

Свистун Т. Л.

ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

У статті характеризується поняття адаптації студентів до навчального процесу у вищому навчальному закладі. Здійснено спробу окреслити педагогічні підходи до організації навчально-виховних заходів, які сприяють зниженню напруженості адаптаційних процесів.

Ключові слова: адаптація, студенти, вищий навчальний заклад.

В статье характеризуется понятие адаптации студентов к учебному процессу в высшем учебном заведении. Осуществлена попытка очертить педагогические подходы к организации учебно-воспитательных мероприятий, которые способствуют снижению напряженности адаптационных процессов.

Ключевые слова: адаптация, студенты, высшее учебное заведение.

In the article the concept of adaptation of students is characterized to the educational process in higher educational establishment. Realizable attempt to outline the pedagogical going near organization of educational-educator measures which assist the decline of tension of adaptation processes.

Keywords: adaptation, students, higher educational establishment.

У сучасному українському суспільстві актуальним є дослідження проблем безперервного навчання особистості впродовж життя. Адже особистість перебуває в ситуації постійних динамічних змін у світі, що охоплюють царину знань, спілкування та інноваційних технологій. Сьогодні важливо усвідомити, що навчитися один раз і на все життя неможливо. Отже, особистості потрібно налаштуватися на формування навичок ефективно пристосовуватися до нових умов у різних навчальних закладах, не витрачаючи при цьому надлишок душевних і фізичних сил. Іншими словами, потрібно оволодіти спеціальними вміннями адаптивної поведінки, оскільки остання значно менше потребує від людини напруження регулятивних механізмів для підтримання сталого стану організму. Адже особистість, вступаючи до конкретного навчального закладу, має не лише відчувати внутрішній комфорт та володіти достатніми знаннями для успішного продовження навчання в

нових умовах з перших днів, але й уміти діяти в достатньо широкому спектрі навчальних, освітніх, розвиваючих ситуацій.

На думку В.Г. Кременя, входження України в світовий освітній простір актуалізує проблему в такому контексті, що "...освіта повинна готувати людину, органічно адаптовану до життя у світі багатоманітних зв'язків – від контактів із найближчим оточенням до глобальних»[6]. Переконалим є й інший аргумент: при умові успішної адаптації створюється позитивна мотивація та бажання особистості вчитися впродовж усього життя.

Проблема пристосування до нових умов загострюється ще й у зв'язку з тим, що існують значні розбіжності в методах, формах і засобах стимулювання навчально-пізнавальної діяльності в школі та вищому навчальному закладі, зокрема, в наданні самостійності школярам і студентам у ситуаціях вирішення навчально-виховних завдань, поглибленні спілкування між суб'єктами педагогічного процесу. Ускладнює процес адаптації багатьох студентів і той факт, що досить часто вибір професії визначається не власними перевагами, а настановами батьків, що в свою чергу підсилює почуття невдоволення собою та ситуацією. В іншій частині студентів-першокурсників процеси адаптації ускладнюються через внутрішнє неприйняття ними необхідності навчатися у непрестижному навчальному закладі й отримувати непрестижну професію (про це часто говорять студенти педагогічних навчальних закладів). Не на користь і той факт, що першокурсники часто відчують себе знесиленими після випускних і вступних іспитів, тому перші труднощі призводять до проявів соціальної напруженості, емоційної нестабільності та неадекватної поведінки.

Процес адаптації здавна цікавить педагогічну науку. Адже природа людини та її фізіологічні властивості, що формувалися впродовж багатьох віків, не можуть змінюватися так швидко, як це відбувається з технологічними та соціальними умовами суспільства. Людина не здатна до швидкого оптимального переструктурування в умовах різких змін. Їй необхідний певний запас адаптованості, якого в критичний момент вистачило б на якісну перебудову свідомості та критичне осмислення нової ситуації, вольову і свідому профілактику розвитку власного життя. Подібна невідповідність призводить до виникнення суперечностей між біологічними можливостями людини та соціальним середовищем. Зазначимо, що в процесі просування сходинками ієрархії живих істот, стереотипні, запрограмовані форми поведінки поступово поступаються місцем більш гнучкій і пластичній поведінці, що дозволяє організмам адаптуватися до різноманітних ситуацій, з якими вони постійно стикаються. На думку багатьох авторів, невраху-

вання особливостей адаптації людини до динамічних умов сьогодення часто призводить до порушень поведінки, психосоматичних захворювань, неврозів. Дослідник Г. Сельє у зв'язку з цим використовує поняття «загальний синдром адаптації» як комплекс реакцій на тлі стресу, що призводить до поступового виснаження резервів організму, який намагається пристосуватися до нових умов [7]. Водночас людина за умов відповідної технології та стратегії власного життя здатна постійно нарощувати рівень адаптованості [8].

