

Шестиловская Н.А.

Белорусский государственный университет, Минск

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТА КАК УСЛОВИЕ ЭФФЕКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ

Специфика адаптации студентов к учебному процессу в ВУЗе обуславливается индивидуальными особенностями и условиями обучения. В процессе любой учебной деятельности можно выделить следующие виды адаптации: психофизиологическую адаптацию (привыкание к новым физическим и умственным нагрузкам), профессиональную адаптацию (приспособление к характеру, режиму

и условиям труда, формирование положительного отношения к профессии) и социально-психологическую адаптацию (вхождение личности в социальное окружение).

Проблема социально-психологической адаптации объясняется ломкой привычного социального стереотипа. Процесс адаптации студентов к условиям вуза включает три стадии, на каждой из которых социально-психологическая адаптация имеет свои особенности.

На *стадии преадаптации* наблюдается стремление быть включенным во все аспекты студенческой жизни вместе с налаживанием быта и самообслуживания, трудностями организации самостоятельной работы. Первокурсники, столкнувшись с отсутствием внимания к себе и опеки, к которой они привыкли со стороны старших, в условиях ВУЗа чувствуют себя дискомфортно. Отсутствие нового круга общения и потеря старых школьных контактов приводят к ощущению одиночества.

На *стадии адаптации* студент приспосабливается к новому типу учебного коллектива, его обычаям и традициям, пытается найти референтную группу. Приспособления к новым образцам «студенческой» культуры, новых форм использования свободного времени способствуют формированию широких культурных запросов и потребностей, развитию социально значимых качеств личности.

На *стадии постадаптации* окончательно складывается круг общения и происходит определение социальной роли, поэтому основные изменения здесь происходят именно на социально-психологическом уровне. В случае неудачной адаптации наблюдаются личностный эгоцентризм, инфантильные поведенческие реакции, отсутствие круга общения.

Адаптация к вузовским условиям образа жизни, учебы, досуга связана с резким изменением положения личности, однако мнение исследователей относительно сроков адаптации различаются. Ряд авторов рассматривают адаптацию как постоянный процесс, соответственно, процесс адаптации охватывает весь период студенчества [1, с. 87; 2, с. 57]. Другие авторы полагают, что процесс адаптации студентов к учебному процессу охватывает около двух лет; есть авторы, сокращающие этот срок до начала 3-го учебного семестра, т.е., по сути, до одного года [3, с. 12; 4, с. 236]. Некоторые авторы подчеркивают значимость социально-психологической адаптации настолько, что включают в нее психофизиологическую адаптацию [5, с. 144].

Важным фактором, который влияет на процесс адаптации к вузу и реализуется в общении, является готовность личности к восприятию

влияний коллектива. Вхождение в студенческое содружество, полноценная учеба и творческий рост студента, невозможны вне партнерских, коллективных отношений с однокурсниками и преподавателями. С.Б. Каверин обнаружил три типа студентов с разной степенью готовности к коллективным влияниям. Первый тип составляют студенты с полным и безоговорочным принятием создаваемых в коллективе отношений. Вторую группу образуют студенты, которые «принимают условия» коллектива в одном виде деятельности, например, в учебной, и не принимают их в других, например, в сфере быта, где они остаются изолированными одиночками. В третью группу входят студенты, которые не принимают и не обнаруживают коллективистскую направленность ни в одном виде деятельности. Соответственно, студенты первой группы быстрее адаптируются в студенческой среде, чем студенты третьей группы. Возможно также, что готовность личности к восприятию влияний коллектива взаимосвязана с длительностью адаптационного периода [6, с. 52].

Одной из центральных социально-психологических проблем процесса адаптации является освоение новой социальной роли - роли студента. У бывшего школьника навыков выполнения такой роли нет. И отсюда объемный комплекс как внутренних, так и внешних конфликтов, связанных с трудностями принятия и дальнейшего выполнения норм, соответствующих социальной роли студента. Студенты-первокурсники методом проб и ошибок пытаются освоить ожидаемое от них поведение. И на его основе строить дальнейшие взаимоотношения со сверстниками и преподавателями. Социально-психологические проблемы адаптации бывших школьников к обучению в высшей школе обусловлены также психологическими особенностями юношеского возраста. Характерными чертами юношей является стремление к самопознанию и самоопределению в качестве субъекта социальной жизни, а также активное взаимодействие с окружающим миром.

