

Гальдикас Лариса Николаевна | galdikaslarisa@rambler.ru

Кандидат экономических наук, доцент

Доцент

ФГБОУ ВО «Псковский государственный университет»

Псков, Россия

Адаптация студентов как необходимое условие их успеха в обучении

Аннотация. В статье рассматривается понятие «адаптация» с точки зрения разных авторов. Акцентируется внимание на учебной и внеучебной видах деятельности студентов, на главных характеристиках образовательной среды — ее комфортности и безопасности. Отмечено влияние адаптации на качество учебной аудиторной и внеаудиторной работы студента и его творческую активность. Приведены признаки неадаптированности студента-первокурсника. Рассмотрены факторы социально-психологической адаптации студентов.

Ключевые слова: адаптация, психология, социология, комфортность, безопасность, среда, образование, деятельность, обучение, студент.

Известно, что процесс обучения осуществляется в рамках образовательной среды, главными характеристиками которой являются комфортность и безопасность. Именно комфортная среда позволяет обучающемуся-новичку быстрее адаптироваться и влиться в образовательный процесс. При этом неважно, о

какой личности идет речь (школьник это или студент). Именно потому, что личность является источником общественного прогресса, к ней предъявляются огромные требования.

Развитие качеств личности во многом определяется процессом образовательного пути (рисунок 1).

Только качественное обучение дает возможность подготовить компетентного, мобильного и креативного специалиста. Качество образования (особенно на первых порах) во многом зависит от того, насколько быстро адаптировался студент к образовательному процессу в вузе.

Молодежь, оказавшаяся на студенческой скамье, представляет ту группу населения, которая в большей степени подвержена умственной и психоэмоциональной нагрузке, более высокому уровню риска заболевания. Молодым необходимо приспособиться к новым условиям проживания, графику и режиму обучения, к формированию новых межличностных отношений за пределами семьи и т. д.



Рисунок 1 — Образовательный путь личности

Своевременная адаптация позволяет повысить не только качество учебной аудиторной и внеаудиторной работы, но и творческую активность в принятии решений, а также решить проблему формирования самостоятельной деятельности.

Проблемы адаптации всегда привлекали внимание научного сообщества. Изучением вопросов адаптации занимались такие ученые, как К. Левин, А. Н. Леонтьев, А. А. Налчаджян, А. В. Петровский и др. Психология рассматривает вопросы адаптации не только в контексте индивидуальных проблем личности, но и в групповой работе, что актуально для студенческой среды.

Рассмотрим некоторые подходы к изучаемому понятию. Согласно психологическому словарю, адаптация есть «приспособление психологических особенностей (например, эмоционального настроения, состояния и т. п.), а также поведения человека к социальным условиям,

социальной ситуации, в которой он в данный момент времени оказался» [Цит. по: 4, с. 13]. В Большой советской энциклопедии значится, что «адаптация — это процесс приспособления строения и функций организмов (особей, популяций, видов) и их органов к условиям среды» [Цит. по: 1, с. 390]. Если обратиться к словарю русского языка, то адаптация рассматривается как «приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям внешней среды» [Цит. по: 6, с. 25].

Автор Л. А. Гордон характеризует данное понятие следующим образом: «Адаптация заключается не столько в принятии отдельных элементов, сколько в социальном и психологическом освоении меняющегося типа целостной системы общественных отношений (адаптация к новому строю), а также в социальной и психологической способности пережить чрезвычайную ситуацию перехода от одних общественных порядков к другим

(адаптация к переходному кризису)» [Цит. по: 3, с. 4].

Не менее интересным и полным является подход к определению понятия «адаптация» у Н. Н. Свиридова. Автор утверждает, что «адаптация в социуме осуществляется через приспособление к непосредственной среде жизнедеятельности, близкому социальному окружению. Общество воспринимается и оценивается во многом в зависимости от того, удалось или не удалось индивиду "вписаться" в свою первичную среду» [Цит. по: 5, с. 91].

Адаптация как процесс может рассматриваться с точки зрения психологии и с точки зрения социологии. Представим определения относительно данных позиций.

Например, В. А. Гордашников, А. Я. Осин считают, что «психологическая адаптация — это процесс психологической

включенности личности в системы социальных, социально-психологических и профессионально-деятельностных связей и отношений, в исполнение соответствующих ролевых функций» [Цит. по: 2, с. 305]. Другой автор, М. А. Шабанова, утверждает, что «одним из существенных (стержневых) аспектов социальной адаптации становилось приспособление к условиям качественно иной (или большей) свободы во всех жизнедеятельностных сферах» [Цит. по: 7, с. 81].

