

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Розкриваються окремі аспекти психолого-педагогічної адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі. Аналізуються труднощі, які виникають у першокурсників у процесі їх психолого-педагогічної адаптації, визначаються шляхи їх подолання. Обґрунтовуються умови позитивної адаптації студентів-першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі.

Ключові слова: *адаптація, психологічні труднощі, дидактичні труднощі, професійні труднощі.*

Постановка проблеми. У контексті неперервної освіти проблема адаптації студентів на початковому етапі професійно-педагогічної підготовки є однією з пріоритетних у педагогічній науці і практиці. Це обумовлено тим, що система вищої освіти виявилася не готовою до радикальних трансформацій, коли самі тільки знання у традиційному розумінні не можуть бути засобом успішної адаптації абітурієнтів. Реалії сьогодення потребують професійно мобільних спеціалістів з високим рівнем активності, самостійності, гнучкості, нестандартності мислення, загальної і професійної культури, що надає вказаній проблемі особливої значущості. Адаптація є механізмом «активного включення» у систему діяльності. Входування у навчальний процес, студентський колектив є складним діалектичним процесом, який відчуває вплив соціально-економічних, політичних тощо факторів.

Стан дослідження. Активне вивчення проблеми адаптації людини почалося на межі XIX–XX століть З. Фрейдом, К. Юнгом у контексті вивчення фізіологічних процесів адаптації організму до навколишнього середовища. Вплив різних факторів середовища на організм людини досліджували В.П. Казначеев, У. Кеннон, Л.А. Кітаєв-Смик, Л. Лазарус, В.І. Медведев, І.П. Павлов, Г. Сельє, Н.Ю. Хряцова та ін.; психологічні механізми пристосування аналізували А.П. Бізюк, Н.Н. Василевський, А.А. Репін, Ю.М. Стенько

та ін.; проблеми адаптації молодих робітників до виробництва активно розробляються такими дослідниками, як О.І. Алексєєв, К.Е. Бєкмхзнова, Л.І. Ларюнова, В.Ф. Моргун, В.А. Семиченко, М.М. Шкодин; психолого-педагогічні аспекти адаптації студентів до навчання розглядалися в працях С. Гури, В. Сорочинської, В. Штифурак; вплив адаптації на розвиток і становлення особистості студента є предметом дослідження Д.А. Андрєєвої, В.С. Крамова, В.С. Рахманіна, В.Л. Поплужного та ін.

Водночас перелік згаданих досліджень свідчить про недостатність уваги науковців до психолого-педагогічних проблем адаптації студентів до навчання.

Виходячи з цього, **метою** нашого дослідження є визначення психолого-педагогічних аспектів адаптації першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі.

Виклад основних положень. Адаптація є одним з найчастіше застосовуваних понять, зміст якого, за дослідженнями багатьох учених, інтерпретується дуже широко. Однозначного визначення «адаптації» немає. Це пояснюється багатоваріантністю форм, механізмів та носіїв адаптації. Поняття «адаптація» відображає загальну властивість живих організмів, живої матерії пристосовуватись до змін навколишнього середовища.

На процес адаптації впливають відповідні труднощі, які є сукупністю умов чи обставин, що і визначають рівень, темпи, а також стійкість і результат адаптації. Знання й аналіз цих труднощів є неодмінною умовою і передумовою управління адаптаційними процесами.

Усі проблеми адаптації людини впливають із широкого кола відносин між природою і людиною, суспільством і людиною. Адаптація базується не тільки на пасивно-пристосувальних, але й на активно-перетворювальних зв'язках людини з навколишнім середовищем, являє собою єдність тих чи інших форм зв'язку. При цьому під адаптацією мають на увазі відповідний процес, його кінцевий результат, виражений у стані адаптованості людини до нових факторів середовища. Це стосується біологічної адаптації. Але існує не тільки біологічна, а й інші види адаптації (соціальна, професійна, особистісна, соціальна, психологічна тощо).

Заслуговує уваги позиція Л.В. Зданевич, яка поняття «адаптація» використовує для позначення:

- процесу, в ході якого відбувається пристосування суб'єкта до нового середовища;
- рівноваги, яка встановлюється між суб'єктом і середовищем;
- результату процесу пристосування (адаптаційність як якісний етап у даному процесі);
- мети, яку ставить перед собою суб'єкт [2].

Адаптація є передумовою соціальної активності, разом з тим – показником рівня її розвитку. Важливий фактор, який впливає на адаптаційний процес, – умови життя та діяльності. Відповідність якостей індивіда змісту та особливостям діяльності, насамперед навчально-професійної, є одним з показників адаптованості особистості студента до навчання. Метою ж адаптації є потреба у досягненні двох протилежних цілей – злиття з соціумом та виділення свого «Я» як автономної одиниці.

