

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ  
ПЕРВОКУРСНИКОВ К УСЛОВИЯМ ВУЗА**

**Белого Н.В.**

Основной целью высшего образования является удовлетворение потребностей личности в получении соответствующего образования. Для этого личность, которая в течение жизни осваивает множество социальных ролей, в условиях высшего профессионального образования выполняет роль студента. Студент активно приспосабливается к вузовской организации учебного и внеучебного процесса, включается в систему межличностных отношений, усваивает требования и нормы студенческой жизни, традиции учебного заведения. Оптимальная организация учебной работы студентов, пробуждение интереса к учебной деятельности, побуждение к активности, успешность профессиональной деятельности после окончания вуза во многом зависят от уровня их адаптации к новой образовательной среде.

Адаптационный период и его особенности существенно определяют в дальнейшем морально-психологическое самочувствие первокурсников, их дисциплинированность, отношение к учебе, активность жизненной позиции.

Юноши и девушки, окончив школу, переходят на новый жизненный этап. Этот этап включает в себя смену не только места учебы, места жительства, но и смену уже устоявшегося коллектива. Эту ситуацию характеризует не только новый коллектив, но и, самое главное, направленность на будущее: на выбор образа жизни, профессии, референтных групп. Новопришедшим студентам нужно привыкнуть, адаптироваться как к новой группе, так и к новым правилам и нормам высшего учебного заведения. Психолого-возрастные особенности студенчества характеризуются эмоциональной незрелостью, открытостью, внушаемостью, самоидентификацией. В этот период студентам важно именно окружение, в котором они находятся. Очень часто в одну группу попадают юноши и девушки с разным социальным уровнем, а именно провинциалы и городские жители. Соответственно в этот период основное значение приобретает ценностная ориентация и активность. Она связывается со стремлением к автономии, правом быть самим

собой. Можно считать, что процесс адаптации студентов-первокурсников очень значимый, сложный и долгий [1].

Будет ли студент овладевать знаниями с радостью и желанием и будет ли тем самым обеспечена высокая успеваемость? Это не в последнюю очередь зависит от того, как сложатся отношения внутри учебных коллективов, между студентами и преподавательским составом, между студенчеством и администрацией вуза на начальном этапе обучения [2].

По мнению А.В. Петровского, адаптация студентов – это процесс усвоения молодым человеком норм студенческой жизни, включения его в систему межличностных отношений группы.

Изучая процесс адаптации студентов, А.В. Петровский выделил четыре аспекта: психофизиологический, социальный, педагогический, профессиональный.

1. Психофизиологический аспект адаптации связан с ломкой выработанного годами динамического стереотипа и формированием новых установок и навыков.

2. Социальный аспект затрагивает взаимодействие их со средой и привыканием к новому коллективу.

3. Педагогический аспект связан с особенностями приспособления студентов к новой системе обучения.

4. Профессиональный аспект затрагивает процесс включения студентов в социально-профессиональную группу, освоения ими условий будущей конкретной трудовой деятельности.

Содержание адаптации первокурсника с психологической точки зрения можно разделить на 4 этапа:

1 этап – подготовительный, связанный с профессиональным самоопределением и формированием начальной психологической базы для преодоления трудностей первого периода адаптации к обучению.

2 этап – ориентировочный, связанный с ориентацией и приспособлением к общей специфике высшего учебного заведения, с усвоением действующих норм, правил и подчинением его требованиям.

3 этап – происходит приспособление студентов к особенностям и требованиям, связанным с выбором специальности, а также к учебной группе.

4 этап – первокурсник за счет расширения понятия о профиле своей специальности формирует первичную самооценку правильности профессионального выбора и поведения в группе [3].

От успешности протекания адаптационного процесса у первокурсников зависят уровень академической успеваемости студента, умение правильно распределять свое рабочее время и время для самостоятельной подготовки, способность достигать психологической комфортности в условиях вуза.

Эффективность адаптации первокурсников к вузовскому обучению определяет психологический комфорт, учебную мотивацию, направленность и характер учебной деятельности на старших курсах.

Если процесс адаптации не происходит вовремя, то развивается и накапливается неудовлетворенность обучением в вузе, возникают нарушения со стороны высших психических функций (мышления, внимания, памяти, восприятия), что приводит к дезадаптации. Искаженное или недостаточно развитое представление о себе также ведет к нарушению адаптации, что может проявляться в повышенной конфликтности, непонимании своей социальной роли, снижении работоспособности, ухудшении состояния здоровья.

