

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Габрусёнок Е.А.,

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

Научный руководитель – Ховайло О.В., ст. преподаватель

Ключевые слова. Адаптация, профессиональное становление, образовательная среда, первокурсник, студент, обучение.

Keywords. Adaptation, professional development, educational environment, freshman, student, training.

В современной образовательной парадигме высшая школа выступает не только как институт передачи знаний, но и как важнейший агент социализации. Процесс интеграции студента в новую социально-педагогическую реальность сопряжен с комплексом трудностей, что обуславливает необходимость детального изучения содержания и механизмов его социально-педагогической адаптации, выступающим ключевым условием академической успеваемости и личностного развития. Поступление в высшее учебное заведение – важный и волнительный этап в жизни каждого студента. Первый курс – это период адаптации, когда молодые люди сталкиваются с новыми требованиями, формами обучения, окружением и повышенной нагрузкой.

Переход из школы в университет – это не только смена образовательной среды, но и значительное изменение в образе жизни, которое может вызвать разнообразные эмоции и переживания. Первокурсники сталкиваются с новыми требованиями в учебе, знакомство со студенческими сообществами, необходимость в самостоятельном планировании и распределении времени для обучения и личной жизни, а также они испытывают стресс из-за конкуренции и нагрузки.

Актуальность этой проблемы заключается в общественной заинтересованности сохранения и улучшения психического и физического здоровья человека. В связи с этим, изучение закономерностей, принципов и механизмов человеческой адаптации в различных социальных и производственных условиях на разнообразных уровнях, в данный момент приобретает ключевое теоретическое и практическое значение. Цель исследования – изучение понятия адаптации первокурсников в высшем учебном заведении.

Материал и методы. В качестве материалов исследования выступают научные труды ответственных и зарубежных авторов в области психологии и педагогики, посвященные проблемам адаптации, профессионального становления личности в период обучения в высшем учебном заведении. Применены теоретические методы научного психологического исследования: теоретический анализ, моделирование.

Результаты и их обсуждение. Адаптация – это совокупность психологических и физиологических реакций организма, лежащих в основе приспособления его к окружающим условиям, направленных на сохранение относительного постоянства его внутренней среды, при которых происходит социальное взаимодействие личности, социальной группы и социальной среды. Гришанов А.К., Цуркан В.Д. полагают, что адаптация студентов – процесс приведения основных параметров их социальных и личностных характеристик в соответствие, в состояние динамического равновесия с новыми условиями вузовской среды как внешнего фактора по отношению к студентам [1]. Адаптация – результат (процесс) взаимодействия живых организмов и окружающей среды, который приводит к оптимальному их приспособлению к жизни и деятельности [2].

Адаптация первокурсников к университетской жизни проходит в несколько этапов: начальная дезориентация, активное включение в учебный процесс и интеграция в студенческое сообщество. Первокурсники сталкиваются с повышением уровня стресса из-за: смены социального окружения, необходимости принятия самостоятельных решений, высокой учебной нагрузки. Исследования некоторых авторов изучающих адаптацию студентов первого курса приходят к выводу, что около трети испытывают тревожность в первые месяцы учебы.

В этот период могут возникнуть проблемы в социальной и академической адаптации. Они могут возникать из-за различий в культурных и социальных нормах, отсутствие дружеских связей, конфликтные ситуации в группе. Где академическая адаптация затрагивает переход от системы обучения в школе к системе обучения в высшем учебном заведении. Вовремя обучения в высшей школе появляется необходимость самостоятельно планировать учебную и внеучебную деятельность, освоение новых форм работы, таких как лекции, практические и семинарские занятия, лабораторные работы, курсовые проекты и многое другое, а также высокая интенсивность обучения [3].

Также на этом этапе важно выделить факторы, которые влияют на успешность адаптации. Среди ключевых факторов можно выделить: подготовленность к обучению, а именно уровень школьной подготовки; уровень мотивации, профессиональные и личностные цели; поддержка со стороны высшего учебного заведения, кураторы, психологическая служба; включенность во внеучебную деятельность, студенческие клубы, мероприятия; поддержка семьи и друзей [4].

Высшие учебные заведения для улучшения адаптации студентов первого курса вводят специальные программы. Это могут быть специальные недели первокурсников, а также концертные программы, организацию торжественной линейки посвященные поступлению в высшее учебное заведение, проводят различные квесты, организуют вступление в различные творческие коллективы, в волонтерское движение, и многое другое.

Но важным остается аспект психологической помощи и поддержки который осуществляет отдел по воспитательной и идеологической работе с молодежью. В них входят педагоги-психологи, педагоги социальные. На протяжении первого учебного года они организуют работы со студентами, не забывая и о работе со старшими курсами. Психолого-педагогические службы работают в тесной связи с кураторами учебных групп. Ведь куратор учебной группы постоянно взаимодействует с курируемой группой, проводит мониторинг успеваемости и вовлеченности в образовательный процесс, при необходимости общается с родителями и другими субъектами образовательного процесса. Также в роли наставника могут выступать студенты старших курсов, которые уже прошли этап адаптации [5].

Заключение. В процессе адаптации студентов первого курса участвуют большое количество объектов и субъектов, таких как: ректор и ректорат, которые следят за состоянием отношений между субъектами всех процессов, которые происходят в учебном заведении; деканы факультетов, кураторы учебных групп, преподаватели; отдел по воспитательной и идеологической работе с молодежью; студенческие активы.

Процесс адаптации носит комплексный, многокомпонентный и динамичный характер, выступая связующим звеном между требованием образовательной среды и индивидуальными особенностями студента. Его успешное протекание обеспечивает не только интеграцию в новую социальную среду, но и закладывает основы профессионального идентичности, компетентности и будущей конкурентоспособности специалиста.

Адаптация первокурсников – сложный, но контролируемый процесс. Понимание факторов, влияющих на адаптацию, и внедрение соответствующих стратегий могут помочь создавать более благоприятные условия для успешного начала учебного пути.

1. Гришанов, Л.К. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов // Психологопедагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе / Л.К. Гришанов, В.Д. Цуркан. – Кишинев, 1990. – С. 294

2. Крысько В. Г. Словарь-справочник по социальной психологии. – М.; СПб.: Питер, 2003. – 416 с.

3. Скитейкина Ю. А. Социальная адаптация студентов в вузе // Молодой ученый. – 2021. – № 41 (383). – С. 303-307;

4. Мирзаянова Л.Ф. Особенности психологического сопровождения студентов в условиях развивающей образовательной среды вуза // Вестник полоцкого государственного университета. Серия Е. Педагогические науки. – 2009. - № 11. – С. 2-8.

5. Лях И. А. Процесс адаптации студентов-первокурсников: проблемы, опыт, перспективы // XVI Машеровские чтения : материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, Витебск, 21 октября 2022 г. : в 2 т.. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2022. – Т. 1. - С. 209-211.