

ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ В УВО

Лисова А.А.,

студентка 2 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Далимаева Е.О., ст. преподаватель

Человек – общественное существо, поэтому на протяжении всей жизни он взаимодействует с социумом. Таким образом, происходит непрерывный процесс социальной адаптации. Социальная адаптация – один из самых важных процессов, который осуществляется во многих сферах жизнедеятельности человека. Термин «социальная адаптация» в учебнике по социальной педагогике трактуется как «активное приспособление человека к условиям социальной среды путем усвоения норм, ценностей, стилей поведения, принятых в обществе» [2, с.117]. Таким образом, усвоение существующих норм и правил, установление взаимодействия в учебной группе, знакомство с преподавателями – это необходимые составляющие адаптации первокурсников в высшем учебном заведении. Новая среда, увеличение учебной нагрузки, смена окружения, иная социальная роль – это далеко не полный список изменений, которые являются ключевыми факторами стресса у студентов. Поэтому выпускники школ могут столкнуться с такой проблемой как социальная дезадаптация, что проявляется в неспособности индивида приспособляться к новым условиям социума, в принятии и соответствии установленных правил и социальной роли. Все это влечет за собой низкую успеваемость и проблемы с психологическим состоянием студента, поэтому очень важно преподавателям, родителям, а также студентам не допустить или обнаружить и скорректировать данную проблему.

Цель исследования: выявить основные проблемы адаптации первокурсников, проанализировать их причины и определить варианты решения выявленных проблем.

Материал и методы. Материалом для исследования послужили результаты проведенного социологического опроса среди студентов ВГУ имени П.М. Машерова. Всего было опрошено 52 человека, студенты 1 и 2 курса. Методологическую базу составляют как общенаучные методы исследования (анализ, синтез, сравнение, обобщение), так и методы сбора и анализа социологической информации (анкетирование, ранжирование, шкалирование и т.д.).

Результаты и их обсуждение. В начале исследования мы выясняли, существует ли проблема адаптации студентов ВГУ имени П.М. Машерова. 68 % опрошиваемых считают, что имели проблемы с адаптацией; 32 % утверждают, что таковых проблем не было. Таким образом, проблема адаптации знакома значительному количеству студентов.

Следующим этапом были определены 4 главные проблемы, возникающие во время адаптационного процесса: увеличение нагрузки (44%), знакомство с группой (40 %), недостаток времени (40%), адаптация к новому месту жительства (32%). Респонденты имели возможность выбрать несколько вариантов ответа, поэтому сумма вариантов превышает 100%. Причиной данных проблем 52% студентов считают себя, то есть свои личные страхи, особенности характера, лень, неорганизованность и т.д. 28% опрошиваемых полагают, что внешние факторы, такие как организация образовательного процесса, отношение преподавателей и группы, повлияли на процесс их адаптации. Остальные 20% видят причину и в том, и в другом. Также успешность социальной адаптации характеризуется тем, насколько студентам удалось выстроить общение с учебной группой. 92,3% удалось эффективно выстроить взаимоотношения в группе, остальные 7,7% имели проблемы с этим. Большая часть опрошиваемых (88,8%) считает, что именно хорошие отношения с группой помогли им в адаптации на первом курсе, а 11,5% полагает, что наличие общения с одногруппниками никак на них не повлияло.

В университете проводится ряд мероприятий, квестов, тренингов, направленных на сплочение коллектива. 61,5% респондентов считает это эффективным методом, остальные 38,5% имеют противоположное мнение. Занятость в мероприятиях, кружках, секциях университета помогла 53,8% облегчить период адаптации, 38,5% решили воздержаться от участия и лишь 7,7% данный метод не помог.

Студенты выделили следующие причины тяжелой адаптации на первом курсе: переживания из-за ухода из школьного коллектива, где человек получал помощь и поддержку (34,6 %); недостаточная психологическая подготовка к выбранной профессии (61,5 %); поиск оптимального режима труда и отдыха (46,2 %); отсутствие навыков самостоятельной работы, например, неумение конспектировать (38,5 %).

В результате социологического вопроса было выявлено ряд проблем, возникших у студентов первого курса в период адаптации. Исходя из опыта студентов, пережить период адаптации им помогло время, спустя которое они привыкли к учебе в высшем учебном заведении (46,2%); самостоятельно справлялись 50% опрошенных, нашли помощь у одногруппников 57,7%; у студентов старших курсов 30,8%; помогло облегчить период адаптации участие в мероприятиях, кружках, секциях (34,6%); помогли родители, близкие, друзья (46,2%), а нашли помощь у преподавателей 3,8%.

Респонденты также предложили пути решения рассматриваемой проблемы. По мнению студентов, преподаватели и кураторы должны приобщать их к внеклассным мероприятиям на сплочение совместным времяпрепровождением, например, посещением различных развлекательных мест (кино, музей, театр). Можно проводить тренинги с психологом; выстраивать грамотную коммуникацию со студентами: общаться уважительно, помогать советом, не заставлять, понимать, что существуют не только экстраверты, но и интроверты, которым социализация дается с трудом; интересоваться проблемами, которые возникают у студентов, и стараться решать их; объяснять, что процесс социализации – это нормально, не стоит «зацикливаться» на неудачах; преподавателям следует быть максимально дружелюбными, быть эмоционально ближе к студентам и не ограничиваться формальными связями; понимать, что все люди разные, поэтому кому-то надо дать способы выпустить эмоции (мероприятия, мастер-классы, тренинги), а кому-то стоит от этого воздержаться; дать студентам необходимое время для адаптации, постепенно увеличивая материал, задаваемый на дом. Многие студенты указывали, что плохо владеют или не владеют приемами нейтрализации стрессовых факторов [1, с. 219]

Заключение. Адаптация первокурсников в высшем учебном заведении играет большую роль в дальнейшем образовательном процессе студента. По результатам социологического исследования можно сделать вывод, что трудности в адаптации обусловлены сменой среды: новые люди, правила, уклад жизни. Следовательно, появляется необходимость в комплексе мер по адаптации студентов, так как именно данный процесс напрямую влияет на профессиональное и личностное развитие будущих квалифицированных специалистов. В интересах высшего учебного заведения сделать адаптацию успешной и помочь студентам привыкнуть к новой среде в кратчайшие сроки.

1. Далимаева, Е. О. Обучение студентов приемам нейтрализации стрессовых факторов как условие последующей профессиональной успешности / Е. О. Далимаева // Фундаментальные и прикладные проблемы стресса: материалы II Междунар. науч.-практ. конф., Витебск, 21 апреля 2011 г. – Витебск, 2011. – С. 219–221. – [Электронный документ], - режим доступа: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/14388>, Дата обращения - 10.03.23.

2. Мардахаев, Л.В. «Социальная педагогика». Учебник / Л.В. Мардахаев. - М.: «Гардарики», 2005. – 269 с.