

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

Малыгина Анастасия Николаевна

студентка

Коваль Анна Николаевна

студентка

Тихомирова Ольга Борисовна

д-р психол. наук, доцент

ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный

университет им. Н.И. Лобачевского»

г. Арзамас, Нижегородская область

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ

К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

Аннотация: в данной статье авторами анализируется проблема адаптации студентов к обучению в вузе. По результатам диагностики выявлен процент учащихся, которые адаптировались к институту.

Ключевые слова: адаптация, вуз, студенты, диагностика адаптации.

Проблема адаптации студентов является одной из наиболее значимых и интересных, а также актуальной, когда речь идет о подготовке будущих специалистов. Адаптация студентов в новом учебном заведении – постоянный динамичный многосторонний процесс. Проблема адаптации актуальна в настоящее время, так как повышен уровень миграции населения, в результате которой, в российских вузах получают образование молодые люди из автономных республик, для которых русский язык не родной. Выпускники сельских школ, не привыкшие к жизненному укладу города, также испытывают трудности адаптации к новым условиям и к обучению в вузе.

Начальный период в вузе связан с социальными переменами, «ломкой» прежних стереотипов, внутренним напряжением, высокой тревожностью. У многих студентов – это может привести к некоторым трудностям, а именно: свобода

посещений занятий, внешние формы проявления своего внутреннего «Я» (манера общения, курение). Это для студентов с определенными трудностями, нежелании учиться. Проблемой адаптации занимались многие исследователи: Красик Е.Д. 1980, Шевелев В.Ю. 1998, Спицин А.П. 1999, Положий Б.С. 1998. По мнению А.А. Налчаджян, адаптация – это социально-психологический процесс, который при благоприятном течении приводит личность к состоянию адаптированности [2]. Процесс адаптации в развитие личности студента имеет особое значение, потому что совершается важнейшее событие: формируется общность студенческого коллектива. Считается, что адаптация проходит на протяжении всех лет обучения. Только к 3 курсу формируются значимые для студента навыки ответственности, самоконтроля. Также многочисленные исследования показали, что наиболее уязвимыми во многих отношениях являются первокурсники, поэтому к 1 семестру 1 курса необходима помощь первокурснику.

Адаптация студента к обучению – это очень длительный, сложный, а иногда даже острый и болезненный процесс. Психолого-возрастные особенности студенчества характеризуется открытостью, внушаемостью. В этот период студентам очень важно окружение, в котором они находятся. Очень часто в одну группу попадают девушки и юноши с разным социальным уровнем.

Ряд авторов выделяют несколько этапов адаптации:

- 1) Преадаптация. На этом этапе происходит приспособление к будущим ситуациям;
- 2) Дезадаптация. На этом этапе личность отвыкает от прежних условий.
- 3) Реадаптация. Переходит переход от одних, когда-то новых условий, а теперь уже устаревших условий личности к другим;
- 4) Десадаптация. На этом этапе наступает неадаптированность, личность оказывается неспособна приспособиться к новым условиям [1].

Нами была проведена диагностика адаптации студентов факультета дошкольного и начального образования. В нашей диагностике участвовали 50 человек и мы попросили заполнить анкету. Рисунок 1

1. Насколько Вы адаптировались к обучению?

2. Насколько Вы адаптировались к коллективу?
3. Собираетесь ли Вы покинуть вуз?
4. Насколько свободно Вы себя чувствуете с преподавателями?