Початковий період навчання студентів у вузі характеризується адаптацією їх до умов навчання. Процес адаптації першокурсників є складним та багатограним, він зумовлений взаємодією психологічних, соціальних, біологічних факторів тощо. На студентський вік припадає процес активного формування соціальної зрілості, яка полягає у здатності кожної молодої людини опанувати сукупність соціальних ролей. Цей період збігається з періодом юності і відрізняється складністю становлення особистісних рис. Розвиваються такі якості особистості, як цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, самостійність, ініціативність, уміння володіти собою. Підвищується інтерес до моральних проблем – сенсу буття, життєвих цілей, способу життя, любові, вірності тощо.

Першокурсники з перших днів перебування у вищому навчальному закладі зустрічаються з різними труднощами. Як зазначає В.В. Парохін, ці труднощі поділяються на об'єктивні та суб'єктивні. До *об'єктивних* належать ті, які визначаються зовнішнім середовищем і умовами навчального закладу та на які студенти не можуть безпосередньо вплинути; до *суб'єктивних* – труднощі, які властиві кожному студенту індивідуально і які він може подолати сам на основі власних ціннісних орієнтацій, цільових установок і життєвого досвіду. Їх можна об'єднати в три групи: пізнавальні, соціально-психологічні, професійні [6].

Пізнавальні труднощі пов'язані з подоланням новизни в процесі навчання (нові методи і форми організації навчальної і наукової роботи, новизна вимог до студентів на заліках та екзаменах). Оволодіння навчальною програмою вищого навчального закладу вимагає від студента вміння самостійно працювати, думати, осмислювати навчальний матеріал, сприймати нове, засвоювати його й уміти застосовувати на практиці. Нові форми організації начального процесу сприяють удосконаленню процесів відчуття та сприйняття, формуванню у студентів активної розумової діяльності, розвитку різних форм мислення.

Для вищого навчального закладу характерна періодичність контролю знань студентів (на відміну шкільної безперервності), причому вирішальне значення мають регулярні заліки й екзамени з усіх дисциплін навчального плану. Звичайною практикою стала проміжна перевірка знань: семінари, практичні й лабораторні заняття, модулі та індивідуальні співбесіди. Особливе значення в період адаптації мають труднощі, пов'язані з переходом на форми навчання вищого навчального закладу: необхідність конспектування лекцій, складність практичних та семінарських занять, збільшення обсягу самостійної навчальної роботи, зміна опитувальної системи й контролю за успішністю. Новизна дидактичної обстановки багато в чому знецінює набуті в школі способи засвоєння матеріалу. Спроба компенсувати це старанністю не завжди приводить до успіху. І минає чимало часу, поки студент набуває нових умінь, адекватних формам і методам навчання вищого навчального закладу. Усе це відбувається у кожного студента індивідуально і поступово, у повсякденній, наполегливій та систематичній праці.

Соціально-психологічні труднощі пов'язані з умовами життя, оточенням людей, нормами поведінки в студентському колективі, режимом діяльності, стилем міжособових відносин у групі, на курсі, факультеті, новизною великого міста й особливостями життя в нових, цілком змінених умовах; необхідністю самостійного ведення бюджету, самообслуговування, раціонального використання і розподілу часу, подоланням різних матеріальних труднощів тощо. Усе назване вище здійснює велике навантаження на нервову систему, змінює характер психічних процесів молоді людини. Психологічна невідповідність до навчального процесу у вищому навча-

льному закладі може сприяти поступовому нагромадженню розумової, психічної втоми, послаблювати увагу, пам'ять, мислення, волю, без оптимального стану яких неможливе успішне навчання.

Професійні труднощі пов'язані з оволодінням обраною спеціальністю: умінням бачити спрямованість процесу навчання щодо майбутньої професійної діяльності, усвідомленням необхідності вчитися працювати з людьми різних професійних, вікових категорій, виховувати в собі організаторські навички, поєднувати навчальну, науково-дослідну і громадську роботу. Подолання цих труднощів та розв'язання інших проблем навчально-виховного процесу залежить від успішної психолого-педагогічної адаптації першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі.

Вивчаючи загальні та індивідуальні зміни психологічних показників у процесі адаптації, Л.П. Буєва прийшла до висновку, що формування пристосувальних механізмів у першокурсників відбувається у кілька етапів. Для початкового етапу характерна активізація психічних процесів, коли навіть після значного навчального навантаження показники звичайно підвищуються. Це слід розглядати як відповідну реакцію організму на нові умови існування. У кожного студента різний термін адаптації, але в основному до середини першого семестру цей етап закінчується [1].

