

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ БИОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА БГУ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ

В. М. Горячко, И. И. Ларченко

*Белорусский государственный университет,
г. Минск, Республика Беларусь
e-mail: tigarus@mail.ru*

Данная статья посвящена проблемам адаптации студентов первого курса биологического факультета Белорусского государственного университета к условиям обучения в учреждении высшего образования (УВО). Выявлены тенденции психологической адаптации к условиям образовательного процесса, проанализированы полученные данные. Адаптация студентов первого курса к процессу обучения в УВО является актуальной проблемой, так как от этого процесса зависит не только учебная успеваемость, но и дальнейшая профессиональная деятельность первокурсника.

This article addresses the problems of adaptation to new conditions of studying for first-year students of the Faculty of Biology, Belarusian State University. The article identifies the types and difficulties of psychological adaptation, analyses obtained data. Adaptation of first-year students to studying at an institution of higher education is an actual problem, since it affects not only an academic performance, but also further professional development of the students.

Ключевые слова: адаптация; студенты-первокурсники; психологическая адаптация.

Keywords: adaptation; first-year students; psychological adaptation.

Актуальность данного исследования заключается в изучении адаптационных процессов, их влияния на личностное развитие студента в процессе профессионализации в университете.

В зависимости от уровня взаимодействия человека со средой разные авторы предлагают различные виды адаптации:

- физиологическая адаптация (перестройка соответствующих систем организма) (по Н. Е. Введенскому, И. П., Павлову, М. И. Сеченову, А. А. Ухтомскому и др.);
- психологическая адаптация (приспособление к условиям и задачам на уровне психических процессов) (по П. К. Анохину, М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович, А. М. Прихожан);
- социальная адаптация (система овладения новыми общественными связями) (по Т. К. Дичеву, В. А. Сластенину, Б. Г. Турусбекову) [4, с. 57].

Согласно С. И. Самыгину, адаптация – это уровень фактического приспособления человека к новым для него условиям [11, с. 39].

Понятия адаптации и дезадаптации широко используются и в психологии (например, в концепции Ж. Пиаже) при анализе взаимоотношений индивида (личности) с окружением.

В. А. Гордашников, А. Ю. Осин под явлением «психологическая адаптация» понимают психологическую включенность индивида в системы социальных, социально-психологических и профессионально-деятельностных связей и отношений в ходе исполнения соответствующих ролевых функций [1, с. 14].

Новоиспеченные студенты (бывшие школьники), поступив в учреждение высшего образования, попадают в совершенно новую для себя среду, которая характеризуется интенсификацией учебно-воспитательного процесса и научной деятельности [15, с. 73].

Бывшие школьники, как правило, в силу своего возраста, имеют слабо развитые адаптивные способности, поступив в УВО, они начинают испытывать психологические и физические перегрузки, которые могут отрицательно сказаться на качестве их профессиональной подготовки и личностном развитии.

С. А. Пакулина определяет понятие «адаптивные способности», как рефлексивно-мотивационные свойства личности, которые посредством деятельности проявляются в успешности и своеобразии приспособительного (в широком смысле) поведения личности [7].

Адаптация к условиям обучения в УВО является первоначальным этапом приспособления к студенческой жизни. Н. Г. Репьева обратила внимание на то, что адаптация личности студента к обучению – это сложный, длительный, а порой острый и болезненный процесс. Он обусловлен необходимостью отказа от привычной для первокурсника жизни и неизбежностью преодоления многочисленных и разноплановых адаптационных проблем, и профессиональных затруднений [10, с. 44].

В связи с большой учебной нагрузкой первокурсники испытывают различного рода трудности:

- неумение распределять свое время и силы;
- неготовность к выполнению высоких требований преподавателей;
- неготовность работать с большим объемом новой информации;
- отсутствие привычного контроля и опеки со стороны родителей, учителей;
- неготовность к обучению, основанному на полной самостоятельности и др.