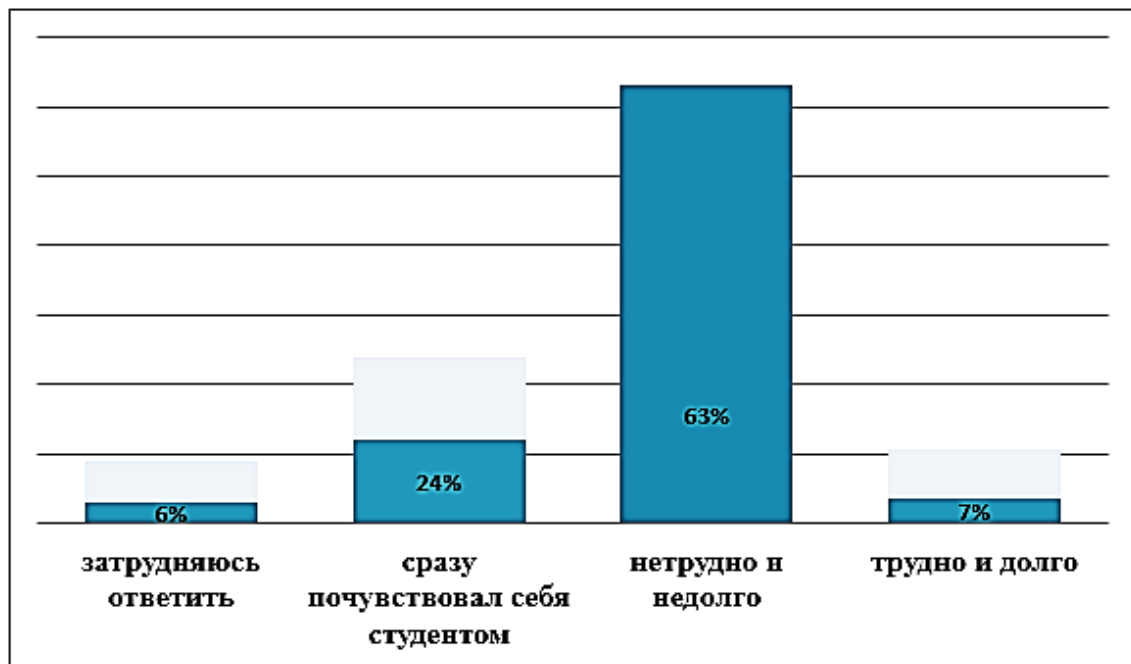


Рис. 1. Адаптация студентов к обучению в вузе

Диагностика показала, что для некоторых студентов затруднительна оказалась сама самооценка (6%), нетрудно и недолго шла адаптация для 63% студентов, практически безболезненно для 24% и студенты, которые трудно, долго, болезненно адаптируются составляет 7%. Проведенные данные показали, что студенты легко чувствуют себя в стенах института, их устраивают отношения в группе, деятельность старост, работа куратора.

Вузовская адаптация – процесс непрерывный и происходит изо дня в день, а также колебательный, так как происходит переключение в течение дня из одной сферы в другую: общение, деятельность. В период учебной деятельности большая часть студентов находится в напряженном состоянии, а определенная часть находится в состоянии срывов адаптационных процессов. Так было выявлено, что у студентов в процессе обучения снижается уровень физического здоровья. Большинство студентов осваивают дисциплины за счет ухудшения здоро-

вья. Политические и экономические перемены, произошедшие в стране за последнее десятилетия, привели к ухудшению здоровья людей и снижению уровня жизни.

На первом этапе студенческой группы организатором ее жизни является куратор. Он помогает адаптироваться студентам, создать благоприятный климат. Куратор с психологом организуют адаптационные тренинги, для сближения группы. Мы задали студентам (50 человек) вопрос: «Довольны ли вы своей выбранной профессией» студенты ответили следующим образом: Доволен «83,7%», Нет «1,2%», Затрудняюсь ответить «15,1%», таким образом, результаты позволяют сделать вывод, что большинство студентов удовлетворены выбором своей профессии и можно рассчитывать на успешную их адаптацию. Важным фактором для адаптации студентов является их отношение к учебе. Следует отметить, что наши студенты располагают хорошими данными для успешной учебной деятельности. С какими же трудностями приходится сталкиваться студентам? Сами студенты считают, что это неумение планировать свое время, неумение работать с первоисточниками.

Успешность студентов в учебной деятельности во многом зависит от многих факторов, важнейшим из них является интеллектуальное развитие как показатель учебной деятельности. Исследования показывают, что студенты не всегда овладевают успешными знаниями и умениями не потому, что была плохая подготовка в школе, а потому что у них не сформированы такие черты личности, как способность учиться самостоятельно, оценивать себя, умение правильно распоряжаться временем [3].

Немаловажное отличие вузовского обучения – это экзаменационная сессия, которую боятся большинство студентов. Первая сессия – это практически всегда шок. В начале сентября всегда кажется, что до нее далеко. Многие студенты первую неделю ходят прилежно на занятия, но потом начинают бездельничать, играть на парах. Это не катастрофа и один или два дня большой роли в обучении не сыграют, но войдя во вкус, студенты не замечают, как пролетает время, насту-

пает зима и скоро Новый год, а значит скоро зачетная неделя и хуже того – сессия. Каждый студент испытывает стресс, переживает первую сессию и всем это чувство знакомо, волнения и переживания вполне оправданы, ведь в случае не сдачи экзамена, студент лишается стипендии.

Студенческая жизнь начинается с первого курса и поэтому успешная адаптация к учебе в ВУЗе является залогом дальнейшего развития студентов. Новая обстановка, новый коллектив, неспособность распоряжаться денежными средствами, оторванность от родителей все это приводит к психологическим проблемам. Во всех вузах обычно специально планируется система мероприятий, способствующая адаптации первокурсников к условиям вуза. В данной статье мы выявили ряд изменений, возникающих в жизни первокурсников при адаптации к новым условиям – это изменения образовательной среды, изменения требований к подготовке, а также изменения определенных личностных свойств.

Список литературы

1. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г.А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – N1. – С. 92–100.
2. Гапонова С.А. Особенности адаптации студентов вузов в процессе обучения / С.А. Гапонова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – С. 131–135.
3. Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс и профилактика. – М., 1981. – 278 с.