

Мирончук Н.М. Особливості адаптації студентів вищих навчальних закладів до змінених умов життєдіяльності // Нові технології навчання: наук.-метод. зб. / Ін-т інновац. технол. і змісту освіти МОН України. – Київ, 2013. – Вип. 79. – С. 82-85.

*Н. М. Мирончук, к. пед. н., доцент
(Житомирський державний університет ім. Івана Франка)*

Особливості адаптації студентів вищих навчальних закладів до змінених умов життєдіяльності

В статтє рассматриваются особенности адаптации студентов младших курсов к процессу обучения в высшем учебном заведении, представлены результаты практического изучения проблемы, выделены направления работы для преодоления проблем адаптации.

Ключевые слова: студент, адаптация, проблемы адаптации, высшее учебное заведение.

Процес навчання у вищому навчальному закладі – особливий етап життєдіяльності молоді людини, пов'язаний із набуттям професійного досвіду, опануванням основ професійної діяльності. Входження у професійну діяльність потребує від молоді людини не тільки наполегливих зусиль, спрямованих на оволодіння засобами професійної діяльності, а й перебудови самосвідомості та свідомості загалом.

У період здобування вищої освіти молода людина зіштовхується із багатьма проблемами, пов'язаними з початком дорослого життя: нове середовище ровесників і дорослих, перегляд уявлень про себе, необхідність заробітку, можливий переїзд до іншого міста, проживання в гуртожитку тощо. Постійне вирішення цих проблем потребує внутрішньої самоорганізації, уміння розподілити час і сили в навчальному режимі, стимулює роботу з виявлення й усвідомлення життєвих цінностей, уточнення перспективних планів.

Такі зміни для недостатньо підготовленої людини, як зазначає І. Бех, є настільки складними, що можуть призвести до спотворення професійних уявлень і формування різних психологічних захистів – знецінення професії, зміщення інтересів у сферу непрофесійних занять, відмови від вибраного шляху [1, 408].

Виявлення та облік факторів розвитку особистості студента мають сприяти зростанню ефективності процесу становлення особистості на етапі професійної освіти, дозволяє йому інтегруватися в різні професійні, соціальні та етнічні співтовариства з перших днів навчання у ВНЗ, гарантує успішність подальшого особистісного та професійного зростання. На початковому етапі професійної підготовки студентів відбувається процес їх адаптації до умов навчального закладу, освоєння нових форм діяльності, спілкування, дозвілля, співвіднесення власних очікувань із реальністю.

Проблеми адаптації людини розглядають Т. Алексєєва, Н. Войтович, С. Гапонова, Л. Долинська, В. Казміренко, І. Кон, Н. Лукашевич, І. Милославова, Н. Пов'якель, Т. Рєзник,

В. Седін, О. Селіверстова, Т. Шибутані та ін. Дослідники виділяють, зокрема, соціально-психологічний, педагогічний та навчально-професійний аспекти адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі. Узагальнення практичного досвіду викладачів з проблеми адаптації до нових умов навчальної діяльності подають Л. Вяткін, Л. Космогорова, Т. Леонтєва, Ж. Філіпова та ін.

Мета дослідження – вивчення особливостей процесу адаптації студентів перших-других курсів до навчання у вищому навчальному закладі та виділення напрямів її оптимізації.

Адаптація – це складова механізму соціалізації, що відбувається як сукупність пристосувань людини до різних життєвих ситуацій, у процесі яких накопичується соціальний досвід і засвоюються соціальні норми та цінності.

Н. Лукашевич [4, 173] розглядає адаптацію як основну умову і механізм людської життєдіяльності й називає такі ознаки її багатofункціональності:

- 1) адаптація є необхідною умовою й одночасно засобом оптимізації взаємодії людини з природою і соціальним середовищем;
- 2) сприяє розвитку людини й удосконаленню оточуючого середовища;
- 3) через адаптацію формується соціальна сутність людини;
- 4) адаптація є необхідною при оволодінні людиною будь-яким із видів діяльності.

Адаптація є складним соціально обумовленим явищем, для якого властива діалектично протилежна єдність трьох рівнів адаптивної поведінки людини: біологічного, психологічного, соціального за провідної та визначальної ролі останнього.

Вважається, що студентство – це особливий етап у розвитку людини, який характеризується своєрідними умовами життя, побуту, праці, навчання, спілкування, особливою суспільною поведінкою і психологією. Тому проблеми в адаптації студентів до нових життєвих обставин виникають через невідповідність їх суб'єктивних очікувань і наявних умов реальної дійсності. Крім того, виникає суперечність між інтелектуальним, творчим, особистісним потенціалом студента, з одного боку, і можливостями його реалізації, які надає навчальний заклад, з іншого. Ці можливості завжди обмежені, а інколи навіть пов'язані з суттєвими ускладненнями організаційного, фінансового чи психологічного порядку. Попри те, суперечності виникають і через незвичні для колишніх школярів особливості нової системи навчання, нового колективу, нових умов життєдіяльності: зміни режиму праці, побуту, відпочинку тощо.

