

## **Некоторые аспекты адаптации первокурсников к учебно-воспитательному процессу в вузе**

Государству, обществу XXI века – века высоких технологий, новых открытий, социальных потрясений – необходимо поколение людей, обладающее высоким духовным потенциалом, критическим мышлением, способами партнерства и кооперации с другими в достижении целей. Человек XXI века – активная, ответственная, социально-адаптированная личность. Формирование именно такой личности, способной успешно адаптироваться в постоянно изменяющихся социально-экономических условиях общественного развития, является одной из задач общей социальной политики Республики Беларусь.

Исследованием проблемы адаптации занимаются представители разных наук: философии, медицины, биологии, социологии, педагогики, психологии и др. Сам термин «адаптация» вначале использовался главным образом в биологии для обозначения степени выживаемости особей и популяций, приспособленности органов и частей тела (коадаптация).

На современном этапе развития научных знаний наблюдается существенное расширение его исходного содержания, вплоть до выражения закономерностей, действующих в любых сложноорганизованных и саморазвивающихся системах, включая и человека как самую сложную из них. Соответственно выделяют несколько направлений в изучении проблемы адаптации: эволюционно-генетическое, экологическое, медико-биологическое, социальное, социально-психологическое.

Анализу психолого-педагогического аспекта проблемы адаптации посвящены труды Н.А. Березовина, А.А. Бодалева, Я.Л. Коломинского, А.А. Русалиновой (стиль педагогического общения и адаптация), В.В. Гроховского, И.А. Коробейникова, Г.Ф. Кумариной (явления школьной дезадаптации), М.В. Антроповой, Е.Н. Ваанруб, В.В. Матвеевой (динамика работоспособности и утомляемости учащихся под влиянием учебной нагрузки в период адаптации), Г.М. Чуткиной (особенности адаптации первоклассников к педагогическому процессу школы). В работах Л.Ф. Бенедиктовой, Г.В. Кондратьевой, М.И. Педаяс дан анализ социально-психологических аспектов адаптации молодых учителей. М.Н. Будякиной, В.Н. Парохиным, Л.М. Растовой, Н.А. Свиридовым изучались особенности адаптации личности в различных группах и коллективах. Р.А. Кузьминой, Н.Ф. Наумовой, А.А. Русалиновой исследовались особенности адаптации личности в различных сферах трудовой, производственной деятельности.

Работы Л.Ф. Мирзояновой, О.С. Муравьевой, Л.И. Рончинской, В.В. Трубникова, Л.С. Шубиной свидетельствуют об актуальности проблемы адаптации студентов к условиям обучения и воспитания в высшей школе.

Нами проведена серия исследований со студентами первого курса дошкольного факультета Белорусского государственного педагогического

университета им. М.Танка. Для диагностики особенностей их адаптации применялись анкетирование, метод незавершенных предложений, анализ успеваемости студентов на семинарских занятиях и результатов первой сессии, тест самооценки А.С. Будасси. Выявлены уровни ситуативной и личностной тревожности студентов с помощью теста М. Люшера (метод цветowych выборов), определены актуальное состояние и основные устойчивые характеристики эмоционально-динамического паттерна личности.

Диагностическое исследование позволило выявить недостаточную сформированность основных терминальных жизненных ценностей, потребности в самопознании, недифференцированность профессиональных интересов и склонностей, неадекватный уровень притязаний и самооценки, отсутствие или неадекватность знаний о собственных индивидуально-личностных особенностях, преобладание высокого уровня ситуативной тревожности. Это позволило сделать вывод о том, что трудности адаптационного периода первокурсников существуют объективно, и наиболее кризисным является первый семестр обучения.

Среди ряда объективных и субъективных причин возникших затруднений сами студенты называют неумение рационально использовать учебное и свободное время, ориентироваться в большом объеме учебного материала, наличие множества учебников и учебных пособий по каждому предмету, недостаточный уровень сформированности самоконтроля, новизна форм и методов обучения, контроля и проверки знаний.

Необходимо учесть и следующие два аспекта в адаптации первокурсников: профессионально-педагогический, обусловленный приобщением к избранной педагогической профессии, и социально-психологический, связанный с вхождением студентов в новую социальную среду, установлением новых межличностных взаимоотношений. Характер межличностного взаимодействия студентов на первом курсе (бесконфликтный или конфликтный), его вид (сотрудничество или соперничество) являются важными факторами их адаптации.

Следует упомянуть и о данных социометрического исследования, свидетельствующих о наличии высокого индекса изолированности в группах. Анкетирование, беседа, интервью позволили выявить применение студентами следующих способов психологической защиты в адаптационный период: проекция, идентификация, вытеснение, изоляция, отчуждение.

Таким образом, первокурсник нуждается в своевременной, квалифицированной помощи специалистов в адаптации у учебно-воспитательному процессу вуза.

Необходим практический психолог, осуществляющий психологическое сопровождение каждой студенческой группы с первого курса до окончания обучения в вузе. К сожалению, в высшей школе даже ставка психолога – редкость, и поэтому основную помощь первокурсникам в решении проблем адаптации оказывает куратор.

Он может помочь правильно организовать учебную деятельность, самостоятельную работу студентов, разрешить возникающие конфликты с преподавателями и сокурсниками, планомерно, на диагностической основе, отслеживать процесс адаптации первокурсников. С нашей точки зрения, для организации более действенной и результативной работы кураторов необходимо наладить систему их учебы в виде семинаров, руководителями которых могли бы стать преподаватели-психологи вуза. Одним из примеров подобной формы работы может послужить семинар для аспирантов, молодых преподавателей, кураторов групп, которым руководит профессор, доктор психологических наук Л.А. Кандыбович (дошкольный факультет БГПУ им. М. Танка).

Целесообразно также в рамках цикла психолого-педагогических дисциплин проводить с первокурсниками занятия с элементами тренинга, так как «... знание человека о себе рождается не в одиночестве..., а во взаимодействии с другими людьми, самопознание из внутриличностного процесса становится межличностным процессом» [1]. Подобные занятия позволяют достичь глубинной проработки личности в процессе эмпатии, что способствует усвоению информации на личностном уровне и формированию подлинного знания, связанного с переживанием собственного «Я» и проявляющегося в чувстве уверенности в себе. Полезно использовать и имитационно-ролевые упражнения, деловые игры, проведение которых требуют активности со стороны каждого участника. Эти формы обучения снимают эмоциональные барьеры и способствуют осознанию различных форм психологической защиты.

Успешному решению проблем, возникающих в процессе адаптации первокурсников, согласно нашему мнению, способствует обязательное привлечение профессиональных психологов к работе со студентами. Специалисты данного профиля могут обучить приемам саморегуляции, способам овладения состоянием тревожности, снятию его отрицательных последствий, адекватному пониманию самого себя. В этом случае одна из задач системы образования – создание условий для благоприятного вхождения будущих специалистов в учебный процесс вуза и их дальнейшего продвижения по ступеням профессионализации – приблизится к своему решению.

#### Литература

1. Розен Г.Я. Влияние представления о себе на формирование представления о личности другого человека / Г.Я. Розен // Теоретические и прикладные проблемы психологии познания людьми друг друга. – Краснодар: Изд-во КубГУ, 1975.