

ОСОБЕННОСТИ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТА К УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Горчакова А. А. Email: Gorchakova1788@scientifictext.ru

*Горчакова Анастасия Андреевна – клинический психолог, преподаватель психологии,
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Архангельской области
Архангельский медицинский колледж, г. Архангельск,*

*аспирант,
факультет психологии,*

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования
Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, г. Ярославль*

Аннотация: решение проблемы адаптации студента к условиям учебно-профессиональной деятельности представляет теоретический и практический интерес как для психологии, так и для педагогики. Данная статья посвящена проблеме социально-психологической адаптации студентов младших курсов к условиям обучения. В статье выявляются трудности адаптационного процесса, а также возможные пути их преодоления. Описаны формы и уровни адаптации, аспекты психолого-педагогического сопровождения адаптации студентов-первокурсников.

Ключевые слова: адаптация, социально-психологическая адаптация, социализация личности, уровни адаптации, формы адаптации.

FEATURES OF THE ADAPTATION OF STUDENT TO TRAINING AND PROFESSIONAL ACTIVITIES

Gorchakova A. A. Email: Gorchakova1788@scientifictext.ru

*Gorchakova Anastasiya Andreevna – clinical psychologist, teacher of psychology,
ARKHANGELSK MEDICAL COLLEGE,*

*postgraduate student,
FACULTY OF PSYCHOLOGY,*

YAROSLAVL STATE UNIVERSITY OF P. G. DEMIDOV, YAROSLAVL

Abstract: the solution of student problems of adaptation to the conditions of teaching and professional work is theoretical and practical interest for psychology and pedagogy. This article deals with the problem of social and psychological adaptation of junior students to training conditions. The article reveals the difficulties of the adaptation process, as well as possible ways to overcome them. We describe the forms and levels of adaptation, aspects of psychological and pedagogical support of adaptation of first-year students.

Keywords: adaptation, social and psychological adaptation, socialization of the individual, levels of adaptation, adaptation of forms.

УДК 37.013

Проблема адаптации студентов к учебно-профессиональной деятельности представляет собой одну из важных проблем. Адаптация к учебно-профессиональной деятельности – незаменимая составляющая образовательного процесса, в рамках которого закладываются основы профессионализма, обеспечивается интеграция в студенчество с принятием норм, ценностей и требований данной социальной группы, формируется готовность и потребность к непрерывному самообразованию, необходимые для формирования личности компетентного специалиста [1, 2, 3, 5, 6].

Термин «адаптация» введен в научный оборот физиологами в конце XVIII века и обозначает способность объекта системной природы сохранять свою целостность при изменении параметров среды. В настоящее время существует множество определений понятия «адаптация», имеющих как общий смысл, так и сводящих сущность адаптационного процесса к ряду определенных явлений.

Из всего многообразия данного феномена наибольший интерес представляет проявление адаптации в новой образовательной среде.

Каждый студент неизбежно проходит адаптационный период. При переходе в новые условия обучения студент сталкивается с новыми требованиями и трудностями: осуществляется перестройка учебной деятельности по сравнению со школьным обучением, вхождение в новый коллектив, привыкание к новым методам и формам обучения. Нередко адаптация сопровождается большими умственными и нервно-эмоциональными нагрузками.

Факторами, оказывающими влияние на процесс адаптации к условиям учебно-профессиональной деятельности, являются социологический, психологический и педагогический. Социологический фактор включает следующие характеристики: возраст, социальное происхождение. Психологический фактор связан с особенностями личности конкретного человека и включает в себя индивидуально-психологические характеристики: характер, темперамент, интеллект, направленность, общая и специальная подготовленность, познавательные процессы [4, 8].

Понимая под адаптацией непрерывный процесс активного приспособления к условиям социальной среды, определяют три компонента социально-психологической адаптации: мотивационный, познавательный и коммуникативно-поведенческий. Мотивационный компонент адаптации указывает, насколько адекватно студент воспринимает и оценивает себя и свои социальные связи, соизмеряет свои потребности и возможности, осознает мотивы своего поведения в новой среде. Познавательный компонент связан с наличием знаний о социальной среде, в которой человеку предстоит адаптироваться. Коммуникативно-поведенческий компонент включает в себя умения устанавливать конструктивные отношения как с отдельными личностями, так и с группой.

Различают три формы социальной адаптации: дезадаптация, пассивная и активная адаптация. Дезадаптация отличается от остальных форм неприятием норм, ценностей и требований новой социальной среды, сужением круга общения. Пассивная адаптация характеризуется тем, что индивид принимает нормы, ценности и требования новой социальной среды по принципу «я - как все», однако круг общения и решаемых проблем значительно шире по сравнению с формой дезадаптации. Активная адаптация способствует успешной социализации личности и приводит к гармоничному единству с самим собой и окружающей действительностью [7].