Об'єктом нашого дослідження є розкриття теоретичних аспектів проблеми адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. **Предметом** наукового аналізу є сутність, закономірності та механізми адаптації студентів-першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі.

Мета дослідження – здійснити теоретичний аналіз проблем адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі.

До завдань дослідження можна віднести такі:

1. Визначити особливості перебігу процесу адаптації.
2. Означити загальні тенденції явища та окреслити коло невирішених питань.

Зазначимо й те, що людина та людське суспільство загалом є однією з основних форм матерії і тому володіють основними якостями, що властиві живій матерії. На думку Г. Сельє, ця якість властива всім відомим формам життя й настільки загальна, що часто отожднюється і з самим поняттям життя [7]. Ця думка підтверджується й різними тлумаченнями у визначенні поняття адаптації. Воно є досить загальним і входить до складу явищ, які мають світоглядний характер. Унікальність і універсальність, біологічне й соціальне в людині знаходяться в діалектичній взаємозалежності, тому проблема вивчення адаптивних процесів продовжує викликати інтерес філософів, психологів, педагогів та ін..

Аналізуючи сучасний стан проблеми, можна визначити декілька напрямів, за якими здійснювалися дослідження адаптації студентів до умов вищого навчального закладу. Серед них: вивчення труднощів початкового етапу навчання і чинників, що впливають на адаптивний процес (А.І. Рувинський, А.Д. Андрєєва, Ю.А. Кустов, Л.Н. Гаценко, Л.А. Ефімова, А.Н. Леонтьєв, Р.Л. Шевченко, С.А. Гапонова та ін.); узагальнення передового досвіду роботи колективів з проблеми адаптації до нових умов навчальної діяльності (Т.Р. Шишигіна, Л.Г. Вяткін, В.І. Слободчиков, Н.А. Ісаєва, В.В. Арнаутов, Л.С. Космогорова, Т.А. Леонтьєва, Ж.П. Філіпова, Б.І. Брудний та ін.). Особливий інтерес викликають результати дослідження українського науковця В.П.

Казміренка, зокрема, запропонована ним програма вивчення психолого-соціальних чинників адаптації молоді до навчання у вищому навчальному закладі та здобуття майбутньої професії [5].

Так, психологічна адаптація особистості визначається як пристосування особистості до соціуму відповідно до його ustalених норм і вимог. Проаналізуємо характеристики основних понять, що свідчать про особливості пристосування до зовнішніх умов, зокрема таких як "адаптація», "адаптивна поведінка», "соціально-психологічна адаптація до нових умов навчання». Зокрема, науковці тлумачать поняття адаптації як процес пристосування особистості до нових для неї умов; адаптацію як наслідок процесу пристосування; і, нарешті, адаптацію як механізм, що забезпечує процеси соціалізації [1].

По-перше, при усій різноманітності уточнюючих деталей загальним є те, що адаптація розглядається як пристосування особистості до соціуму відповідно до вимог та ustalених норм [11]. По-друге, дослідники П.С. Граве і М.Р. Шнейдман розглядають адаптацію як стан організму, коли внутрішній інформаційний стан максимально співзвучний інформаційному стану ситуації. Вони наголошують на такій особливості організму в процесі адаптації, як мінімізації реакцій на мінливі умови середовища [4]. По-третє, адаптація здійснюється в процесі соціалізації особистості та в процесі її індивідуального розвитку, трудового й професійного становлення [9].