Процесс адаптации длительный и не всегда успешный, и у значительной части студентов первого года обучения возникают проблемы с адаптацией, что связано с личностными качествами самих студентов, отсутствием навыков к самостоятельной учебной деятельности, несформированностью профессионального самоопределения. В понятие адаптации входят мотивация учения и профессионального самоопределения, самостоятельность умственного труда, ценностные предпочтения, отношения с преподавателями и одногруппниками [4].

Профессиональное самоопределение означает интеграцию молодежи в социально-профессиональную структуру. На индивидуальном уровне человек выбирает свой профессиональный путь – будущую профессию, специальность, вуз. Первокурсники уже осуществили выбор вуза и специальности, их сво-

бода нового выбора ограничена. Более свободный характер организации учебных занятий в вузе и ломка стереотипов школьного обучения также являются важными факторами кризиса профессионального самоопределения на первом курсе. Это может проявиться в сомнениях о правильности сделанного выбора, в неудовлетворенности вузовской жизнью и т.д. Кризис самоопределения существенно тормозит процесс адаптации к студенчеству [4].

Существует внутренняя и внешняя мотивация поступления в данный вуз.

Внутренняя мотивация – ориентация на собственные побуждения, стремления, характеризуется высокой степенью самостоятельности выбора, незначительным влиянием среды. К внутренней мотивации относятся следующие мотивы: интерес к профессии; наличие способностей в этой области; влияние учебы в специализированном классе, техникуме, лицее; семейная традиция, родители; советы учителей, специалистов по профориентации.

Внешняя мотивация – это стимулы извне, влияние среды, отсутствие собственных ценностных ориентиров при выборе вуза или специальности. К внешней, статусной, мотивации относятся следующие мотивы: перспектива найти хорошую работу после вуза, престиж вуза, нежелание идти в армию, продление беззаботного периода жизни, желание получить диплом.

Внутренние и внешние мотивы могут быть содержательными и статусными.

В содержательной мотивации основным мотиватором выступают само содержание, характер выбираемой специальности или будущей профессии.

Статусная мотивация предполагает выраженную социальную ориентацию, когда студент ориентирован на престиж, на повышение или сохранение социального статуса и т.д.

Процесс адаптации первокурсников к выполнению новой для себя роли студента, его характер (модальность и скорость), трудности и проблемы во многом предопределяются ценностным сознанием молодых людей, их ценностными ориентациями [5].

Психологический словарь предлагает формулировку адаптации как приспособление организма, личности, их систем к характеру отдельных воздействий или к изменившимся условиям жизни в целом. Компенсирует не-

достаточность привычного поведения в новых условиях [6].

Сам процесс адаптации связан с перестройкой функций тех или иных органов, механизмов, с выработкой обновленных навыков, привычек, качеств, что приводит к адекватности личности и среды. Адаптационный процесс характеризуется двойственностью. В нем приобретаются новые возможности и одновременно перестраиваются уже имеющиеся. Сохранение эффективности деятельности происходит благодаря готовности к привыканию в других ситуациях. Способность к адаптации выражена не только в приспособлении к меняющимся обстоятельствам, но и в выработке фиксированных способов поведения, позволяющего преодолевать разноплановые и порой острые затруднения.

Нормальная адаптация представляет адаптивный процесс личности, который приводит к ее устойчивой адаптированности в типичных проблемных ситуациях без патологических изменений ее структуры и одновременно без изменений норм той социальной группы, в которой протекает активность личности.

П. Карко, Б.Д. Парыгин, Е.В. Таранов социальную адаптацию рассматривают как процесс включения личности в новую социальную среду, при которой взаимосогласование интересов осуществляется через их взаимодействие. В результате этого процесса человек выступает не только объектом воздействия социальной среды, но и, главным образом, активным субъектом, который адаптируется к среде в соответствии со своими потребностями, интересами, стремлениями и активно самоопределяется [1].

Под социально-психологической адаптацией понимается способность человека приспособливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой, усвоение человеком социального опыта общества в целом и той микросреды, к которой он принадлежит. В изменившихся социальных обстоятельствах предъявляются особые требования к способности молодого человека быстро адаптироваться к новой социальной ситуации [2].

В педагогической литературе выделяют три вида адаптации: активная адаптация, пассивная адаптация и дезадаптация. Активная адаптация способствует успешной социализации в целом. Индивид не только принимает

нормы и ценности новой социальной среды, но и на их основе строит свою деятельность и отношения с людьми. При этом у такого человека нередко формируются все новые и новые разнообразные цели, но главная среди них – полная собственная реализация в новой социальной среде. Круг общения и интересов у человека с активной адаптацией широкий. В конечном счете, этот уровень адаптации ведет к гармоническому единству с людьми, с собой и с миром. Под пассивной адаптацией подразумевается то, что индивид принимает нормы и ценности по принципу «Я – как все», но не стремится что-либо изменить, даже если это в его силах. Проявляется в наличии простых целей и нетрудных видов деятельности, но круг общения и решаемых проблем достаточно широк. Дезадаптация характеризуется недифференцированностью целей и видов деятельности человека, сужением круга его общения и решаемых проблем и, что особенно важно, неприятием норм и ценностей новой социальной среды, а в отдельных случаях и противодействием им [7].