Социально-психологическую адаптацию можно определить как такое состояние субъекта, которое позволяет ему чувствовать себя свободно и раскованно в социально-культурной среде, включаться в основную деятельность, чувствовать изменения в привычном социально-культурном окружении, углубляться во внутриличностные духовные проблемы, обогащать собственный мир путем более совершенных форм и способов социокультурного взаимодействия. Изменение социокультурного окружения требует от личности установления новых социальных связей, нахождения своего места

в новых для нее условиях, профессиональной реализации, встраивания себя в систему уже сложившихся социокультурных отношений. Данное требование ставит перед индивидом задачу выбора и реализации соответствующей адаптационной стратегии. Движение по пути приобретения новой позитивной идентичности, адекватной изменившимся социально-культурным, экономическим и политическим условиям жизни в российском обществе, невозможно без установления самых широких взаимоотношений с новым социальным окружением, что является необходимым условием или фактором успешности адаптации.

Важную роль в поддержании позитивной личностной и социальной идентичности индивида играют его социокультурные особенности. В связи с этим важнейшим фактором успешности его социально-психологической адаптации в новых условиях будет стремление к сохранению своей прежней социокультурной идентичности.

Кризис социальной идентичности выступает в качестве мощного стимула для актуализации индивидуально-личностных механизмов нахождения своего места в новых условиях, встраивания себя в систему уже сложившихся социокультурных отношений. В новых условиях именно личностная идентичность будет являться ведущей в выборе и реализации наиболее эффективной стратегии адаптации индивида - интеграции. От того, насколько будет включен в адаптационный процесс индивидуально-личностный потенциал человека, будет зависеть и успешность его адаптации. Причем на личностном уровне выбор наиболее успешного варианта адаптации - интеграции, на наш взгляд, будет определяться наличием и стремлением личности к реализации потребностей высшего уровня - потребностей в самоуважении и самоактуализации, так как именно этот тип стратегии создает наиболее успешные условия для их удовлетворения.

При изучении состояния социально-психологической адаптации, логично встает вопрос о критериях его определения. В нашем исследовании были выбраны следующие критерии: а) социально-психологическая адаптация внутри студенческой коллектива как формальной социальной группы; б) социально-психологическая адаптация как члена неформальной подгруппы; в) социально-психологическая адаптация во взаимоотношениях с преподавателями и руководством факультета; г) участие в общественной жизни; д) общий уровень общения как члена внешних социальных групп.

Каждый критерий включал оценку частоты и интенсивности социальных контактов, их достаточность для студента, соответствие желаемого и реального социального статуса в формальных

и неформальных группах и др. Опросник также включает вопросы по психофизиологической и профессиональной адаптации. В результате исследования ставится задача отследить динамику адаптации в процессе обучения в ВУЗе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ткаченко, Т.Е. Адаптация к учебно-исследовательской деятельности молодежи в учебных учреждениях в процессе получения базовой специальности / Т.Е. Ткаченко, С.В. Ткаченко // Современные проблемы науки и образования.- 2009.- № 2- С. 87-88.
2. Зеер, Э.Ф. Профессионально-образовательное пространство личности / Э.Ф. Зеер. - Екатеринбург, 2002. - 126 с.
3. Гришанов, Л.К. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов / Л.К. Гришанов, В.Д. Цуркан // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе: сб. науч. тр.- Кишинев: Изд-во КГУ, 1990.-С. 3-17.
4. Розум, С.И. Психология социализации и социальной адаптации человека / С.И. Розум. - СПб: Речь, 2007. - 365 с.
5. Педагогика и психология высшей школы: учеб. пособие / М.В. Буланова-Топоркова [и др.]; под ред. М.В. Булановой-Топорковой.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. - 544 с.
6. Якунин, В.А. Педагогическая психология: учеб. пособие / В.А.Якунин. - СПб.: Полиус, 1998. - 639 с.