С целью изучения особенностей адаптации студентов Белорусского государственного университета к условиям образовательного процесса в УВО, было проведено исследование на основе анкетирования, в котором участвовало 42 студента I курса биологического факультета в условиях дистанционного обучения (ДО). Первая половина учебного семестра в университете проходила в традиционной форме. К проведению анкетирования у студентов был опыт очного и дистанционного формата образовательного процесса. Состав анкетированных: студентки 17–18 лет. Из них 85 % горожане (35 % из Минска и 50 % из других городов Беларуси) и 15 % прибыли из сельской местности. Проживают в общежитии и с родителями приблизительно 50/50, только одна девушка снимает квартиру с друзьями.

При изучении уровня *профессиональной адаптации* рассматривались вопросы мотивации поступления в университет и отношение к получаемой специальности до поступления, и в текущий период. Особую значимость имели вопросы:

- выявление мотивов поступления именно в данное УВО;
- уровень ознакомления с выбранной специальностью;
- насколько четкое представление имеет студент о своей будущей профессии;
- изменилось ли представление о будущей профессии после 3-х месяцев обучения;
- есть ли желание работать в выбранной сфере после окончания университета.

При обработке результатов исследования, выяснилось, что 94 % опрошенных выбрали БГУ по отзывам о высоком качестве образования, остальные ответы равномерно распределились между советом родителей по выбору именно этого факультета и УВО, и удобным территориальным расположением филиала. 88 % респондентов имеют большой интерес к выбранной профессии, считают ее престижной и высокооплачиваемой и мечтали о профессии биолога с детства. Никто не ответил, что поступать на биологический факультет они шли по принуждению. Однако 12 % опрошенных не задумывались о своих целях поступления. Никто не ответил, что точно не собирается работать по профессии, но 59 % к 41 % респондентов ответили, что собираются работать по специальности и, соответственно, как получится, т.е., в зависимости от обстоятельств. 62 % студентов ответили, что положительное отношение к выбранной профессии после 3-х месячной учебы не изменилось. У оставшихся, мнение даже улучшилось.

Организационная адаптация предполагает, что студенту, попадая в новую учебную среду, приходится учитывать требования преподавателей, менять свой режим дня, адаптироваться к учебной нагрузке, расписанию, правилам поведения и условиям пребывания в УВО и пр.

Деятельностная адаптация протекает параллельно с организационной. Происходит знакомство студента с новыми видами деятельности: изучение новых прав и обязанностей, требований к учебе (системе оценки знаний), принятие нового социального статуса и др.

При исследовании данных видов адаптации, мы выявили, что большинство студентов высоко оценивают организацию учебного процесса на факультете – 89 %, остальные считают, что имеет место перегруженность аудиторными занятиями. Все респонденты ответили, что их режим жизнедеятельности однозначно изменился. Справляются с этими изменениями 71 % студентов, испытывают затруднения – 29 %. Что касается самоорганизации, только 3 % опрошенных сообщили, что не имеют проблем с самоорганизацией (организацией своего режима, расписания деятельности, планирования), 82 % студентов признались, что проблемы есть, но они стараются все нужное успеть сделать вовремя, для 6 % респондентов трудностей нет, 6 % испытывают большие трудности и 3 % и до этого были не собраны, поэтому эти проблемы для них закономерны. 76 % анкетированных проголосовали за очную систему обучения и только треть – за ди-

станционную. Из плюсов очного обучения называлась возможность обратиться за помощью и дополнительному разъяснению учебного материала к преподавателям. Звучало мнение, что биолог должен постигать свою профессию, проводя много времени с микроскопом в лабораториях, что невозможно при дистанционном обучении. Также для многих оказалось важным возможность общения с однокурсниками. За дистанционную форму обучения проголосовали студенты, которые не нашли взаимопонимания в новом коллективе, стараются уйти в тень и не привлекать к себе особого внимания, некоторые из них признались в комментариях, что они относят себя к интровертам.