Варто зауважити, що адаптацію до нових умов навчання у вищому закладі освіти проходять усі першокурсники, однак часові межі адаптації, складність перебігу цього процесу є неоднаковими. Не всі фактори впливу на особистість студента у вищому навчальному закладі сприяють успішній його адаптації.

Нами було опитано 270 студентів другого курсу Житомирського державного університету імені Івана Франка з метою виявлення ступеня їх адаптації до умов зміненого середовища життя. У числі опитуваних студенти, які проживають у гуртожитку, – 150 чоловік, вдома – 56 чоловік, знімають квартиру чи кімнату – 64 чоловіки. Результати вивчення ступеня адаптації другокурсників є такими. 38,6 % респондентів з числа тих, хто

проживає у гуртожитку, зазначили, що процес адаптації для них пройшов легко, однак 62 % респондентів труднощі адаптації переживають ще й досі. Близько 52 % студентів, для яких умови проживання не змінилися (живуть у сім'ї батьків), адаптувалися до нових умов швидко, й для 48 % цей процес є не досить легким. Щодо тих, які знімають квартиру (однi чи з друзями), лише 34,5 % респондентів легко звикли до нових умов, а 65,5 % при цьому відчували певні труднощі.

Таким чином, 39 % студентів другого курсу стверджують, що процес адаптації для них пройшов легко, натомість 61% респондентів наголошують на складності процесу звикання до нових умов, й частина з них ще й досі не адаптувалися повністю.

Серед проблем, які спричиняють труднощі адаптації, визначаються наступні: дидактичні – пов'язані з навчанням (режим навчання, кількість завдань, незручний розклад) – 56,3 %; соціально-побутові (проживання в одній кімнаті з новими людьми, спільне майно, їжа, розподіл обов'язків, незручності проживання, несприятливі умови для підготовки до занять) – 66,7 %; психологічні (відвікання від дому, проживання в новому місті, ставлення викладачів, самостійність, розподіл коштів) – 45,3 %; комунікативні (спілкування з одногрупниками, з педагогами) – 26,7 %.

Новою і не зовсім звичною для студентів виявилася кредитно-модульна система організації навчального процесу, яка відрізняється від шкільного навчання й вимагає іншої системи опрацювання інформації, отримання балів, підготовки до занять, засобів оцінки й контролю.

Респонденти називають також ситуації, які для них виявилися неприємними, неприйнятними і навіть шокуючими. Серед таких:

навчальні: зміни розпорядку дня; раптові зміни в розкладі (поява незапланованих навчальних пар); неочікувані контрольні, заліки; складання іспитів; нескладення іспиту, позбавлення стипендії, написання великих за обсягом рефератів за короткий проміжок часу, запровадження кредитно-модульної системи навчання;

пов'язані із взаєминами в групі: егоїстичність, індивідуалізм одногрупників, суперечки в кімнаті, недружелюбні стосунки з викладачами, зухвалість, зверхність у ставленні одногрупників;

особистісні: невміння правильно розподілити час, неспроможність знайти спільну мову з одногрупниками, потреба відповідати привселюдно, несправедливість викладачів у оцінюванні знань студентів, самовпевненість окремих одногрупників, виклик до декана в кабінет, самостійне проживання без батьків;

побутові умови: відсутність гарячої води, раптове припинення подачі води на кілька днів, відмова в поселенні в гуртожитку, проживання в чотиримісній кімнаті шістьох-сімох чоловік, невміння користуватися газовими плитами, поселення в кімнату зі старшокурсниками; брудні аудиторії, погане освітлення, холодні приміщення; приїзд до місця навчання з пересадками.

Для студентів, які проживають у сім'ї, труднощі адаптації пов'язані з новим навчальним середовищем, середовищем спілкування, однак не стосуються побуту чи

матеріальних проблем, які часто вказуються студентами, що проживають у гуртожитку чи знімають квартиру. Останні важкими для себе виявили правила проживання в одній кімнаті з іншими людьми, проблеми в підготовці до занять через присутність інших, спільний побут, розподіл обов'язків, а також труднощі навчання. До названих труднощів студенти, які знімають квартиру, додають проблеми матеріального характеру, пов'язані з нестачею коштів, потребою вміти розподіляти фінанси тощо.

Студентам було запропоновано висловити свої думки та пропозиції щодо зміни ситуації, пов'язаної з їхньою адаптацією до студентського життя. Серед названих шляхів найбільш повторюваними виявилися такі:

- зменшити обсяг навчального матеріалу, обмежити кількість навчальних пар трьома в день, збільшити кількість сесій (до чотирьох) і відповідно зменшити кількість екзаменів і заліків у сесію (до двох), коректно скласти розклад занять, викладачам попереджати про самостійну чи контрольну роботу;

- збільшити кількість навчальних книг у бібліотеці;

- покращити взаємовідносини між студентами в групі, організовувати вечори в групі, щоб студентам краще пізнати одне одного, проводити збори групи, відкриті бесіди студентів із куратором;

- покращити умови проживання в гуртожитках (урівноважити кількість мешканців у кімнаті, вирішити проблеми з водою);

- викладачам змінити ставлення до студентів на більш уважне.