У межах таких поглядів на проблему адаптації доречно буде говорити про таке явище, як адаптивна поведінка. Аналізуючи це поняття, українська вчена С.І. Хаїрова посилається на дослідження М. Вебера, де адаптивна поведінка визначається як індивідуальний спосіб взаємодії суб'єкта із ситуацією відповідно до власної логіки та значущості в житті людини та її психологічних можливостей [2]. Головне завдання такої взаємодії полягає в якнайкращій адаптації до вимог ситуації. Це дозволяє суб'єкту оволодіти нею (ситуацією), ослабити чи пом'якшити вимоги, навчитися їх уникати чи звикнути до них і таким чином погасити стресовий вплив ситуації якомога швидше [10].

Дослідники процесу адаптації до нових умов навчання актуалізують найбільш значущі аспекти: *психофізіологічний* (пов'язаний із руйнуванням одних динамічних стереотипів та становленням нових, виробленням адекватних форм реагування на впливи середовища), *соціально-психологічний*, що охоплює сферу взаємин і налаштованості на майбутню професію, та *педагогічний* – звикання до нових методів і форм навчання [1; 3; 5].

Предмет нашого дослідження передбачає глибоке проникнення в

сутність феномену “соціально-психологічна адаптація до нових умов навчання». Аналіз психолого-педагогічної літератури уможливив визначити адаптацію до навчання у ВНЗ як складний багатофакторний процес включення студентів у нову освітньо-виховну систему, в нову систему вимог і контролю, новий колектив, а для багатьох студентів – у нові життєві умови (А.Д. Андрєєва, В.І. Слободчиков). Більш прагматичною видається позиція російського дослідника Н.О. Багачкіної, згідно з якою адаптація студентів-першокурсників до нових умов навчання – це складний багатофакторний двосторонній процес, що передбачає підвищення освітнього рівня, психологічного комфорту, вміння взаємодіяти з ровесниками й педагогами [1]. На думку В.П. Казміренка, соціально-психологічна адаптація студентів у вузівському середовищі включає в себе, по-перше, професійно-фахову адаптацію, що зумовлює пристосування до змісту, умов і самостійної організації навчальної діяльності, формування навичок та спрямувань у навчальній і науковій роботі; по-друге, активне чи пасивне пристосування особистості до оточення, побудову стосунків і взаємин у студентських групах, формування стилю особистісної поведінки; по-третє, соціально-фахову адаптацію як прийняття суспільних вимог до майбутньої професійної діяльності [5].

Більшість дослідників наголошують на необхідності розглядати соціально-психологічну адаптацію до нових умов навчання саме в ракурсі адаптації до навчання в конкретному ВНЗ, врахувавши такі позиції: суспільне визнання майбутньої професії, специфіка стилю спілкування між студентами і викладачами, особливості навчальної програми, їх відповідність сучасним освітнім вимогам, державна чи приватна підпорядкованість тощо. Дослідження показують, що найбільш надійним критерієм адаптованості можна вважати єдність показників ефективності діяльності із задоволеністю від досягнутого результату [1]. Більш детальний аналіз критеріїв дозволяє доповнити їх перелік такими: ефективність навчальної діяльності та активність під час занять; особливості взаємин з ровесниками та викладачами; загальне емоційне задоволення; нове ставлення до професії; оволодіння новими критеріями оцінок, норм поведінки; здатність вибудувати стратегію і тактику студентського життя [1].

Результати спостереження за навчальним процесом та його аналіз дозволяють авторові наукової статті висунути припущення щодо основних тенденцій процесу адаптації першокурсників, зокрема, в царині навчальної діяльності, психофізіологічних станів і в царині спілкування з ровесниками та викладачами. До уваги бралися такі основні критерії як зайнятість студента-першокурсника в навчальній

діяльності і її ефективність, рівень шкільної підготовки, взаємини зі студентами та викладачами, переважаючий емоційний стан. Спостереження здійснювалися під час лекцій, семінарських занять, на перервах, під час індивідуальних занять і консультацій. Результати проведеного спостереження дозволяють стверджувати про існування певних тенденцій у характері адаптації студентів-першокурсників, які умовно можна об’єднати в три ідентифікаційні групи.