Наступний етап характеризується формуванням нового динамічного стереотипу і розвитком психічних процесів на новому якісному рівні. Однак пристосувальні механізми у цей період не дуже стійкі і викликають значні коливання психічних процесів навіть у студентів з високою успішністю. Цей етап завершується приблизно у середині другого семестру.

Третій етап можна розглядати як настання періоду стійкої адаптації, коли формування пристосувальних механізмів і нового динамічного стереотипу в основному завершується. Ознаки успішної адаптації студентів у вищому навчальному закладі: стабілізація успішності, зниження втоми, високий рівень самостійності, ініціативність, активна участь у науково-дослідній і громадській роботі, рівень самовиховання. Усі вони проявляються наприкінці другого – на початку третього семестру навчання [1].

Досліджуючи окреслену проблему, В.С. Кукушин вирізняє групи студентів за їх ставленням до різних видів діяльності, а та-

кож за тим, як у них відбувається процес адаптації. Частина студентів характеризується добре розвиненими здібностями, нахилами та інтересами. Інтерес до будь-якого виду діяльності у них не викликає однобічності, втрати інтересу до інших. Ці студенти добре вчаться, вміло поєднують навчальну і наукову роботу з громадською. Професійні інтереси у них визначились і охоплюють широку сферу майбутньої діяльності.

Деякі студенти відзначаються чіткою орієнтацією на вузьку професійну діяльність. Вони вважають вивчення спеціальних дисциплін єдиною метою навчання у вищому навчальному закладі. Діяльність цих студентів спрямована і підпорядкована оволодінню конкретною спеціальністю. Всі інтереси обмежені рамками професійних завдань. Вони активні в громадській, науково-дослідній роботі, відзначаються великими навчальними досягненнями.

Інші проявляють помітний інтерес до навчальної роботи. Намагаються за можливості уникати інших видів діяльності, бо переконані, що це відвертає їх від обраного шляху, набуття відповідної професії. Якщо ж хто-небудь з таких студентів виявляє інтерес до інших видів діяльності, то робить це лише з розвинутого почуття обов'язку [4].

Вирішальним моментом адаптації особистості, на думку В.Н. Парохіна, є стійке «мотиваційне ядро». Особливій легкості та успіху адаптації особистості сприяють деякі риси характеру, зокрема комунікабельність, професійна зорієнтованість тощо. Адаптація особистості забезпечується активною регуляцією власної поведінки і залежить від сформованості засобів [5].

К.Г. Делікатний зазначає, що процеси адаптації залежать і від індивідуально-психологічних особливостей нервової системи людини. Вік, стать, рівень загальної освіченості й інші соціально-демографічні характеристики також впливають на процес адаптації. Роль в адаптації вказаних факторів виявляється у співвідношенні з конкретними умовами та обставинами [3].

Таким чином, з огляду на проаналізовані дослідження проблеми адаптації можна сформулювати окремі психолого-педагогічні умови позитивної адаптації студентів-першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі. Серед них:

– обов'язкове призначення викладачів, які б намагалися створити для студентів умови психологічного комфорту у групі, кураторами студентських груп першокурсників;

– створення консультаційних центрів на базі не тільки конкретного навчального закладу, але й в межах окремого факультету з метою своєчасного виявлення труднощів адаптації студентів до навчального процесу та пошуку шляхів їх подолання;

– організація систематичних індивідуальних та індивідуально-групових бесід зі студентами-першокурсниками з проблем ознайомлення та пристосування до умов життєдіяльності, організації навчально-виховного процесу та громадського життя в умовах навчального закладу (чітке ознайомлення з нормами та правилами поведінки тощо);

– вивчення реальних потреб студентів, пов'язаних з навчанням, дозвіллям та новими умовами проживання;

– проведення різнопланових виховних заходів, в процесі яких варто здійснювати корекцію поведінки (закріплювати впевненість студента у собі, вміння природно поводитися серед інших тощо);

– формування професійної готовності у студентів до майбутньої діяльності;

– сприяти формуванню у студентів-першокурсників стійкості, витривалості щодо подолання різних труднощів, які виникають у процесі їх адаптації до навчання у вищому навчальному закладі.

Успішне проходження процесу адаптації першокурсниками, на нашу думку, забезпечить успішність їхньої навчальної діяльності і буде сприяти майбутній професійній діяльності. Знання психолого-педагогічних аспектів адаптації першокурсників до навчання, особистості, колективу дозволяє педагогам цілеспрямовано проводити роботу щодо виховання, соціального середовища, в якому знаходяться першокурсники. Під цілеспрямованим психолого-педагогічним впливом викладачів та кураторів навчального закладу, а також у результаті активної адаптації більшість студентів до кінця першого семестру в основному звикають до нових умов життя і навчальної праці, добиваються високих показників у різних видах діяльності.

