

**Матекина Татьяна Викторовна**

канд. пед. наук, доцент

**Сорока Марина Владимировна**

канд. социол. наук, доцент

**Столярова Валентина Вячеславовна**

канд. техн. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Южно-Российский государственный  
политехнический университет (НПИ) им. М.И. Платова»

г. Новочеркасск, Ростовская область

DOI 10.31483/r-104699

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ МЛАДШИХ КУРСОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ**

***Аннотация:** в статье рассматривается актуальность адаптации студентов к обучению математике в начале образовательной траектории, а также подходы к решению возможных проблем психологического характера, возникающих в процессе обучения.*

***Ключевые слова:** стратегии адаптации, критерии адаптивности личности, объективные и субъективные психологические факторы адаптации, социальная среда, учебная деятельность, эффективность обучения.*

Начало учебной деятельности достаточно ответственный период в студенческой жизни, поэтому успешная адаптация к изменившимся социальным условиям и новым методам обучения является залогом эффективности обучения. С психологической точки зрения, процесс изменения поведенческой линии студентов, динамика этого процесса сопровождается кризисным состоянием, что обусловлено трансформацией социальной среды. Актуальность проблемы адаптации студентов в самом начале обучения обусловлена стратегией развития современного образования, задачами устойчивого развития образования, а именно, сохранить и улучшить психическое состояние участников образовательного процесса.

Процесс адаптации можно рассматривать как психологическое состояние личности, которую поместили в определенную социальную среду, при этом заметим, что процесс адаптации включает приспособление индивида к изменившейся среде, а также одновременно изменение самой среды.

Развитию человечества, физическому, социальному, а также психологическому, содействует адаптация человека, как процесс активного взаимодействия человека с окружающей средой. Психологическая адаптация – это процесс формирования социальных связей и отношений в результате социальной или профессиональной деятельности индивидов [3, с. 87].

Определим закономерности для реализации адаптации, как формы приспособления человека к изменениям, происходящим во внутренней и внешней среде:

- реализация адаптации возможна при взаимодействии как минимум двух объектов;
- адаптация востребована при необычных, измененных или изменяющихся условиях;
- цель адаптации заключается в сбалансировании социальной системы, а диапазон дисбаланса может быть различным;
- достижение цели адаптации говорит о том, что изменения произошли во всей социальной среде, внутренней и внешней [1, с. 57].

При реализации адаптации необходимо учесть разнонаправленный характер динамики изменений, которые происходят в личности. Выделяют созидательную и регрессивную динамику, первая позволяет приобрести новые улучшенные качества личности, другая же разрушает уже имеющиеся навыки и свойства [2].

Показателем адаптивности личности может служить адекватная оценка окружающей среды, а также оценка личных качеств и способностей относительно внутренней социальной среды.

Человек сам является источником адаптации, при этом необходимо учитывать особенности личности, его устремления, ценности, возможности достижения поставленных целей в определенной социальной среде. Успех социально

психологической адаптации зависит от объективной оценки своих возможностей, осознания своего места в социальной группе, а также налаживания социальных связей при решении учебных или производственных задач. Часто неадекватное представление о своих возможностях приводит личность к проблемам при осуществлении социальных связей между участниками образовательного или профессионального процесса [4, с. 112].

В реализации социально психологической адаптации могут быть использованы различные стратегии адаптивного поведения, успех адаптации зависит от того, как эти стратегии сочетать между собой. К наиболее известным стратегиям адаптации относятся:

– *нормальная стратегия*, реализация такой стратегии адаптации подразумевает решение социальных или психологических проблем путем совершения поступков, которые не противоречат общепринятым нормам и ценностям, эта стратегия – наиболее оптимальная для развития личности;

– *стратегия конформизма*, подразумевает подчинение управляемого учащегося силе психологического давления главенствующих элементов социальной группы, то есть поведение учащегося зависит от нравственных установок в окружающей среде. Если безвольного учащегося поместить в группу с активными гуманистическими и трудовыми установками, то процесс развития его нравственных и профессиональных качеств будет соответствовать благоприятному исходу, а если же такого учащегося поместить в среду с асоциальными установками, то и исход ожидается неблагоприятный;

– *стратегия защитная*, когда защитные механизмы включаются, если учащийся не может самостоятельно решить проблемную ситуацию, учащийся при этом уходит в психологическую защиту от проблемы. Защитная адаптивная стратегия имеет пассивно оборонительный характер.

