

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ПЕРШОКУРСНИКІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті аналізуються та виносяться на розгляд основні теоретичні підходи до адаптації студентів першокурсників. Розкрито види, етапи та критерії адаптації студентів закладу вищої освіти. Виділено труднощі, які виникають в процесі адаптації. Розглянуто вплив адаптації на успішність навчання та психологічний стан студента. Зазначено вплив проведених заходів на покращення процесу адаптації.

Ключові слова: адаптація, студент-першокурсник, види адаптації, труднощі адаптації, етапи адаптації.

Постановка проблеми. Вступаючи до закладу вищої освіти, особистість зустрічається з новими умовами, на прийняття яких потрібні певний час та бажання самого студента. Має пройти процес адаптації до цих умов, під час якого відбудеться налагодження міжособистісних стосунків з одногрупниками та викладачами, пристосування студента до вимог навчального процесу та прийняття нового соціального статусу. Пристосування до цих умов відіграє важливе значення в освітньому житті студента та в особистому становленні особистості. Задля полегшення процесу адаптації студентів першокурсників необхідна також допомога дорослого (викладачів, адміністрації, кураторів). Наукова проблема полягає в тому, що чітко не окреслено засоби адаптації, які варто застосовувати як студентам, так і працівникам закладу вищої освіти задля швидкої адаптації першокурсників.

Дослідженням адаптації студентів-першокурсників займалася низка вітчизняних науковців, а саме: Т. Алексєєва, О. Венгер, В. Гамов, О. Гречишкіна, Г. Левківська, Є. Резнікова, О. Солодухова, Ф. Хайруллін, А. Фурман та ін., досліджували проблему адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти (ЗВО) Н. Дятленко, Л. Гармаш, Н. Коцур, Л. Клочек, Л. Косарева, Н. Любченко, О. Прудська, І. Шаповал та ін., які вивчали адаптацію студентів-першокурсників до навчання у ЗВО; І. Бех, М. Вієвська, Л. Красовська, Н. Фролова та ін. займалися дослідженням соціально-психологічної адаптації підлітка до нових умов навчання; педагогічні аспекти адаптації студентів досліджуються у працях В. Штифурак, В. Сорочинської та ін.; негативний вплив дезадаптації на процес навчання розкривають А. Андрєєва, Ю. Бохонкова, С. Гапонова, В. Острова, О. Прудська, М. Вієвська, Л. Красовська, О. Стягунова, Н. Дятленко, О. Маріна, Л. Гармаш, Н. Коцур, Т. Буяльська, М. Прищак та ін. зазначають важливість адаптації

студентів-першокурсників до навчання в умовах ЗВО, оскільки вони відчувають різкі зміни у своєму житті, що впливають на їхню соціалізацію.

Метою статті є чітке визначення чинників успішної адаптації студентів першокурсників закладу вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. Заслуговує на увагу позиція Л. Зданевич, яка поняття «адаптація» використовує для позначення:

- процесу, під час якого відбувається пристосування суб'єкта до нового середовища;
- рівноваги, яка встановлюється між суб'єктом і середовищем;
- результату процесу пристосування (адапційність як якісний етап у цьому процесі);
- мети, яку ставить перед собою суб'єкт [3, с. 124].

Такі науковці, як М. Вітковська та І. Троцук [1, с. 2], виділяють окремо соціальну адаптацію як пристосування індивіда до групи, всього студентського колективу, прийняття нормативно-правових вимог перебування у ЗВО, осмислене прийняття норм моралі та культури, адаптацію до проживання у гуртожитку, а також говорять про біологічну адаптацію як адаптацію організму до нових умов (кліматичних, побутових, санітарних), режиму праці й сну, фізичних та нервових навантажень; режим і якість харчування. Ф. Хайруллін, розуміючи адаптацію як звикання, пристосування особистості до нового оточення, виділяє *два види адаптації* залежно від характеру ставлення особистості до умов і змісту конкретної діяльності [7, с. 2]:

- творча адаптація – повне пристосування до навчального процесу (здобуття глибоких і міцних знань, формування творчого мислення і навичок майбутнього фахівця, загальна активність у пізнавальній діяльності);
- формальна адаптація – пристосування не для успішного оволодіння знаннями, а для доведення справи до кінця – одержання диплома.

Виділяють також дві сторони соціальної адаптації студентів:

а) професійна адаптація – пристосування до характеру, змісту, умов і організації навчального процесу, набуття навичок самостійності у навчальній і науковій роботі;

б) соціально-психологічна адаптація – пристосування індивіда до групи, взаємин у неї, формування власного стилю поведінки [2, с. 38].

Розрізняють три форми адаптації першокурсників до умов закладу вищої освіти:

а) формальна – стосується пізнавально-інформаційного пристосування до нового оточення, структури вишу, змісту навчання в ньому, його традицій, власних обов'язків;

б) суспільна – визначає процес внутрішньої інтеграції групи студентів-першокурсників і інтеграцію цієї групи зі студентським оточенням загалом;

в) дидактична – стосується підготовки до нових форм і методів навчальної роботи у виші [5].

