

Деякі аспекти адаптації студентів університету. // Проблема духовності сучасної молоді: реалії та перспективи // Матеріали Міжрегіональної науково-практичної конференції молодих дослідників, 8 листопада 2007 р. – Житомир: Вид-во ПП Сахневич, 2007. – 210 с., С. 50 – 53.

Світлана Карлюк
аспірантка кафедри педагогіки
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Деякі аспекти адаптації студентів університету

На сучасному етапі творення незалежної, правової, демократичної держави та інтеграції України до загальноєвропейського товариства дедалі більшої гостроти набуває проблема загальнолюдських і моральних цінностей, міжособистісних взаємин. У їх розв'язанні провідна роль відводиться навчальним закладам різного рівня. Відтак, навчання у вищому закладі освіти для сучасної молодої людини є одним з найважливіших періодів її життєдіяльності, особистісного зростання та становлення як фахівця а пошук шляхів її успішної адаптації до нових соціальних умов та нової діяльності є актуальною проблемою для науковців.

Перехід на новітні моделі навчання згідно з Болонською конвенцією, істотно впливає на зміни навчальних планів, форми організації занять, критерії оцінювання знань, а тому підвищує вимоги до студентів. Впровадження нових педагогічних технологій стає умовою для розкриття унікальності та неповторності кожної конкретної особистості. Спроможність адаптуватися, долати труднощі, віднайти своє місце у життєвому просторі є вирішальним чинником вдалого розвитку молодої людини, а в майбутньому – фахівця з вищою освітою.

Процес навчання першокурсників налагоджується непросто, тому що характеризується великою динамічністю психічних процесів і станів, які зумовлені зміною соціального довкілля. Зокрема, вступ до навчального закладу у значної частини молоді супроводжується дезадаптацією, що спричинена новизною студентського статусу, відсутністю референтної групи, підвищеними вимогами з боку професорсько-викладацького складу, напруженістю та жорстким режимом навчання, збільшенням обсягу

самостійної роботи і самовідповідальності загалом. Усе це вимагає від першокурсника значної мобілізації своїх можливостей для успішного входження в нове оточення та якісно інший ритм життєдіяльності.

Проблема адаптації молоді до нових умов життєдіяльності та взаємин у соціальній групі привертала увагу багатьох вітчизняних дослідників (В.Л. Кікоть, В.А. Петровський, О.В. Симоненко, Т.В. Середа, О.І. Гончаров, А.Д. Ерднієв, М.І. Лісіна, А.В. Фурман) та зарубіжних учених (Е. Еріксон, Д. Клаузен, З. Фрейд та ін.). В окремих психолого-педагогічних дослідженнях вирішуються завдання адаптації молоді до навчання у вищих навчальних закладах (О.І. Борисенко, А.В. Захарова, В.А. Кан-Калік, М.В. Левченко, О.Г. Мороз, В.С. Штифурак та ін.). Увага науковців в основному зосереджується на вивченні різноманітних факторів, у тому числі й особистісних властивостей, які спричинюють процес дезадаптації першокурсників.

Особливої уваги адаптаційні процеси набувають за умов зміни середовища життєдіяльності, щонайперше на початкових етапах навчання. Вони вимагають від молодої людини активації механізмів адаптації і часто призводять до стану психологічного перенапруження. Так, доведено, що формування нового стереотипу поведінки упродовж першого року навчання призводить до дезадаптаційного синдрому в 35-40% першокурсників. Будь-які істотні зміни в навчальному процесі, особливо несподівані, можуть ускладнити і без того непрості механізми адаптації. Тут істотний вплив на перебіг процесів соціально-психологічної адаптації студентів мають такі чинники, як ставлення до обраного фаху, професійне спрямування, особистісне самовизначення, система ціннісних орієнтацій, індивідуально-типологічні особливості, ґрунтовність привласнених кожним соціальних норм тощо [8, 89].

Відомий вітчизняний психолог Л.С. Виготський, аналізуючи процес входження дитини у нові соціальні ситуації та процес формування у неї певного ставлення до суспільного оточення, розглядав адаптацію як один із

провідних чинників і як необхідну умову соціалізації. Більшість науковців під процесом адаптації розуміє складну систему перетворень, що відбуваються з людиною відповідно до зміни в умовах її життя, внаслідок яких виникають певні якості: адаптація як безпосередній результат цих перетворень, тобто стан узгодження наявних якостей і вимог середовища, або адаптація як інтегрована особистісна якість, що забезпечує здатність людини до подальших перетворень. Отже, результатом процесу адаптації є адаптованість людини до певної системи [3, 175].

Процес адаптації є одним з найбільш досліджуваних наукових об'єктів і використовується в різних науках – біологічних, філософських, психологічних, педагогічних. У зв'язку з цим у сучасній літературі використовується багато суперечливих визначень цього поняття. Багатьма авторами адаптація визначається як пристосування. Проте таке тлумачення поняття є дуже вузьким, оскільки не враховує специфіки адаптації людини, адже вона не лише пристосовується до середовища, але й активно перетворює його.