С самых первых шагов в вузе у учащихся могут возникнуть проблемы различного толка. Изменяется привычная система межличностных отношений, студенты знакомятся с особенностями новой социальной среды, меняется содержание учебной деятельности. Если педагоги включатся в эту ситуацию вовремя,

смогут организовать и эффективно управлять адаптивными мероприятиями, то это позволит уберечь студентов от различных стрессов, повысить успеваемость, улучшить микроклимат в социальной среде.

Во-первых, необходимо адаптировать студентов к учебному процессу. Методы обучения в вузе и в общеобразовательной школе различаются, поэтому педагоги высшей школы прежде всего помогают студентам в освоении новых особенностей учебы, устраняющие возможность конфликта со средой.

Во-вторых, адаптация к коллективу играет важную роль, уважение сокурсников, завоеванный авторитет является залогом для психологического комфорта студента.

В-третьих, адаптация к выбранной профессии, происходит постепенное осмысление перспектив в профессиональной деятельности, а также систематизация шагов по самообразованию, воспитанию востребованных в профессии качеств личности.

В-четвертых, адаптация к новым бытовым условиям, организация самостоятельной образовательной деятельности, а также вне учебной деятельности.

В-пятых, адаптация к новым отношениям в семье, вчерашний школьник становится постепенно самостоятельной личностью, способной самостоятельно контролировать и оценивать себя, правильно распределять свое время.

Создание благоприятных условий для гармоничного развития личности основная цель педагогического процесса, потому быстрая адаптация студентов на начальных курсах является залогом успеха в обучении.

С целью эффективной адаптации студентов технического вуза нами было проведено анкетирование студентов первого и второго курса технического вуза с целью определения проблем и условий процесса социальной адаптации. В анкетировании участвовало 64 студентов первого курса и 72 второго курса. Базисными критериями эффективной адаптации студентов к обучению в вузе с психологической точки зрения в нашем исследовании выступают следующие показатели: субъективное благополучие, самооценка, состояние удовлетворенности от

составляющих образовательного процесса, характер межличностных отношений, коммуникабельность, способность к творчеству, исполнительность, поведенческая активность и др. Анализ результатов исследования показал, что студенты второго курса имеют более высокий уровень показателей, характеризующих адаптивность по сравнению со студентами первого курса. Согласно проведенному исследованию, все диагностические параметры находятся в пределах нормы, наиболее высокими оказались показатели социально-нормативного благополучия, в целом студенты удовлетворены процессом обучения, комфортно чувствуют себя во внутренней и внешней среде, но психолого-педагогическая адаптация потребовала усилий и активации всех ресурсов.

Адаптация студентов к учебно-профессиональной деятельности в условиях вуза зависит от организации процесса обучения, который необходимо проектировать таким образом, чтобы условия обучения студента требовали от него совокупности самостоятельных действий, в определенной степени моделирующих будущую профессиональную деятельность. Это будет способствовать формированию самостоятельности, как черты личности и усвоению необходимого объема знаний, умений, навыков [5].

Следует отметить, что по мере ускорения общественного развития ускоряется и интенсивность адаптационных процессов в обществе в целом. Готовность к переменам становится одним из главных условий жизненного успеха человека.

### *Список литературы*

1. Бутакова Д.А. Активные стратегии социальной адаптации / Д. Бутакова. – М.: LAP Lambert Akademik Publishing, 2017. – 160 с.
2. Гапонова С.А. Особенности адаптации студентов вузов процессе обучения / С.А. Гапонова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. №3. – С. 86–89.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования / Э.Ф. Зеер. – М.: Академия, 2013. – 413 с.
4. Клевина М.Н. Психолого-педагогическое сопровождение как фактор профессионально-личностного развития студентов младших курсов педвуза /

М.Н. Клевина // Актуальные вопросы современной филологии и журналистики – 2015. – №4 (18). – С. 110–115.

5. Соболева Е.В. Субъективные факторы психической адаптации студентов в новой личносно значимой социальной ситуации / Е.В. Соболева // Психология обучения. – №06. – С. 74.