокурсника (Мещеряков Б.Г., Соболев Г.И., 2009); методика определения уровня адаптивности студентов в вузе; методика «Изучение мотивации обучения в вузе» (Реан А.А., Якунин В.А., 2000).

В данном исследовании первоначально изучалась мотивация студентов к обучению в вузе, то есть, степень их самостоятельного

выбора образовательного учреждения и направления подготовки. После распределения по критериям диагностики получились следующие результаты:

- направление подготовки и вуз выбраны еще в старших классах – 19,5 %;
- в течение года – 35,5 %;
- за несколько месяцев – 28,5 %;
- за несколько дней – 16,5 %.

Как видно из результатов, случайной мотивации у испытуемых выявлено не было.

Не менее важными являются следующие показатели:

- интерес испытуемых к выбираемой профессии – 45,2 %;
- пример знакомых – 25,3 %;
- желание получить диплом – 10,5 %;
- влияние родителей – 19 %.

Данные, полученные в ходе исследования, показали, что основной контингент студентов осознанно принял решение освоить выбранное ими направление подготовки в определенном вузе.

Немаловажным аспектом в проблеме адаптации студентов-первокурсников является отсутствие в школе программ, направленных на подготовку старшеклассников к обучению в вузе. Очень часто высокая степень утомляемости, повышенный уровень тревожности являются причиной дезадаптации и ухода студентов из вуза.

Так, был проведен опрос первокурсников на предмет изменения образа жизни при поступлении в вуз. Результаты распределились следующим образом:

- студенты, которые с желанием идут в вуз – 65,5 %;
- студенты, у которых желание идти в вуз проявляется не всегда – 22 %;
- студенты, которые затрудняются ответить точно – 12,5 %.

Из наблюдения за студентами, прошедшими исследование стало очевидно, что легко адаптируются первокурсники с высоким уровнем мотивации к получаемой специальности, причем, если это направление подготовки и направленность выбрали они сами.

Две последние группы студентов показали, что они не всегда с

желанием идут в вуз. Исследовав причину такого явления, мы получили следующие результаты:

- испытывают проблемы в учебной деятельности – 58 %;
- проблемы во взаимодействии с преподавателями – 28 %;
- материальные трудности – 10 %;
- бытовые проблемы – 4 %.

Дальнейшее изучение сложившейся ситуации позволило определить этиологию затруднений, возникающих у студентов-первокурсников в учебной деятельности. Основное количество респондентов показали отсутствие навыков самоорганизации в учебной и внеучебной деятельности, несформированность умений самостоятельной работы и, наконец, неготовность студентов к новым формам учебной работы (семинары, лекции и др.).

Тем самым, после проведенного исследования можно сказать, что основными сложностями, которые студент-первокурсник испытывает в адаптационный период являются:

- дефицит свободного времени;
- большая нагрузка занятиями;
- слабый уровень школьной подготовки;
- неумение быть организованным;
- установка новых коммуникационных связей;
- и другие.

Исходя из всего этого, хочется отметить, что психолого-педагогическое сопровождение первокурсника крайне необходимо на первом году его обучения. Изучение ситуации дезадаптации студентов поможет выявить ее истинную причину и устранить. Кроме того, очень важным является и факт неучастия школ в благоприятной социально-психологической адаптации будущих студентов к условиям вуза. В данном случае учащихся необходимо готовить к новой системе обучения, вводить такие образовательные программы, которые способствовали бы выработке необходимых качеств и компетенций у будущих студентов, позволяя им гармонично адаптироваться в вузе.

В условиях же вуза необходимым критерием благоприятной адаптации является ведение качественного и четко спланированного учебного процесса, вовлечение первокурсника во все виды внеурочной

деятельности (спортивная, творческая, научная, волонтерская и др.), формирование у них стрессоустойчивости (Калюта В.А., Кудина Я.В., 2015), а также привлечение и приобщение к данному процессу органов студенческого самоуправления.

Библиографический список

1. Банщикова Т.Н., Моросанова В.И. Кросскультурные различия в особенностях взаимосвязи регуляторных процессов и адаптированности студентов к условиям обучения в вузе // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. 2017 № 3 (60). С. 173-179.

2. Калюта В.А., Кудина Я.В. Стрессоустойчивость, как неотъемлемое качество студентов, обучающихся в современном вузе // Международный студенческий научный вестник. 2015. № 5 – 2. С. 280 – 282.

3. Кудина Я.В. Социально-психологическая адаптация студентов первого курса к условиям вуза // Опыт и инновации в психологии и педагогике: сборник материалов IV Международной научной конференции. Ставрополь: Логос, 2016. № 4. С. 17 – 20.

4. Мещеряков Б.Г., Соболев Г.И. Новая методика исследования социально-психологической адаптации первокурсников // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». 2009. № 4.

5. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности. СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. 479 с.

6. Реан А.А. Методика изучения мотивов учебной деятельности студентов [Электронный ресурс] / А.А. Реан, В.А. Якунин. URL: <http://testoteka.narod.ru/ms/1/06.html> (дата обращения: 24.01.2018)

7. Якунин В.А. Педагогическая психология: Учеб. пособие. 2-е изд. СПб.: Изд-во В.А. Михайлова, 2000. 349 с.