

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

## **PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADAPTATION OF 1st YEAR STUDENTS TO STUDYING CONDITIONS IN A HIGHER EDUCATION INSTITUTION**

**Т.С. Аверьянова**

**T. Averyanova**

**Н.П. Бондарь**

**N. Bondar**

**Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка,  
Минск, Республика Беларусь**

Аннотация. В статье представлены результаты изучения особенностей адаптации студентов 1 курса к обучению в учреждении высшего образования; анализ соотношения показателей адаптированности к группе и адаптированности к учебной деятельности; представлены факторы, способствующие успешной адаптации.

Annotation. The article presents the results of a study of the characteristics of adaptation of 1st year students to study at a higher education institution, an analysis of the ratio of indicators of adaptation to the group and adaptability to educational activities, and factors contributing to successful adaptation are presented.

Ключевые слова: адаптация; адаптированность; учреждение высшего образования; студенты 1 курса.

Key words: adaptation; adaptability; institution of higher education; 1st year students.

Система современного высшего образования находится в постоянном поиске новых подходов, действенных форм и методов организации учебного процесса, способных раскрыть потенциальные возможности студентов. Необходимым условием для продуктивного обучения в системе высшего образования является успешная адаптация студентов к новым условиям обучения, часто сочетающаяся с переездом, сменой привычных условий, привычного круга общения, с началом самостоятельной жизни. Проблема адаптации студентов 1 курса к условиям обучения в учреждениях высшего образования не теряет своей актуальности несмотря на многочисленные исследования, и приобретает особую значимость в современных социокультурных условиях. В последние десятилетия произошел переход от понимания психологической адаптации как пассивного приспособления, достижения равновесия личности и среды – к установлению динамического равновесия со средой для максимально полной реализации личностного потенциала,

построению системы продуктивного взаимодействия личности и среды, т. е. к самоактуализации и самореализации личности в реальной социальной среде (И.В. Кулагина, А.Р. Кудашев, А.А. Реан и др.).

Проблема адаптации студентов 1 курса изучается представителями разных наук на психофизиологическом (И.И. Копылова, И.А. Новикова, С.О. Сазонов, Н.В. Устюжанинова, Е.Н. Филиппова, Ю.В. Щербатых и др.), социально-психологическом (Л.К. Гришанова, М.И. Дьяченко, И.А. Зимняя, Л.А. Кандыбович, П.А. Просецкий, Н.Е. Шафажинская и др.) и психолого-педагогическом уровнях (М.Б. Аристидес, Л.Г. Егорова, В.А. Климов, И.К. Кряжева, И.А. Милославова, К.О. Сантросян, А.Ц. Эрдынеев и др.).

Большое внимание адаптации студентов 1 курса к условиям обучения уделяется в БГПУ: ведется мониторинг процесса адаптации, социально-психологическое сопровождение студентов 1 курса, разрабатываются рекомендации, направленные на успешную адаптацию студентов и их эффективное включение в учебную деятельность. Все эти направления работы реализуются и на факультете дошкольного образования. Так, в ходе мониторинга в ноябре 2024 года были изучены особенности протекания адаптации студентов 1 курса факультета дошкольного образования к условиям обучения в учреждении высшего образования с помощью методики «Адаптированность студентов в вузе» [2], позволяющей выявить такие показатели, как адаптированность студентов к учебной группе, адаптированность к учебной деятельности, а также общий уровень адаптированности студентов. В исследовании приняли участие 107 студентов 1 курса факультета дошкольного образования, из них 104 девушки и 3 юноши. Исследование проводилось в начале ноября, в связи с этим у студентов было достаточно времени, чтобы познакомиться с одногруппниками, влиться в учебный процесс, проявить себя на учебных занятиях и принять участие в ряде внеучебных мероприятий. Анализ результатов показал, что процесс адаптации студентов 1 курса протекает достаточно успешно. Не выявлено ни одного студента, имеющего низкий общий уровень адаптированности, только у 9% первокурсников наблюдается пониженный уровень общей адаптированности. Остальные студенты примерно в равных долях имеют высокий, повышенный и средний уровни общей адаптированности (30%, 32% и 29%). Значительное число студентов 1 курса (41%) не испытывают никаких проблем с адаптацией, у них выявлен высокий и повышенный уровень адаптированности как к учебной группе, так и к учебной деятельности. Эти результаты доказывают эффективность проводимой на факультете работы, направленной на адаптацию студентов 1 курса (работа кураторов учебных групп, деятельность тьюторов и тьютор-клуба, комплекс мероприятий «Месяц первокурсника», включение студентов-первокурсников в деятельность молодежных общественных организаций, волонтерских, творческих, спортивных объединений, научных

лабораторий факультета, участие первокурсников в мероприятиях факультета и университета, а также в городских культурных и спортивных мероприятиях).