Висновки. Першокурсники з перших днів перебування у вищому навчальному закладі зустрічаються з різними об'єктивними і суб'єктивними психолого-педагогічними труднощами. До *об'єктивних* належать ті, які визначаються зовнішнім середовищем і умовами навчального закладу та на які студенти не можуть безпосередньо вплинути; до *суб'єктивних* – пізнавальні, соціально-психологічні та професійні.

Пізнавальні психолого-педагогічні труднощі пов'язані зі збільшенням навантаження на пізнавальну сферу особистості студента, новизною в процесі навчання і перебудовою мислення, а також із необхідністю самостійно оволодівати значним за обсягом навчальним матеріалом і застосовувати його на практиці. Нові форми організації начального процесу сприяють удосконаленню процесів відчуття та сприйняття, формуванню у студентів активної розумової діяльності, розвитку різних форм мислення.

Соціально-психологічні труднощі пов'язані зі входженням у нові соціальні групи, засвоєнням нових соціальних норм і ролей, встановленням та підтриманням студентом певного соціального статусу в новому соціальному середовищі, стилем міжособистісних відносин у групі, на курсі, факультеті, новизною великого міста і особливостями життя в нових, цілком інших умовах.

Професійні психолого-педагогічні труднощі пов'язані з оволодінням обраною спеціальністю: з умінням бачити спрямованість процесу навчання щодо майбутньої професійної діяльності, усвідомленням необхідності вчитися працювати з людьми різних професійних і вікових категорій, формуванням в собі організаторських умінь, поєднанням навчальної, науково-дослідної, громадської і практичної діяльності.

Для ефективної роботи щодо успішної психолого-педагогічної адаптації студентів у перший період навчання необхідно звернути увагу на те, щоб у навчальному процесі ширше використовувалися проблемні методи навчання і виховання, прищеплювалися практичні навички та любов до майбутньої професії. Варто взяти під контроль випадки вибуття студентів з навчального закладу, аналізуючи при цьому причини відсіву.

Подальшого дослідження потребують психолого-педагогічні аспекти перебудови пізнавальної сфери особистості та конкре-

тно кожного психічного пізнавального процесу в перші місяці навчання у ВНЗ.

1. Буева Л.П. Человек: деятельность и общение / Л.П. Буева. – М.: Мысль, 1978. – 216 с.

2. Зданевич Л.В. Професійно-педагогічна адаптація першокурсників педагогічних коледжів / Л.В. Зданевич // Неперервна професійна освіта: теорія і практика: збірн. – К.: ЕКСМО, 2001. – С. 120–126.

3. Делікатний К.Г. Становлення студента: Питання адаптації випускника школи у вузі / К.Г. Делікатний. – К.: Т-во «Знання» УРСР, 1983. – 48 с.

4. Кукушин В.С. Введение в педагогическую деятельность / В.С. Кукушин. – Ростов-на-Дону, 2002. – 268 с.

5. Парохин В.Н. Социально-психологические исследования личности и группы в условиях отрыва от адаптационной среды / В.Н. Парохин. – Ленинград: Издательство Ленинградского университета, 1978. – 93 с.

6. Щербаківа К.Й. Вступ до спеціальності / К.Й. Щербаківа. – К.: Вища школа, 1997. – 165 с.

Мачинская Н.И., Марчук А.В. Психолого-педагогические аспекты адаптации первокурсников к обучению в высшем учебном заведении.

Раскрываются отдельные аспекты психолого-педагогической адаптации студентов к условиям обучения в высшем учебном заведении. Анализируются трудности, которые возникают у первокурсников в процессе их психолого-педагогической адаптации, определяются пути их преодоления. Обоснованы условия положительной адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в высшем учебном заведении.

Ключевые слова: адаптация, психологические трудности, дидактические трудности, профессиональные трудности.

Machynska N.I., Marchuk A.V. Psychological and Pedagogical Aspects of Adaptation of First-Year Students to Studying in Higher Educational Establishment.

Some aspects of psychological and pedagogical adaptation of students to a higher educational establishment are examined in the article. Certain difficulties that arise with the first-year students in the process of their psychological- pedagogical adaptation and the ways of their overcoming are analyzed. The conditions of a positive adaptation of the first-year students to studying in a higher educational establishment are grounded.

Key words: adaptation, psychological difficulties, didactic problems, professional difficulties.

Стаття надійшла 06 червня 2012 року