При изучении уровня *социально-психологической адаптации*, особый интерес вызывали вопросы взаимодействия первокурсников внутри учебной группы, скучают ли они по своему школьному сообществу, также вопросы социально-экономических проблем, особенно у иногородних студентов: умение планировать расход финансовых средств, комфортность проживания в общежитии, вопросы собственной субъективной оценки своего эмоционального состояния. Студентам в свободной форме предлагалось перечислить самые актуальные трудности, препятствующие социализации на данный момент.

Согласно результатам проведенного исследования 58 % респондентов считают университетское сообщество, свою учебную группу, своей второй семьей, 42 % – имеют ровные, не конфликтные отношения в группе, 2 % исследуемых чувствуют себя обособленно вне коллектива. На вопрос о нехватке общения со своими одноклассниками: скучают – не скучают, ответы распределились практически поровну, соответственно – 42 % и 58 %. Студенты отметили, что на первом курсе сильно устают, но в выпускном классе эта тенденция тоже присутствовала. Также исследовалась продолжительность и качество сна. 65 % студентов стали спать меньше, чем до поступления в университет, у 29 % респондентов, продолжительность сна осталась без изменений, у 6 % сон стал длиннее. Последний показатель имеет прямую зависимость от проживания с родителями и сильной усталостью. На вопрос об эмоциональной комфортности и психологическом состоянии, обучаясь в УВО, были получены следующие данные:

- 67 % студентов чувствуют себя комфортно в университетской среде, им интересно;
- 23 % – испытывают тревожное состояние, что не смогут окончить университет, не оправдают ожидания родителей и т.д., что коррелирует в прямой зависимости с проблемами самоорганизации (организацией своего режима, расписания деятельности, планирования);
- и всего по 2,5 % опрошенных распределились на варианты желание выделиться и доминировать, и противоположный – на стремление уйти в тень, не привлекать к себе особого внимания.

Из трудностей, которые больше всего беспокоят, студенты отметили, что это большой объем учебного материала – 67 % респондентов, 12 % ответили, что их волнуют жилищные и материальные проблемы, причем, исходя из дополнительных комментариев к вопросу, не в текущий момент, а в будущем из-за того, что на последующих курсах студентам, обучающимся на платной осно-

ве, могут не выделить места в общежитии и тогда придется снимать квартиру, а это дорого.

Кроме того, были выявлены предложения студентов-первокурсников:

- уменьшить объем учебного материала;
- учиться в пределах одного филиала (студенты биологического факультета ездят на другой конец города на химический факультет изучать химию, это связано с составом преподавателей, которые относятся к химическому факультету);
- студентам хотелось бы иметь единые учебники по предметам, как в школе;
- для более полноценного питания иметь в своем учебном корпусе большую столовую;
- улучшить работу образовательного портала;
- убрать «лишние предметы», не связанные с будущей профессией;
- добавить больше спортивных секций и кружков.

По результатам проведенного исследования, были отмечены следующие тенденции психологической адаптации:

1. Студенты показали высокую мотивационную готовность к выбранной профессии.

2. Первокурсники испытывают сильную усталость из-за непривычно большого объема учебного материала.

3. Более половины респондентов чувствуют себя комфортно в новой среде: в своей учебной группе и в университетском сообществе в целом.

4. Первокурсники биологического факультета испытывают проблемы с самоорганизацией в компенсированной форме, то есть стараются максимально мобилизовать свои силы, чтобы успеть вовремя выполнить все задания.

5. Четверть опрошенных студентов испытывают тревогу, что не смогут приспособиться к условиям университетской жизни.

6. Некоторые студенты беспокоятся по поводу получения общежития в последующие годы обучения.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Авдиенко, Г. Ю. Особенности психологического сопровождения учебной деятельности студентов: коллект. моногр. / под науч. ред. Г. Ю. Авдиенко. – СПб.: ЛГУ им. А. С. Пушкина, 2010. – 116 с.