Висловлювалися і критичні думки особистісного характеру: більше уваги приділяти навчанню, працювати над собою, реально оцінювати власні можливості, змінити власний характер тощо.

Автори А. Гришанов, В. Цуркан [3] зміст процесу адаптації студентів визначають як формування нового ставлення до професії; засвоєння нових навчальних форм, оцінок, способів і прийомів самостійної роботи й інших вимог, пристосування до нового типу навчального колективу, його звичаїв, традицій, вивчення нових видів наукової діяльності, пристосування до нових умов побуту в студентських гуртожитках, нових зразків студентської культури, нових форм використання вільного часу.

Розв'язання визначеного змісту процесу адаптації студентів дослідники С. Васильєва, Т. Чікіна [3; 5] вбачають у розробці й упровадженні спеціальних спецкурсів чи факультативів з формування готовності першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі, а також введенні до навчальних планів додаткових дисциплін психолого-педагогічного циклу.

Дослідниками Т. Буяльською, М. Прищак розроблено теоретичну модель соціально-психологічної адаптації студентів в умовах вищих навчальних закладів, визначено критерії соціально-психологічної адаптації [2], які характеризують результативність процесів адаптації і є методичним підґрунтям для роботи куратора.

Розв'язання проблеми адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі потребує й вивчення та врахування чинників, які вплинули на вибір професії. Серед таких

яскраво виражені інтереси, схильності, прагнення бути корисним суспільству, обов'язок соціального служіння, соціальний престиж професії, авторитет навчального закладу, набуття знань для розв'язання особистих проблем, рекомендація інших людей тощо. Хибність мотивів вибору гальмує процес професійного зростання та адаптації студентів у середовищі вищого навчального закладу. Розмитість уявлення про перспективи життєвого шляху, несформованість цінності майбутньої професійної діяльності може бути причиною розгубленості, напруженості, емоційної нестабільності студентів, що потребує професійної саморегуляції.

Узагальнюючи викладене, зазначимо, що формування повноцінного фахівця здійснюється лише за умови його благополуччя, особистісного комфорту, ціннісного ставлення до себе і фаху, який здобувається, позитивного емоційного стану. Тому проблеми студентської адаптації вимагають як удосконалення умов його побуту та навчання, так ціннісного ставлення до особистості студента. Серед напрямів педагогічної підтримки, спрямованих на вирішення проблеми адаптації студентської молоді, виокремимо такі:

- формування позитивної мотивації студентів до змісту професійно-педагогічної підготовки;

- методично обґрунтована організація навчально-виховного процесу у вищому навчальному закладі;

- організація позаурочної діяльності студентів з метою оптимізації їх міжособистісного спілкування, створення умов для виявлення їх здібностей, обдарованості, індивідуального самовираження, самоутвердження, активного залучення до громадського життя групи та факультету;

- активізація роботи викладачів та кураторів груп у напрямку виявлення та подолання труднощів адаптації;

- формування ціннісного ставлення у викладачів вищого навчального закладу до особистості студента, врахування індивідуальних характеристик та надання допомоги студентам у виробленні їх індивідуальної життєсмісловної програми.

Проведене дослідження проблеми адаптації студентів до умов навчання у вищому навчальному закладі є свідченням її актуальності й недостатньої вирішеності в умовах сучасної системи освіти. Важливим завданням залишається наукова розробка методичних підходів до організації педагогічного процесу з метою зниження напруженості адаптаційних процесів та формування готовності майбутніх абітурієнтів до навчання у вищому навчальному закладі.

Література

1. Бех І.Д. Виховні акценти вищої школи / І. Д. Бех // Виховання особистості: підручник / І.Д.Бех. – К.: Либідь, 2008. – С.405-418.

2. Буяльська Т.Б. Теоретичні аспекти адаптації студентів I курсу до навчання у ВНЗ [Електронний ресурс] / Буяльська Т.Б., Пришак М.Д. – Режим доступу: <http://conf.vntu.edu.ua/humed/2008/txt/Buyalska.php>

3. Васильева С.В. Адаптация студентов к вузам с различными условиями обучения [Электронный ресурс] / С.В. Васильева. – Режим доступа :<http://humanpsy.ru/vasilieva/different-high-schools>

4. Воспитание как элемент механизма адаптивно-развивающей социализации // Лукашевич Н.П. Социология воспитания : краткий курс лекций / Н.П. Лукашевич. – К. : МАУП, 1996. – С. 154-180.

5. Чикина Т. Е. Адаптивное обучение первокурсников / Чикина Т. Е. // Высшее образование в России. – 2009. – № 6. – С. 143–145.