Своевременная адаптация студента-первокурсника позволяет перевести обучающегося с позиции пассивного потребителя информации (именно таким он был в школьные годы — в системе традиционного обучения) в позицию активного студента, занимающегося разными видами деятельности и умеющего анализировать задачи, находить решения и понимать возможности их практической реализации (таблица 1).

Таблица 1 — Перечень видов деятельности студента

Вид деятельности	Пример
Образовательная	Учеба, НИРС, олимпиады, конкурсы, гранты, конференции
Трудовая	Учеба, практика, круглые столы, дискуссии
Художественная	Участие в КВН, студенческих театрах, концертах
Спортивная	Участие в спортивных мероприятиях, клубах, секциях
Волонтерская	Участие в волонтерских отрядах, центрах, движениях

Своевременное вовлечение студента в образовательную и прочую деятельность является основным и главным принципом воспитания будущего специалиста.

В научно-педагогической литературе нет однозначного понимания относительно того, каков начальный этап формирования процесса адаптации и когда он завершается.

Одна категория ученых (Б. О. Анджелян, Н. М. Молчанова, Г. И. Мызан, И. Б. Топоркова, В. С. Новиков) утверждает, что формирование адаптации студентов к учебному процессу заканчивается окончанием первого семестра. Другая группа ученых (Д. А. Алымкулов, М. С. Симоненко, С. С. Исраилова, Н. И. Козловский и др.) отмечает, что адаптация происходит в течении всего первого года обучения. Однако есть и те авторы (Э. Ю. Гринене, Ж. Т. Мырзаканова, Т. А. Хлебутина, Н. Ш. Валеева, Ю. В. Щербатых и др.), кто полагает, что процесс адаптации к образовательной деятельности заканчивается ко второму году обучения. Такие авторы, как В. Б. Ластовченко, И. И. Пономаренко, П. Н. Чернобров, А. В. Варезникова, Х. С. Хамитов и ряд других, считают, что период адаптации затрагивает все годы обучения.

Данные утверждения позволяют заключить, что мнения ученых в отношении адаптации студентов и ее сроков разнятся.

Процесс адаптации на начальном этапе студенческой жизни можно

рассматривать как сложное социально-психологическое явление, которое сопровождается значительным напряжением всех компенсаторно-приспособительных систем организма.

Вопросами изучения проблем, связанных с адаптацией студентов к условиям обучения, занимались такие ученые, как Н. А. Агаджанян, Г. В. Валеева, Э. С. Геворкян, Л. Д. Маркина и др.

Период острой адаптации, по мнению вышеперечисленных ученых, приходится на те семестры первого года обучения, когда вероятность проявления дезадаптивных (неадаптированных) состояний особенно велика. Признаки дезадаптации могут быть самыми разными: например, переживание, нежелание и неумение принимать новые требования образовательной среды, особенности поведения, затруднения в общении, в том числе со сверстниками в группе, эмоциональные трудности, соматические проблемы и т. д. Перечень некоторых признаков неадаптированности студента-первокурсника представлен на рисунке 2.

Знание вышеперечисленных признаков должно учитываться при разработке мероприятий, направленных на профилактику и коррекцию дезадаптивных состояний у студентов, а также для составления программы адаптации.

Разрабатывая программу адаптации студентов, важно выявить те социально-психологические факторы, которые