2. Алгаев, А. Н. Трудности адаптации студентов к обучению в вузе [Электронный ресурс] / А. Н. Алгаев // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № 6 (73). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/trudnosti-adaptatsii-studentov-k-obucheniyu-v-vuze/viewer>. – Дата доступа: 25.11.2020.

3. Власова, Т. А. Социально-психологическая адаптация студентов младших курсов к условиям обучения в вузе / Т.А. Власова // Вестник ЧГПУ. – 2009. – № 1. – С. 13–22.

4. Мелекесов, Г. А. Адаптационный процесс студентов педагогического ВУЗа и его трудности / Г. А. Мелекесов, И. А. Сыромицкая // Вестник Оренбургского Государственного университета. – 2004. – № 2. – С. 57–62.

5. Мельник, С. Н. Проблема адаптации первокурсников к учебному процессу [Электронный ресурс] / С. Н. Мельник // Успехи современного естествознания. – 2004. – № 7. – С.

71-72. – Режим доступа: <http://www.natural-sciences.ru/ru/article/view?id=12913>. – Дата доступа: 25.11.2020.

6. Огородник, С. И. Особенности и трудности адаптации первокурсников в учреждениях среднего профессионального обучения / С. И. Огородник, М. И. Масолова // Молодой ученый. – 2016. – № 20 (124). – С. 649–651.

7. Пакулина, С. А. Адаптивные способности студентов педвуза: структура, факторы и средства развития: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 [Электронный ресурс] / С. А. Пакулина ; ЧПГУ. – Челябинск, 2004. – Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/adaptivnye-sposobnosti-studentov-pedvuza-struktura-factory-i-sredstva-razvitiya>. – Дата доступа: 25.11.2020.

8. Пакулина, С. А. Механизм развития адаптивных способностей студентов педагогического вуза / С. А. Пакулина // Методика вузовского преподавания: материалы 5-й межвузовской науч.-метод. конф., Челябинск, 30-31 окт. 2001 г. / ЧГПУ. – Челябинск, 2001. – С. 242–246.

9. Репьева, Н. Г. Проблема адаптации студентов первого курса к обучению в вузе / Н. Г. Репьева // Основные проблемы и направления воспитательной работы в современном вузе: материалы Междунар. науч. конф. / АлтГТУ. – Барнаул, 2010. – С. 275—277.

10. Репьева, Н. Г. Становление готовности будущих педагогов-психологов к профессиональному труду на этапе вузовского образования / Н. Г. Репьева. – Таганрог : ТГПИ, 2011. – 275 с.

11. Самыгин, С. И. Психология : учеб. пособие / С. И. Самыгин. – Ростов н/Д : Феникс, 2019. – 169 с.

12. Стафеева, Ю. В. Педагогическая поддержка адаптации студентов младших курсов к условиям обучения в вузе: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 [Электронный ресурс] / Ю. В. Стафеева ; КамГУ. – Петропавловск-Камчатский, 2005. – 278 с. – Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/pedagogicheskaya-podderzhka-adaptatsii-studentov-mladshikh-kursov-k-usloviyam-obucheniya-v-v/read>. – Дата доступа: 25.11.2020.

13. Юденкова, И. В. К вопросу об адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза / И. В. Юденкова, Д. Н. Бежаева // Молодой ученый. – 2015. – № 22 (102). – С. 887–891.

14. Юдин, Б. Г. – Адаптация [Электронный ресурс] / Б. Г. Юдин, А. И. Симонов // Центр гуманитарных технологий. – Режим доступа: <https://gtmarket.ru/concepts/7172>. – Дата доступа: 27.11.2020.

15. Юрченя, И. Н. Социализация современной молодежи в студенческой среде средствами физической культуры / И. Н. Юрченя, В. М. Горячко // София. – 2019. – № 2. – С. 72–77.