Сравнение показателей адаптированности студентов 1 курса к учебной группе и к учебной деятельности показало, что студенты 1 курса легче адаптируются к учебной группе: 44% студентов имеют высокий уровень адаптированности к учебной группе; 29% – повышенный уровень; в то время как высокий уровень адаптированности к учебной деятельности выявлен 31% первокурсников, повышенный уровень – 21 %. Низкий уровень адаптированности к учебной группе выявлен у 4% студентов, пониженный – у 10%. Низкий уровень адаптированности к учебной деятельности выявлен у 7% студентов 1 курса, пониженный у 20% студентов. Эти данные говорят о том, что учебная деятельность в учреждении высшего образования, имея существенные отличия от учебной деятельности в школе, осваивается студентами с некоторыми трудностями, у студентов слабо развиты навыки самостоятельной работы и самоконтроля собственной подготовки, они не умеют распределять время на выполнение заданий и подготовку к практическим занятиям, в связи с чем не успевают выполнять и сдавать задания вовремя; из-за неуверенности в собственных знаниях и слабой подготовки первокурсники стесняются отвечать на занятиях, задавать вопросы. Также первокурсников очень тревожит перспектива предстоящей первой сессии, они не уверены в своих силах, боятся не сдать экзамены.

Однако, в данной выборке нет ни одного полностью неадаптированного студента: низкий уровень адаптированности по одному из показателей компенсируется достаточно высоким уровнем адаптированности по другому показателю. Так, из 7 человек (6,5%), имеющих низкий уровень адаптированности к учебной деятельности, 4 человека показали повышенный уровень адаптированности к учебной группе, 2 человека – средний уровень адаптированности к учебной группе. Из 4 человек (3,7%), имеющих низкий уровень адаптированности к учебной группе, 2 человека показали высокий уровень адаптированности к учебной деятельности, 1 человек – средний уровень адаптированности к учебной деятельности. Сочетание низкого и пониженного уровня адаптированности к группе и к учебной деятельности, а также пониженного уровня по обоим показателям выявлено только у 6 человек (5,6%). Эти студенты нуждаются в помощи и внимании куратора, тьюторов, преподавателей, а также, при необходимости, администрации факультета и психологической службы университета.

С целью изучения факторов, влияющих на особенности протекания адаптации и предположительной связи уровня адаптированности студентов и уровня развития эмпатии, была использована методика диагностики уровня эмпатических способностей В.В.Бойко [1]. Расчет коэффициентов корреляции (по Спирмену) между показателями уровня развития

эмпатии и уровня адаптированности студентов к группе, уровня развития эмпатии и уровня адаптированности студентов к учебной деятельности, уровня развития эмпатии и общего уровня адаптированности студентов значимых связей не выявил (наибольшее значение  $r=0,29$ ). Однако, анализ результатов позволяет отметить тенденцию: студенты с высоким уровнем развития эмпатии адаптируются к группе несколько легче, чем студенты с низким уровнем развития эмпатии. Так, из 4 человек (3,7%), имеющих низкий уровень адаптированности к группе, 3 человека показали низкий уровень развития эмпатии, 1 человек – пониженный уровень. Студенты, проявившие высокий уровень развития эмпатии, показали и высокий уровень адаптированности к группе.

Таким образом, результаты проведенного исследования позволяют оценить проводимую на факультете дошкольного образования работу, направленную на адаптацию студентов 1 курса к условиям обучения в новой для них образовательной среде, как удовлетворительную, облегчающую вхождение студентов в учебный процесс.

Также, учитывая полученные данные, необходимо продолжать работу, направленную на сплочение учебных групп, формирование позитивного социально-психологического климата в группах, облегчающего адаптацию и вхождение в группу каждого ее члена. С этой целью на факультете запланирован ряд мероприятий: продолжение проведения психологических тренингов, направленных на сплочение учебных групп, развитие навыков конструктивного общения, укрепление психологического здоровья; серия занятий с элементами тренинга «Экзамены без стресса» и др. Также со студентами 1 курса необходимо проводить работу, направленную на овладение навыками тайм-менеджмента, формировать навыки самостоятельной учебной деятельности, умение работать с информацией (находить и отбирать нужное, анализировать информацию, выделять главное, конспектировать, представлять информацию в виде таблиц, графиков, схем, интеллект-карт), акцентировать внимание студентов на критериях оценки преподавателями результатов учебной деятельности. Как показывает опыт работы со студентами, адаптированность студентов 1 курса к учебной деятельности в университете повышается после сдачи первой сессии.

Эффективная адаптация в самом начале обучения во многом в последующем определяет мотивацию, направленность и характер учебной деятельности на старших курсах, психологический комфорт, моральную удовлетворенность собой и обучением в учреждении высшего образования, уверенность в правильности профессионального выбора.

#### *Список использованных источников*

1. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пос. / ред. и сост. Д. Я. Райгородский. – Самара, 2001. – С. 486–490.

2. Дубовицкая, Т. Д. Методика исследования адаптированности студентов в вузе [Электронный ресурс] / Т. Д. Дубовицкая, А. В. Крылова // Психологическая наука и образование – 2010. – Т. 2. – № 2. – Режим доступа : [https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2010\\_n2/27814/](https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2010_n2/27814/). – Дата доступа : 02.11.2024.