На процес адаптації впливає низка чинників: обстановка в групі, психологічний клімат, ситуація взаємодії з однокурсниками та викладачами, комфорт та безпека під час занять тощо.

О. Стягунова виділяє критерії успішної адаптації студентів-першокурсників до навчання в умовах ЗВО:

– пізнавальний (дидактичний) – відповідність навчальних і професійних інтересів; стійка потреба у знаннях із фахових дисциплін; наявність певних знань із майбутньої професійної діяльності; порівняння попереднього досвіду спілкування з учасниками групи, функціонування у попередньому соціумі із теперішнім із наявною системою ціннісних орієнтацій і установок;

– емоційний – стійке позитивне та зацікавлене ставлення до обраного фаху; позитивна оцінка нової групи, прийняття групових норм, внаслідок чого відбувається поступова ідентифікація індивіда з цією групою;

– діяльнісний (практичний) – стійка потреба в діяльності, максимально наближеної до майбутньої професії; активна позиція в опануванні професійно значущих дисциплін; узяття активної участі в житті студентського колективу;

– вольовий – упевненість як у подоланні труднощів, пов'язаних з оволодінням професійною діяльністю, так і у вирішенні проблемних ситуацій на соціальному і побутовому рівнях [6, с. 21].

В. Кондрашова виділила 3 фази процесу адаптації студентів до закладу вищої освіти за часовими межами:

1) початкова фаза, коли адаптація розглядається як психічна реакція організму на нові умови, закінчується приблизно наприкінці I семестру;

2) фаза перебудови пристосувальних механізмів, динамічного стереотипу та психічних процесів триває до середини II семестру;

3) фаза виникнення стійкої адаптації завершується наприкінці I курсу [4, с. 122].

Проте в деяких студентів адаптованості до умов закладу вищої освіти не настає. Труднощі, які виникають в процесі адаптації студентів-першокурсників, можна об'єднати в три групи: пізнавальні, соціально-психологічні, професійні [8, с. 143]. Пізнавальні труднощі пов'язані з подоланням новизни в процесі навчання (нові методи і форми організації навчальної і наукової роботи, новизна вимог до студентів на заліках та екзаменах). Оволодіння навчальною програмою закладу вищої освіти вимагає від студента вміння самостійно працювати, думати, осмислювати навчальний матеріал, сприймати нове, засвоювати його і вміти застосовувати на практиці. Нові форми організації навчального процесу сприяють удосконаленню процесів відчуття та сприйняття, формуванню у студентів активної розумової діяльності, розвитку різних форм мислення. Для закладу вищої освіти характерна періодичність контролю знань студентів (на відміну шкільної безперервності), причому вирішальне значення мають регулярні заліки й екзамени з усіх дисциплін навчального плану. Звичайною практикою стала проміжна перевірка знань: семінари, практичні й лабораторні заняття, модулі та індивідуальні співбесіди. Особливе значення в період адаптації мають труднощі, пов'язані з переходом на форми навчання закладу вищої освіти: необхідність конспектування лекцій, складність практичних та семінарських занять, збільшення обсягу самостійної навчальної роботи, зміна опитувальної системи й контролю за успішністю. Новизна дидактичної обстановки суттєво знецінює набуті в школі способи засвоєння матеріалу. Спроба компенсувати це старанністю не завжди приводить до успіху. І минає чимало часу, поки студент набуває нових умінь, адекватних формам і методам навчання закладу вищої освіти. Усе це відбувається в кожного студента індивідуально і поступово, в повсякденній, наполегливій та систематичній праці.

Соціально-психологічні труднощі пов'язані з умовами життя, оточенням людей, нормами поведінки в студентському колективі, режимом діяльності, стилем міжособистісних відносин у групі, на курсі, факультеті, новизною великого міста й особливостями життя в нових, цілком змінених умовах, необхідністю самостійного ведення бюджету, самообслуговування, раціонального використання і розподілу часу, подоланням різних матеріальних труднощів тощо. Усе назване вище здійснює велике навантаження на нервову систему, змінює характер психічних процесів молодшої людини. Психологічна невідповідність до навчального процесу у закладі вищої освіти може сприяти поступовому нагромадженню розумової, психічної втоми, послаблювати увагу,

пам'ять, мислення, волю, без оптимального стану яких неможливе успішне навчання.

Професійні труднощі пов'язані з оволодінням обраною спеціальністю: умінням бачити спрямованість процесу навчання щодо майбутньої професійної діяльності, усвідомленням необхідності вчитися працювати з людьми різних професійних, вікових категорій, виховувати в собі організаторські навички, поєднувати навчальну, науково-дослідну і громадську роботу. Подолання цих труднощів та розв'язання інших проблем навчально-виховного процесу залежить від успішної психолого-педагогічної адаптації першокурсників до навчання у закладі вищої освіти.

Виділяють три етапи адаптації студентів-першокурсників.

На першому етапі важливу роль відіграє куратор, який має допомогти студентам адаптуватися до нових умов та створити сприятливий клімат у групі. Задля вирішення поставленого завдання доречно проводити різноманітні заходи, як-от КВК, дебют першокурсника, круглі столи, творчі вечори та ін. Такі заходи допомагають зняти напругу студентів та сформувати здоровий студентський колектив.