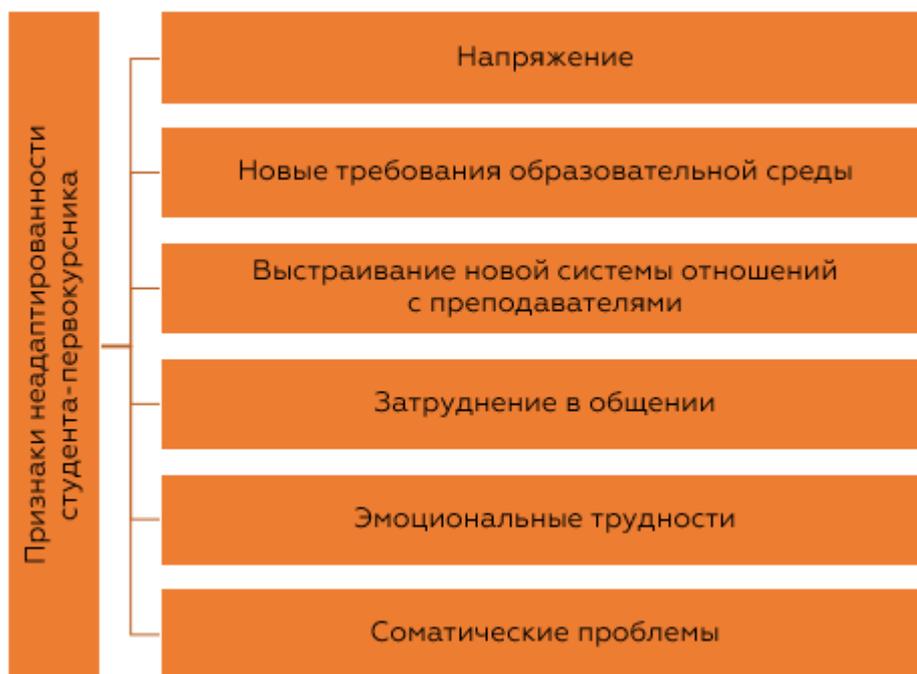


Рисунок 2 — Перечень признаков неадаптированного состояния студентов

позволят студенту быстрее и успешнее приспособиться к новым условиям обучения, влиться в ряды студенчества, снизить конфликтность, преодолеть затруднения, связанные с новизной условий, что, в свою очередь, окажет положительное влияние на академическую успеваемость.

Для выбора и учета факторов важно:

- понимать психологический портрет обучающегося: его мотивы, предрасположенность, черты темперамента и характера;
- знать, как проявляются эмоции и как они могут повлиять на общение;

- понимать, как можно выявить неправду и определить, почему студент что-то скрывает;
- пресекать манипуляции.

На основе ранее проведенных самостоятельных исследований можно выделить основные социально-психологические факторы, которые способствуют адаптации студентов-первокурсников:

- коммуникативные способности (стремление к общению, способность понимать других, уметь слушать, наблюдательность и т. д.);
- усвоенные образцы поведения (правила поведения, моральные и

- этические нормы, правовые, эстетические нормы);
- межличностная аттракция (симпатия к одноклассникам и т. д.);
 - каузальная атрибуция (оценка, восприятие причин поведения других);
 - эмпатия (сопереживание, сострадание другим);
 - агрессия (стремление к разрушению, тенденция к доминированию над другими, склонность к проявлению жестокости, причинение ущерба окружающим и т. д.);
 - идентификация (отождествление себя с другими).

Следует отметить, что в современных условиях адаптация должна осуществляться с учетом новых трендов взаимодействия преподавателей и студентов. Достижениями должны стать личностное включение в образование, самостоятельное образование, построение образовательного маршрута, рефлексия, ответственность за собственное образование, мотивация к получению будущей профессии.

Молодое поколение имеет преимущества в освоении материала в силу «встроенности» информационных технологий в их повседневную жизнь. Для студентов важно создать комфортную образовательную среду и провести своевременную адаптацию, которая позволит быстрее влиться в ряды студенчества, безболезненно принять новые условия образовательной среды, преодолеть эмоциональные трудности, справиться с напряжением и трудностями в общении,

а это, в конечном итоге, является необходимым условием успеха в обучении.

Список литературы

1. Большая Советская Энциклопедия: в 50 томах. Т. 1 / гл. ред. С. И. Вавилов. — 2-е изд. — М.: Советская энциклопедия, 1949-1958. — 640 с.
2. Гордашников, В. А. Образование и здоровье студентов медицинского колледжа / В. А. Гордашников, А. Я. Осин. — М.: Академия естествознания, 2009. — 395 с.
3. Гордон, Л. А. Социальная адаптация в современных условиях / Л. А. Гордон // Социологические исследования. — 1994. — № 4. — С. 3-15.
4. Немов, Р. С. Психологический словарь / Р. С. Немов. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. — 560 с.
5. Свиридов, Н. А. Адаптационные процессы в среде молодежи (дальневосточная ситуация) / Н. А. Свиридов // Социологические исследования. — 2002. — № 1. — С. 90-95.
6. Словарь русского языка: в 4-х т. Т. I. А — Й [Электронный ресурс] / под ред. А. П. Евгеньевой; АН СССР Ин-т рус. яз. — 3-е изд. стереотип. — М.: Русский язык, 1985-1988. — 696 с. — URL: <https://azbyka.ru/otechnik/books/original/25052/%D0%9C%D0%90%D0%A1%20%D1%821.pdf> (дата обращения: 01.03.2022).
7. Шабанова, М. А. Социальная адаптация в контексте свободы / М. А. Шабанова // Социологические исследования. — 1995. — № 9. — С. 81-88.

Larisa N. Galdikas
Pskov State University
Pskov, Russia

Adaptation of students as a necessary condition for their success in learning

Abstract. *The article deals with the concept of “adaptation” from the standpoint of different authors. The attention is focused on educational and extracurricular activities*

of students, on the main characteristics of the educational environment: its comfort and safety. The influence of adaptation on the quality of classroom and extracurricular work of the student and his creative activity is noted. The signs of non-adaptation of the first-year student are given. The factors of socio-psychological adaptation of students are considered.

Keywords: *adaptation, psychology, sociology, comfort, safety, environment, education, activity, studying, student.*