

Кочетова Милена Александровна

магистрант

Пазухина Светлана Вячеславовна

почетный профессор Российской академии образования,
член-корреспондент Российской академии естествознания,
член Общероссийской общественной организации «Федерация психологов
образования России», д-р психол. наук, доцент, заведующая кафедрой

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ВАЖНОСТЬ ПОДДЕРЖКИ ПЕРВОКУРСНИКОВ РОДИТЕЛЯМИ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ВУЗУ

Аннотация: в статье отражены результаты теоретического и эмпирического исследования по проблеме адаптации студентов к вузу и влияние поддержки семьи на них в этот период. В настоящее время данный вопрос актуален и требует большего изучения, а также расширения знаний по теме детско-родительских отношений. Студенчество – один из основополагающих периодов в жизни и для обеспечения успешного положения в обществе в будущем требует к себе особого внимания.

Ключевые слова: адаптация, студент-первокурсник, вуз, поддержка, семья.

Одним из самых стрессовых периодов у молодых людей является период поступления в вуз и первый год обучения. Семья как важный фактор в жизни каждого человека оказывает большое влияние на студентов-первокурсников. Поддержка родных и близких в столь трудный период для них особенно важна.

Весь успех обучения, качественного овладения новыми знаниями и навыками, полностью зависит от адаптации студентов-первокурсников к вузу. Родители играют большую роль в успешности этой адаптации. Поддержка, эмоцио-

нальная помощь обеспечивают более стойкую позицию молодого человека в новой для него среде.

Актуальность данного вопроса заключается в решении задачи успешности адаптации студента-первокурсника к вузу, выявлении личностно-профессиональных проблем в начале обучения. Также учебная адаптация является основной частью адаптации к вузу.

Термин «адаптация» имеет многогранный характер, используется во многих науках. Он может видоизменяться в зависимости от области применения. За основополагающее определение этого термина в данной работе возьмем значение, предписанное ему Г.И. Постоваловой: «Адаптация – перестройка психики индивида под воздействием объективных факторов окружающей среды, а также способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой» [2, с. 18–19].

Проблемой успешной адаптации студентов-первокурсников к вузу занимались многие авторы. Так, например, в своей работе А.А. Гнездилова доказала, что успешная адаптация первокурсников напрямую зависит от отношений между родителями и детьми [2]. Другие авторы также доказали большую степень влияния семьи на успешность адаптации студентов первого курса обучения. Поддержка семьи оказывает немалое воздействие на эмоциональную сферу обучающегося [3].

Еще одной из немаловажных категорий влияния на адаптацию к вузу являются личностно-профессиональные проблемы первокурсников. Одними из таких проблем являются социально-психологическая и эмоционально-деятельностная адаптивность. Методики, определяющие уровни данных критериев, являются.

1. Методика «Самооценка психологической адаптивности».
2. Методика «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности».

Данные методики были разработаны такими авторами, как Н.П. Фетискин, В.В. Козлов и Г.М. Мануйлов [4].

Нами было проведено исследование в естественной учебной группе 1 курса, состоящей из 16 человек: 15 девушек и 1 юноши. По результатам диагностики было выявлено, что по 1 методике, направленной на определение уровня социаль-

но-психологической адаптивности у 2 студентов, был выявлен высокий уровень и выше среднего; у 3 – средний уровень; у 11 – ниже среднего и низкий уровни. Это означает, что больше половины группы имеют низкие адаптационные способности. Это говорит о том, что данные студенты испытывают трудности в адаптации к новым видам деятельности, так как обучение в школе и университете достаточно отличаются. Им тяжело интегрироваться в отличающийся учебно-образовательный процесс. Также эти студенты испытывают сложности в выстраивании новых отношений, вхождении в новую сформировавшуюся группу.

Данные проблемы могут усилиться при равнодушном отношении семьи и привести к сильной дезадаптации у студентов, их тревожности и стрессу. Родители и близкие в этот период обязаны поддерживать новоиспеченного студента, подбадривать его, участвовать в его жизни, но, самое главное, без сильного давления и контроля, так как результат будет обратным.

Полученные результаты по данной методике представлены на рисунке 1.