Другий етап характеризується налагодженням контакту з викладачем, який може бути психологічним, моральним та логічним. На цьому етапі викладачеві важливо показати однакове ставлення до всіх студентів, а також надати психологічну підтримку під час виконання різноманітних завдань та здачі сесії. Як зазначає Г. Аркушенко, з метою покращення адаптації важливо насамперед:

1) навчити студента вчитися.

а) самостійно працювати з підручником, довідковою літературою;

б) навчити займатися науковою, пошуковою і дослідницькою роботою;

в) логічно мислити, відстоювати свою думку, бути комунікабельним;

2) зацікавлювати студентів загальноосвітніми дисциплінами як базовими для формування майбутнього спеціаліста. З цією метою використовуються нові сучасні форми і методи навчання, це дасть змогу підвищити якість навчання;

3) вивчати індивідуальні особливості студентів, які не встигають, із метою визначення дидактичних методів усунення причин неуспішності;

4) створювати групи взаємодопомоги, залучаючи кращих студентів академічної групи;

5) удосконалювати форми і методи індивідуальної роботи зі студентами;

6) виховувати у студентів відповідальність до себе і своїх товаришів, щоб кожен міг усвідомити, що треба вчитися.

Третій етап – професійна адаптація в умовах ЗВО є процесом, під час якого у студентів формується інтерес до обраної професії та наполегливість до опанування повним обсягом знань, умінь, нави-

чок із професії, методикою та логікою науки. Тому важливо, щоб, ідучи до закладу вищої освіти, абітурієнт свідомо обирав майбутню професію [8, с. 134].

Висновки. Часто студентів, які не адаптувалися до умов закладу вищої освіти, показують низький рівень знань із навчального матеріалу, не йдуть на контакт з іншими студентами групи або агресивно поведуться з ними, ідуть на конфлікт із викладачами або не відвідують заняття, відраховують із закладу освіти. Щоб змінити таку ситуацію, важливо, щоб викладачі були зацікавлені в успішній адаптації студентів, допомагали їм у вирішенні проблем, що пов'язані з навчальним процесом, та проводили заходи спрямовані на зміцнення студентського колективу. Важливо також впроваджувати досвід інших країн (Японія, Корея, Велика Британія та ін.), які враховують індивідуальні особливості та професійні якості абітурієнта, що підвищує ефективність професійної адаптації та рівень знань.

Література:

1. Витковская М.И., Троцук И.В. Адаптация иностранных студентов к условиям жизни и учебы в России. *Вестник РУДН. Серия: Социология*. 2004. № 6-7. С. 268; Кочерган М.П. Вступ до мовознавства : підруч. для студентів філологічних спеціальностей вищих навчальних закладів. Київ : Видавничий центр «Академія», 2004. 368 с.
2. Гришанов А.К., Цуркан В.Д. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов. *Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе*. Кишинёв, 1990. С. 29–41.
3. Зданевич Л.В. Професійно-педагогічна адаптація першокурсників педагогічних коледжів. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика* : збірник. Київ : ЕКСМО, 2001. С. 120–126.
4. Кондрашова В.П. Некоторые психологические показатели адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в ВУЗе. *Вопросы вузовской педагогики, психологии и дидактики*. Воронеж, 1972. С. 111–133.
5. Короткевич О.А. Роль куратора учебной группы в повышении эффективности адаптации студентов-первокурсников. URL: <http://18630.doc>.
6. Стягунова О.О. Форми організації та методи активізації самостійної роботи студентів. *Вісник Луганського національного педагогічного університету ім. Тараса Шевченка*. 2006. № 4 (99), березень. С. 269–277.
7. Хайруллин Ф.Г. Некоторые социальные проблемы формирования студенчества при адаптации студентов к вузу : дис. ... канд. пед. наук. Уфа, 1972. 236 с.
8. Щербакова К.И. Вступ до спеціальності. Київ : Вища школа, 1997. 165 с.

Чистяк О. В. Адаптація студентів первокурсників університету вищої освіти

В статті аналізуються і вносяться на розгляд основні теоретичні підходи до адаптації студентів первокурсників. Розкриті види, етапи і критерії адаптації студентів університету вищої освіти. Виділені труднощі, що виникають в процесі адаптації. Розглянуто вплив адаптації на успішність навчання і психологічний стан студента. Зазначено вплив проведених заходів на покращення процесу адаптації.

Ключевые слова: адаптація, студент-первокурсник, види адаптації, труднощі адаптації, етапи адаптації.

Chystiak O. V. Adaptation of first-year students of higher education institution

The article analyzes and introduces the basic theoretical approaches concerning the adaptation of freshmen students. The types, stages and criteria of adaptation of students of the institution of higher education are revealed. The difficulties that arise during the process of adaptation are highlighted. The influence of adaptation on the success of the study and the psychological state of the student are considered. The influence of the measures taken to improve the process of adaptation is noted.

Key words: adaptation, student-freshman, types of adaptation, difficulties of adaptation, stages of adaptation.