Аналіз науково-педагогічних, психологічних досліджень цієї проблеми дає змогу виділити поняття:

§ професійна адаптація у вузі – це процес прилучення особистості до професії, який виражається в надбанні знань, умінь, навичок, необхідних для майбутньої професії; пристосування до структури вищої школи, загальному змісту та окремим компонентам навчального процесу;

§ дидактична адаптація – пристосування студентів до нової для них системи навчання. Цей вид пристосування може проходити як відносно швидко, так і відносно повільно. Оперативна адаптація залежить, по-перше, від тісного зв'язку методів навчання між середньою школою та вузом, по-друге, від самостійності та творчого мислення, які вже стали самостійними рисами особистості, втретє, від повної зорієнтованості в професії й стійкого бажання оволодіти програмою вузу;

§ соціально-психологічна – пристосування до групи, стосункам в ній, вироблення особистого стилю поведінки [6, 62].

На соціальному рівні дослідники частіше за все виділяють суспільно-політичну форму адаптації, професійну, соціально-психологічну, психофізіологічну, матеріально-побутову. Адаптування йде водночас на декількох ієрархічних рівнях, кожний з яких може мати власну тенденцію та темпи.

В основі запропонованої В.А. Семиченко концепції системного розгляду процесу адаптації покладено ідею про те, що це складне явище, яке має певну структуру, яка складається з підсистем [3, 175]:

1. *Підсистема енергетична*, яка відображає ресурсні можливості організму, їх спроможність забезпечити функціонування основних систем організму в умовах підвищення енерговитрат. На рівні цієї підсистеми адаптація переважно проходить шляхом пристосування. Психологічними еквівалентами, що відображають тенденції адаптування на цьому рівні, можуть бути самооцінка співвідношення самопочуття, активності та настрою; стан нервово-психічного напруження та ін.

2. *Підсистема середовища*, яка відображає відносини людини та тих зовнішньо-предметних умов, що її оточують. Зміна умов може бути повною або частковою. Наприклад, у студента, який із сільської місцевості приїхав навчатись у велике місто, проживає в гуртожитку або на квартирі, зміни глобальні. Вони стосуються майже всіх аспектів зовнішнього середовища: життя в цілому, навчання, проживання. В той же час у студентів, які проживають у цьому ж місті, є зміни лише щодо умов навчання. Показниками адаптації, що відбувається на середовищному рівні, можуть бути відповіді на прямі запитання (задоволеність чи незадоволеність відповідними аспектами життя) або опосередковані (впевненість, що відповідний вибір був би знов зроблений).

3. *Підсистема діяльнісна* відображає здатність людини виконувати дії, що складають зміст відповідної діяльності. По-перше, це передбачає

засвоєння нових дій, по-друге – подолання вже напрацьованих навичок, які в нових умовах є недоцільними, по-третє – часові витрати на виконання цих дій. Показниками адаптації до діяльності можуть бути; наявність уникнення труднощів та помилок у виконанні основних видів діяльності, доцільний розподіл навантаження протягом доби, тижня.

4. *Підсистема соціальна* відображає входження людини в нове соціальне середовище. Соціальний аспект адаптації характеризується, з одного боку, ступенем прийняття людиною норм та правил життя в новій соціальній спільноті, а з іншого – ступенем прийняття цієї людини соціальним оточенням. Показники, що відображають тенденції соціальної адаптації: задоволення людини групою, до складу якої вона входить, співпадіння індивідуальних і соціальних цінностей, соціальне сприятлива позиція.

5. *Підсистема особистісна* відображає той загальний результат адаптації, коли людина відчуває психологічний комфорт від ситуації свого життя, приймає її як конструктивно значущу, що відкриває подальші перспективи розвитку. Показниками особистісного рівня адаптації можуть бути:

- а) зниження особистісного рівня тривожності;
- б) відсутність бажання змінити життєву ситуацію;
- в) домінування позитивних емоцій (оптимістична гіпотеза);
- г) впевненість у собі, у власних силах, у здатності вирішити проблеми свого життя;
- д) стійка адекватна самооцінка.

Отже, початок навчання в університеті – це досить складний і багатогранний процес в житті кожного студента, до якого входить активне пристосування до нових умов життя, включення в кардинально новий вид діяльності, пристосування до нового соціального середовища. Тому важливим аспектом адаптації вважається прийняття індивідом нової

соціальної ролі а допомогти йому в цьому може колектив студентської академічно групи.

Список використаної літератури

1. Березовин Н.А. Адаптация студентов к жизнедеятельности вуза: психолого-педагогические аспекты //Выбранные научовыя працы БДУ. – Минск. – 2001. – С. 11 – 25.

2. Данияров С.Б., Соложенкин В.В., Краснов И.Г. Взаимосвязь физиологических и психологических показателей в процессе адаптации у студентов // Психологический журнал. – 1989. – Т.10. – №1. – С. 98 – 106.

3. Зданевич Л.В. Як живеться студентів?// Гуманітарні науки. – 2005. – №2. – С. 174 – 179.

4. Казміренко В.П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молодій людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії// Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – №6 – С. 76 – 78.

5. Кондратова Н.О. Проблеми адаптації студентів ВНЗ : зміст, форми, психологічна специфіка //Психологія. Зб. наук. праць. – Вип. 2. – К.: НПУ. – 1999. – С. 189 – 196.

6. Ляхова І., Учитель О. Використання системного аналізу процесу адаптації студентів-першокурсників // Рідна школа. – 2001. - №1. – С. 61-63

7. Научитель Е.Д. Адаптация студента в ВУЗе // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – №7. – С. 21 – 23.

8. Скрипник В. Особливості перебігу та самосприйняття соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників // Психологія і суспільство. – 2005. – №2. – С. 87 – 93.