Адаптация как сложный, динамический и многосторонний процесс включает в себя ряд стадий, соответственно которым распределяют три типа адаптации: низкий, средний и высокий.

Куратор, преподаватель в своих наблюдениях за студентами могут самостоятельно определить уровень адаптации первокурсника, если знают признаки адаптированности.

Низкий уровень адаптации: студент равнодушно или отрицательно относится к учебному процессу; нередко жалобы на здоровье; преобладает подавленное настроение; близких друзей не имеет; учебный материал усваивается фрагментарно; затруднена самостоятельная работа.

Средний уровень адаптации: студент положительно относится к учебному процессу; понимает учебный материал, если преподаватель излагает его подробно и наглядно; бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным; почти всегда выполняет домашние задания; дружит со многими одноклассниками.

Высокий уровень адаптации: студент положительно относится к учебному процессу; учебный материал усваивает легко; выполняет поручения без внешнего контроля; проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе; занимает в группе благоприятное статусное положение.

В педагогике под социальной адаптацией подразумевают одно из направлений социализации личности. Социализация личности – это процесс вхождения каждого индивида в социальную структуру, в результате которого происходят изменения в самой структуре общества и в структуре личности. Процессы социализации и социально-психологической адаптации тесно взаимосвязаны, так как отражают единый процесс взаимодействия личности и общества.

Процесс социализации личности проходит в своем развитии три фазы. Первая фаза заключается в освоении социальных ценностей и норм, в результате чего личность учится соответствовать обществу. Вторая фаза характеризуется стремлением личности к самоактуализации. Третья фаза заключается в интеграции каждого человека в определенную социальную группу, где он раскрывает собственные возможности [3, 5, 8].

Для более успешной адаптации студентов необходимо:

1. Использовать различные методы обучения, ориентированные не на зазубривание изучаемых дисциплин, а на обучение умению выявлять главные и второстепенные причины, следствия и другие стороны изучаемых проблем.

2. Использовать способы воздействия на мотивационную сферу студента (проблемное обучение, приемы активизации внимания).

3. На первых занятиях знакомить студентов с системой обучения в колледже, требованиями преподавателя, применять такие формы и методы обучения, которые позволили бы студентам эффективно общаться с целью скорейшей адаптации.

4. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации студентов-первокурсников должно включать аспекты аналитико-диагностической работы, профилактической и коррекционной.

Аналитико-диагностическая работа включает в себя изучение индивидуально-психологических особенностей студентов, учебной мотивации, исследование степени удовлетворенности студенческой жизнью, проведение итоговой диагностики адаптированности студентов.

В настоящее время психологами разработано большое количество методик для диагностики адаптированности: методика для изучения социализированности личности учащегося М. И. Рожкова (предназначена для выявления уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащегося), методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонд (предназначена для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности), многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (предназначен для оценки адаптационных возможностей личности с учетом социально-психологических и психофизиологических характеристик) и др.

Профилактическая работа заключается в активном вовлечении студентов в деятельность секций, научных кружков, подготовке и проведении классных часов с элементами социально-психологического тренинга, например, «Бесконфликтное общение», «Готовимся к экзамену».

Коррекционная работа включает в себя проведение мероприятий, направленных на самопознание, самопринятие по результатам диагностической работы; индивидуальную и групповую работу со студентами по выявленным проблемам.

Студенческая жизнь начинается с первого курса и поэтому успешная адаптация первокурсника является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, будущего специалиста. Поэтому внимание к каждому студенту, создание условий для его самореализации – большая социально-психологическая задача для педагогического коллектива.

Список литературы / References

1. Ваганова Н. А. Саморегуляция и самоуправление как базовые механизмы социальной адаптации личности // Вестник экономики, права и социологии, 2010. № 3. С. 73 – 78.
2. Елгина Л. С. Социальная адаптация студентов в вузе // Вестник Бурятского госуниверситета, 2010. № 5. С. 162 – 166.
3. Корякина И. В. Адаптация студентов ссузов к учебно-профессиональной деятельности // Теория и практика общественного развития, 2011. № 4. С. 170 – 172.
4. Метакогнитивные основы конфликтной компетентности / Под ред. М. М. Кашапова. Ярославль: ЯрГУ, 2012. – 428 с.
5. Милославова И. А. Адаптация как социально-психологическое явление // Социальная психология и философия, 1973. № 2. С. 111 – 120.
6. Салахутдинова Е. С. Педагогическое сопровождение адаптации студентов в учебной группе: Дисс. ... канд. пед. наук. Кострома, 2014. 258 с.
7. Ходорович А. М. Медико-биологическая адаптация иностранных граждан в условиях мегаполиса / А. М. Ходорович, И. В. Радыш, А. И. Крупнов, О. В. Маслова. М.: РУДН, 2008. 140 с.
8. Якунин В. А. Психология учебной деятельности студентов. М.: Логос, 1994. 156 с.