

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ

Тренина Ксения Евгеньевна

аспирант, ассистент

Сибирский федеральный университет, г.Красноярск

Аннотация. Статья посвящена особенностям социально психологической адаптации студентов в современном обществе в условиях вуза, которые вносят новые формы диалога и общения в социум и все его сферы, в том числе и в образование.

Ключевые слова: адаптация, социально-психологическая адаптация, синдромы дезадаптации

Социально-психологическая адаптация, как всякий целостный сложный процесс, имеет свою динамику. Исследователи подходят к этому вопросу с различных позиций, так, в связи с утверждением о постоянности этого процесса (т.е. адаптация не прерывается ни на один день, а условия постоянно меняются) считают, что процесс адаптации охватывает весь период студенчества. Также считается, что адаптация студентов к учебному процессу в вузе заканчивается уже в конце второго - начале третьего учебного семестра. Определяют, что в основном социально-психологическая адаптация протекает на первом-втором курсе и заканчивается к третьему курсу, несмотря на то, что адаптация - процесс индивидуально обусловленный. Как уже было отмечено в вышеприведенных исследованиях, процесс социально-психологической адаптации имеет стадии преадаптации, адаптирования, постадаптации.

Первый этап вхождения студента в условия вуза сопровождается возникновением противоречий - молодой человек, поступив в вуз, глубоко верит теперь в себя, строит планы на интересную жизнь. Но первокурсники по сложившемуся школьному стереотипу ждут внимания к себе и опеки, руководства своим поведением, к которым они привыкли со стороны старших, а, не дождавшись в условиях вуза, начинают испытывать дискомфорт. Происходят изменения в их настроении - от восторженного в первые месяцы учебы до скептического при оценке отношений в группе, вузовского режима, системы преподавания и т.п. Также стремление быть включенным во все аспекты студенческой жизни сочетается с налаживанием собственного режима дня, трудностями организации самостоятельной работы. В это время практически половина студентов жалуется на нехватку времени. Одновременно с этим позитивные устремления студентов в учебе и общении наталкиваются на своеобразный барьер - отсутствие адекватных навыков учебы и коммуникации.

Отсутствие нового круга общения и потеря прежних школьных контактов приводят к ощущению одиночества. В конце этой стадии проявляется усталость, раздражительность, неудовлетворенность собой и окружающими.

Второй этап сопровождается эффектом «обманутых ожиданий», разочарованием студентов в избранной деятельности. Но в процессе обучения под влиянием интенсивной учебной нагрузки происходит освоение новых коммуникативных и учебных норм, оценок, способов и приемов самостоятельной работы, обучение новым видам научной деятельности; складывается новое отношение к окружению, к избранной специальности; приспособляясь к новому типу учебного коллектива, его правилам, студент пытается найти референтную для него группу. Приспособление к новым образцам студенческой жизни, новым формам общения, использования свободного времени способствует формированию широких культурных запросов и потребностей, происходит развитие социально значимых качеств личности. Значительные изменения претерпевает индивидуально-личностный уровень.

Третий этап характеризуется оформлением индивидуального стиля учебной деятельности, сужением круга интересов в направлении профессиональных, формированием постоянного круга общения и определением социальной роли. Начинают интенсивно формироваться социально и профессионально значимые качества личности. Основные изменения в этот период происходят на социально-психологическом уровне. Иногда на третьем этапе констатируется процесс переадаптации, т.е. студент ограничивается школярскими методами учебы (заучивание материала наизусть, поверхностное ознакомление с материалом и т.п.) и общения (необоснованные попытки лидерства, демонстрация превосходства по каким-либо качествам). Отсутствие круга общения, инфантильные поведенческие реакции (слезы при неудачной сдаче отчетности, обвинение окружающих в собственных неудачах, поиски конфликтной ситуации для сведения счетов с сокурсниками и т.д.), личностный эгоцентризм приводят к тому, что, не выработав новый способ установления контактов, молодой человек включается в новые еще более сложные социальные условия. В этом случае происходит нарушение процесса социально-психологической адаптации.

Таким образом, процесс социально-психологической адаптации студентов не является однородным и состоит из последовательных этапов или стадий, характеризующихся различиями в динамическом характере протекания.

В вузе молодой человек сталкивается с рядом сложных проблем: адаптация к новым условиям учебы и общения, к требованиям учебного процесса, преодоление материальных и бытовых проблем и прочее. В это время происходит осознание первокурсниками социальных условий и окружения. В идеале студент должен очень быстро сориентироваться и с новых позиций освоить способы и методы учебной деятельности, понять систему норм и правил,

существующих на факультете и формирующихся в группе, разработать свою новую систему ценностей по отношению к окружающим, сокурсникам и преподавателям, к избранной им специальности. Адаптация первокурсников к новым условиям имеет комплексный характер, что определяет множество подходов к ее исследованию, в том числе исследованию ее критериев.

Так, выделены следующие критерии адаптированности студентов:

- осознание необходимости усвоения определенной суммы знаний в избранной специальности;
- готовность выполнять предъявленные вузом требования и соответствующие возрасту и статусу функции;
- эмоциональное состояние студента, которое влияет на результат учебной деятельности. При этом эмоциональное состояние выступает субъективным индикатором, отражающим удовлетворенность требованиям вуза;
- отсутствие частых конфликтов между студентом и другими членами группы;
- степень реализации студентов в своем поведении и межличностных отношениях социальных и моральных норм, одобряемых обществом;
- достижение студенческой группой целостно-ориентированного единства по основным вопросам (отношение к учебе, избранной специальности и т.п.).

Определяется, что проблемы, возникшие на первом этапе социально-психологической адаптации, остаются нерешенными у некоторой части студентов до окончания первой ступени обучения, и у меньшей части могут остаться полностью.

Адаптация студентов в вузе подразделяется на два компонента:

- профессиональную адаптацию, под которой понимается приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе;
- социально-психологическую адаптацию - приспособление индивида к группе, взаимоотношениям к ней, выработка собственного стиля поведения.

Процесс социально-психологической адаптации существует в различных взаимосвязанных формах. Различают три формы социально-психологической адаптации студентов к условиям вуза:

- 1) адаптация формальная как познавательно-информационное приспособление студентов к новому окружению;
- 2) общественная адаптация как процесс внутренней интеграции общности студентов и интеграция этих групп со студенческим окружением в вузе;

- 3) дидактическая адаптация как подготовка студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе.

На основании того факта, что социально-психологическая адаптация студента к условиям вуза охватывает все сферы студенческой жизни, считается, что состояние умственной работоспособности может быть интегральной характеристикой адаптации первокурсников.

Список литературы:

1. Адаптация / Крысько В.Г. Словарь-справочник по социальной психологии. СПб.: Питер, 2013. С.7–8.
2. Александровский Ю.А. Состояния психической дезадаптации и их компенсация. М.: Изд-во «Наука», 1996. 272 с.
3. Алексеева Л.И. Психологические особенности межэтнического восприятия подростками друг друга: Автореф. дис.канд.психол.наук. М., 2004. 22 с.
4. Аливердиева И.А. Психологические характеристики адаптации студентов к учебной деятельности: Автореф. дис.канд. психол. наук. Л., 1992. 15 с.
5. Аллахвердянц Э. Психология межнационального общения и проблемы интернационального воспитания. Ашхабад: Знание, 1999. 24 с.