Зокрема, виділяється перша група першокурсників (назвемо їх “невпевнені»), які демонструють добру виконавську дисципліну, але мають при цьому високу тривожність, вони недостатньо підготовлені до навчання у вищому навчальному закладі, відчувають труднощі в засвоєнні основних понять, мають низький рівень комунікативних та організаційних здібностей. Друга група досліджуваних (“частково-творчі, пасивні») – це студенти, які виявляють інтерес до виконання самостійних завдань, прагнуть до саморозвитку і самоосвіти (хоча їм часто не вистачає власної бази знань), у них високий або середній рівень тривожності, середні комунікативні здібності. Третя група студентів (“частково-творчі, активні») характеризується високим пізнавальним інтересом; вони мають добру шкільну підготовку й активно нею користуються; у них низька тривожність, висока активність, добрі організаторські здібності; переважає позитивний емоційний стан, добре, приязне ставлення до однокурсників. Найбільш сприятливо відбувається адаптація саме в студентів третьої групи, які спокійно “вливаються» в бурхливий потік студентства. Студенти інших двох умовних груп тією чи іншою мірою потребують допомоги у зниженні напруженості адаптаційного процесу.

Безумовно, професійна освіта вимагає від студента вміння самостійно організувати свою навчальну діяльність, володіти культурою розумової праці, розвивати самодисципліну, здобувати навички раціональної організації часу. Проте подібні здібності, які визначають різні автори, у студентів молодших курсів ще не сформовані, що й стає частою причиною невдач. Серед труднощів, з якими стикаються студенти-першокурсники, є *об’єктивні*, тобто ті, що обумовлені новим змістом навчання, спілкування, взаємодії; *суб’єктивні*, що пов’язані з особливостями особистості самого адаптанта (невпевненість, тривожність, тощо); так і педагогічні (недостатня розробленість теорії і практики навчально-виховного процесу, відсутність адекватного уявлення викладачів про вікові та індивідуальні особливості студентів).

Проведене автором дослідження проблем адаптації студентів першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі дає підстави стверджувати про її надзвичайну актуальність та супереч-

ність у сучасних умовах розвитку суспільства. В науковій статті здійснено спробу окреслити педагогічні підходи до організації навчально-виховних заходів, що сприяє зниженню напруженості адаптаційних процесів. Незважаючи на зацікавленість науковців цим питанням, існують проблеми обґрунтованості та надійності критеріїв адаптації до умов навчання в конкретному навчальному закладі. Залишається недостатньо розробленою система рівнів адаптації студентів до нових умов навчання із врахуванням усіх основних її компонентів – психофізіологічного, психологічного, соціального, педагогічного.

Отже, надзвичайно актуальною проблемою залишається діагностика процесу адаптації особистості й визначення умов повноцінного пізнання, спілкування, творчості та соціально активної діяльності молодого покоління української держави.

Література:

1. Багачкина Н.А. Учет индивидуальных стилей обучения студентов как основа успешной адаптации при организации учебной деятельности / Н. А. Багачкина // Вопросы биологии, экологии и методики обучения: Сборник научных статей. – Вып. 3. – Саратов: Изд-ство Сарат. педин-та, 2000. – С. 108-110.
2. Вебер М. Избранные произведения. – М.: Мысль, 1990. – 808 с.
3. Гапонова С.А. Особенности адаптации студентов вузов в процессе обучения / С.А. Гапонова // Психологический журнал. – 1994. – № 3. – С. 9-12.
4. Граве П. С., Шнейдман М. Р. Адаптивные системы. – Рига, 1972. – Т. 1. – С.126-138.
5. Казміренко В. П. Програма дослідження психолого-соціальних чинників адаптації молодій людині до навчання у ВНЗ та майбутньої професії / В.П. Казміренко // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 6. – С.76-78.
6. Кремень В.Г. Філософія освіти XXI століття: Виступ на наук. ювілейн. сесії АПН України, присвяченій 10-річчю АПН [України, 19 грудня 2002 р.] // Вища шк. – 2002. – № 6. – С. 9-17.
7. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. – М.: Медгиз, 1960. – 255 с.
8. Сохань Л.В. Соціальна мімікрія: конструктивна адаптація та деструктивне пристосування // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. – 2005. – № 4. – С. 177-180.
9. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. – К., 2003. – 376 с.
10. Хаирова С. И. Этнокультурные особенности формирования адаптивного поведения детей / С. И. Хаирова // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – №6. – С. 26-29.
11. Этика: Энциклопедический словарь / Под ред. Р. Г. Апресяна, А. А. Гусейнова. – М.: Гардарыны, 2001.