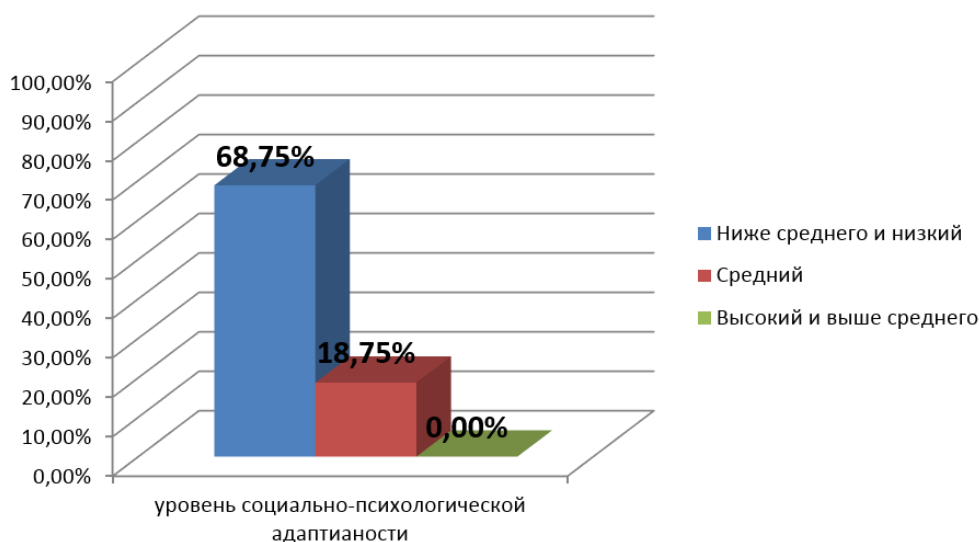


Рис. 1. Процентное соотношение уровней социально-психологической адаптивности у студентов-первокурсников, по итогам методики «Самооценка психологической адаптивности»

По второй методике – «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности», были получены следующие результаты: высокий уровень и очень низкий не был диагностирован ни у кого из респондентов; у 6 – средний уровень; у

10 – низкий. По итогам этой методики можно сделать вывод, что у всех участников диагностируемой группы низкие навыки эмоциональной устойчивости, они имеют склонность к следованию за толпой, замкнутости, рассеянности. Также, им свойственна слабая нервно-психическая регуляция, то есть им сложно контролировать свои эмоции, поведение, часто находятся в напряжении.

Данные проблемы также поддаются коррекции, в этом также должны помогать близкие. Та же поддержка, выделение положительных сторон во всем, подбадривание, не будет лишним.

Полученные результаты по данной методике представлены на рисунке 2.

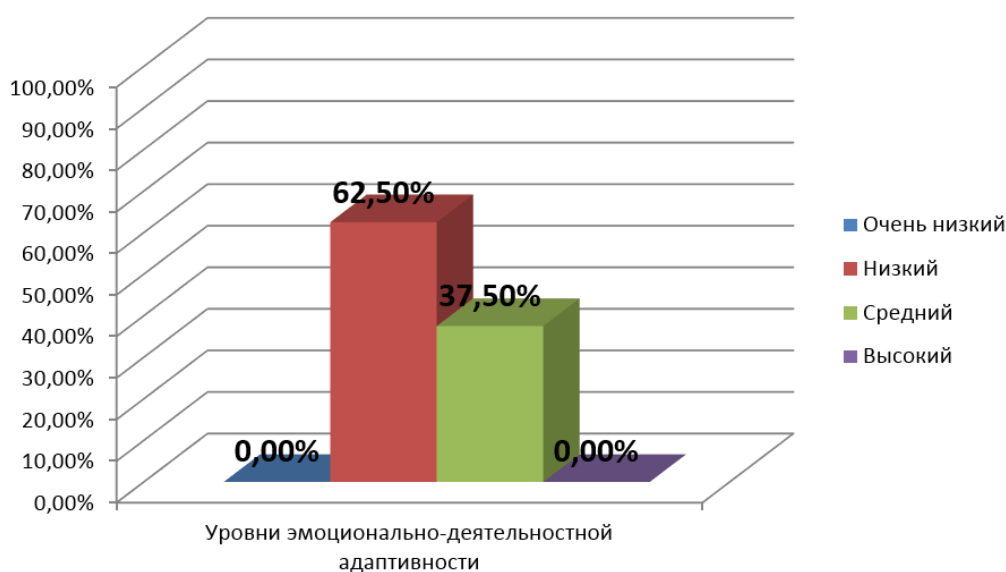


Рис. 2. Процентное соотношение уровней эмоционально-деятельностной адаптивности у студентов-первокурсников, по итогам методики «Самооценка эмоционально-деятельностной адаптивности»

Таким образом, мы рассмотрели варианты личностно-профессиональных проблем, с которыми сталкиваются студенты-первокурсники в период адаптации к вузу. Все эти трудности студентам легче преодолеть, имея за спиной любящих и эмпатичных близких, которые всегда приободрят и помогут.

Родителям необходимо присутствовать в жизни детей, которые только начинают свой путь во взрослую жизнь. Приведем некоторые варианты поддержки:

– необходимо подчеркивать положительные стороны молодого человека, показывать ему, что он очень значим для семьи несмотря на внешние проблемы;

- важна помощь в решении возникающих трудностей;
- родители могут участвовать во внеучебных активностях вместе со студентом, для помощи с дальнейшими карьерными перспективами.

Именно поэтому очень важна поддержка семьи первокурсников в период адаптации к вузу.

Список литературы

1. Волченко С.В. Влияние детско-родительских отношений на эмоциональную сферу и успешность адаптации студентов-первокурсников / С.В. Волченко, А.М. Кукуляр, А.Ю. Светоносина // Научная электронная библиотека. – 2022. – 11 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 18.11.2024).
2. Гнездилова А.А. Особенности влияния детско-родительских отношений на успешность адаптации студентов-первокурсников / А.А. Гнездилова // Научная электронная библиотека. – 2021. – С. 20–35 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 18.11.2024).
3. Постовалова Г.И. О факторах, определяющих адаптационную способность человека / Г.И. Постовалова // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студентов. – Ереван, 1973. – С. 18–19.
4. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 362 с.