Таким образом, адаптацию первокурсника можно охарактеризовать как сложный процесс приспособления к новым условиям учебной деятельности и общения. Степень адаптации первокурсника в вузе определяется множеством факторов: индивидуально-психологическими особенностями человека, его личностными, деловыми и поведенческими качествами, ценностными ориентациями, академической активностью, состоянием здоровья, социальным окружением, статусом семьи. Период адаптации дает возможность осуществить проверку социально-психологической подготовленности учащихся к обучению, а также спрогнозировать возможность их дальнейшего продвижения и развития.

Процесс адаптации первокурсника к студенческой жизни требует вовлечения социальных и биологических резервов еще не до конца сформировавшегося организма. 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.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

- 1 Ромм М.В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект. – Новосибирск: Наука, 2002. – 275 с.
- 2 Налчадзян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. – Ереван, 1988. – 150 с.
- 3 Корель Л.В. Классификация адаптаций. – Новосибирск: Наука, 1996. – 200 с.
- 4 Годник С.М. Трудности первокурсников: что о них полезно знать педагогам высшей и средней школы. – СПб.: Питер, 1997. – 120 с.
- 5 Кондаков И.М. Проблемы профессиональной социализации личности. – СПб.: Питер, 1996. – 200 с.
- 6 Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. – М.: Современное слово, 2000. – 768 с.
- 7 Мудрик А.В. Общение в процессе воспитания. – СПб.: Питер, 2001. – 320 с.

**Түйін**

*Жоғары оқу келген студенттердің әлеуметтік бейімделудің көптеген күрделі мәселелері қарастырылады.*

*Жоғары оқу орнындағы студенттердің кәсібей іс-әрекетке үйрету және жеке басының дануын қасыптастыру мәселері қарастырылған. Қарын – қатынастың және мінез-құлықтың негізгі формалары кәсібей, жеке іс-әрекеті жоғары оқу орнында қасыптасады. Бейімделу процессі студенттің білімалудағы әлеуметтік психологиялық қасыптасу деңгуйән көрсетеді және данытуға көмектеседі.*

**Conclusion**

*Nowadays a set of complex questions are highlighted in a range of problems of high school. They are connected with difficulties of the 1-st year study at institute, in particular, with social adaptation of students.*

*Student's personal development and profession activity are key questions on the theory and practice of modern high school development. In the process of study the initial knowledge of profession takes place, living and position of a young person is defined, ideology and ways of activity, are studied. The period of adaptation gives an opportunity to perform a check of student's social- psychological qualification, and their adaptability.*

**ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНИНГОВЫХ ЗАНЯТИЙ  
ДЛЯ СОЗДАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОМФОРТА СТУДЕНТОВ  
ВНУТРИ УЧЕБНОЙ ГРУППЫ**

**Кан Ж.И.**

Личность в процессе образования усваивает образцы поведения общества и социальных групп либо соотносит свое поведение с их нормами и ценностями. Одним из ближайших социальных окружений, через которое общество оказывает влияние на личность в сфере образования, является учебная группа, которая также представляет собой особую форму жизнедеятельности студентов. Такие особенности студенческой группы как «проводника» знаний и как личносно формирующей среды детерминируют интерес к студенческой группе со стороны различных наук. Однако по результатам исследований значительная часть учащихся вузов испытывает трудности обучения в группе [1].

Отечественные психологи рассматривают студенческую группу как социально-психологическую систему, обладающую специфическими особенностями, которые детерминированы многими факторами, и подчеркива-

ют значение создания психологического комфорта для оптимального развития личности будущего специалиста и актуализации его скрытых возможностей, раскрытия потенциала, трансляции и приращения знаний. Так, Е.И. Рогов считает, что «группа представляет собой собрание индивидов, которые... воспринимают группу как источник удовлетворения» [2].

С психологической точки зрения комфорт студента – психофизиологическое состояние, возникающее в процессе жизнедеятельности в результате оптимального взаимодействия его с внутривузовской средой. С точки зрения педагогики комфорт выступает как качественная характеристика двух ведущих направлений: организация внутривузовской среды и особенности организации образовательной деятельности студента. Структурными составляющими общего комфорта являются психологический, интеллектуальный и фи-