

DOI 10.69571/SSPU.2024.88.1.031

УДК 378.016

ББК 88.26–723

С.Р. АМИНОВ,
Ю.В. ВОЛОБУЕВА,
Г.В. ВЕРХОГЛЯДОВА

НЕКОТОРЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ
АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПЕРВОГО КУРСА
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

S.R. AMINOV,
YU.V. VOLOBUEVA,
G.V. VERKHOGLYADOVA

APPROACHES TO THE FRESHMEN'S
ADAPTATION IN THE STUDY PROCESS
OF A PEDAGOGICAL UNIVERSITY

Процесс интеграции обучающихся в новую социальную среду и дальнейшего установления между ними дружеских отношений активно реализуется в вузе. Авторами статьи проанализирован процесс социальной адаптации студентов первого курса, описаны цель и комплекс мероприятий по адаптации студентов к среде вуза. В статье авторы демонстрируют результаты диагностики адаптации, описывают полученные данные.

In the university educational space, the process of including students in a new social environment and further establishing harmonious relations between them is intensively underway. The authors of the article pick out and discuss the process of social adaptation of students, describes the purpose and set of measures to adapt students to the university atmosphere. The authors demonstrate the results of diagnostics of adaptability; describe the obtained data in the article.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: адаптация, социальная адаптация, образовательный процесс, высшее образование, первокурсник.

KEY WORDS: adaptation, social adaptation, educational process, higher education, freshman.

ВВЕДЕНИЕ. Каждый род занятий реализуется в заданных условиях, в заданное время и в заданном пространстве. Академическая среда университета — важная социокультурная характеристика, т.к. процесс образования и развития учебных заведений идет наравне с развитием находящихся в нем субъектов (обучающихся, преподавателей). Одним из ключевых показателей современной системы образования университета является процесс реализации новых форм обучения и воспитания, т.е. конкретное образовательное пространство, которое предоставляет условия решения социальных и педагогических задач [11].

Статус студента допускает обучающегося в новую систему отношений, которая требует от него концентрации внимания, связанного с самоопределением и самоконтролем, самодисциплиной и самоорганизацией. Вчерашним школьникам нелегко адаптироваться к вузовской системе отношений, новой системе, новым нормам и новым правилам работы.

Современное образовательное пространство вуза включает учебный и внеучебный компоненты. В первую очередь, именно активизация внеучебного компонента способствует эффективной и успешной адаптации студентов. Социальная адаптация определяется как процесс взаимодействия личности или социальной группы с социальной средой и включает усвоение норм и ценностей среды в соответствии с новыми условиями деятельности.

Следовательно, успешную адаптацию студентов можно рассматривать как их включенность в новую социальную атмосферу, в учебно-познавательный процесс, в новую систему отношений. Выявление типичных проблем, с которыми сталкиваются студенты при решении вопросов адаптации — значимая задача в образовательной среде вуза.

В этой связи психологической службой университета реализуется комплекс мероприятий по адаптации студентов к среде вуза.

Целью сопровождения студентов первого курса выступает создание условий для социальной адаптации обучающихся к обучению в университете.

ЦЕЛЬЮ настоящей работы является анализ социально-психологической адаптации обучающихся первого курса и разработка комплекса мероприятий по психолого-педагогическому обеспечению студентов в процессе обучения.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ. Процесс психолого-педагогического сопровождения студентов первого курса представляет собой комплекс последовательных взаимосвязанных мероприятий диагностического, профилактического, коррекционного, консультативного блоков, а именно:

Профилактический блок включает в себя составление психологических портретов групп; просветительские встречи с преподавателями, работающими со студентами первого курса с целью повышения их профилактических компетенций [11]; разработку рекомендаций и указаний кураторам.

В рамках профилактического направления проводятся мероприятия информационно-просветительского содержания с обучающимися: беседы по профилактике психологической дезадаптации, развитию стрессоустойчивости и обучению приемам саморегуляции. Разрабатываются информационные материалы, которые размещаются на стендах, информационных ресурсах университета. Основная задача которых заключается в информировании с целью профилактики психологической несостоятельности, интенсификации психологической культуры [13].

Коррекционный блок включает в себя проведение практических занятий со студентами первого курса в виде социально-психологических тренингов в течение первого года обучения. Основная цель — работа на командообразование, повышение настроения на совместную работу, повышение уровня жизнестойкости, повышение уровня жизненного оптимизма, совершенствование навыков стрессоустойчивости.

Диагностический блок включает в себя мониторинг уровня адаптации, жизнестойкости, факторов риска и факторов защиты; определение студентов «группы риска» по результатам диагностики и наблюдения; определение студентов, находящихся в трудной жизненной ситуации, а также студентов особых категорий. Результаты исследований диагностического блока доводятся до сведения заинтересованных лиц, обсуждаются на совещаниях различных уровней. Обучающиеся с низкими показателями по результатам диагностики приглашаются на индивидуальную работу с педагогами-психологами.

Психологическое консультирование включает в себя проведение индивидуальных психологических консультаций неуспевающих студентов, студентов «группы риска», демонстрирующих дезадаптивные стратегии; других студентов, обращающихся по запросу.

Для достижения поставленной цели работы были использованы как теоретические (анализ работ ведущих исследователей, занимающихся вопросами адаптации), так и эмпирические методы исследования (наблюдение, рефлексивный опрос, анкетирование).

Методологической основой исследования послужили труды ряда зарубежных и отечественных ученых по следующим вопросам:

- психологические особенности адаптации и диагностика: М.В. Бирюкова [1], Н.Н. Дарьенкова, А.А. Доржеева [5], Г.А. Кручинина [6]; А.Н. Лукошкин [7], Ж. Пиаже [8], П.А. Просецкий [9], С.Д. Резник [10], К. Роджерс [12];

— самостоятельность и умение учиться: Гаранина Р.М. [2, 3], Голубчикова М.Г. [4].

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ. В первом полугодии 2023–2024 учебного года среди студентов первого курса была проведена ежегодная диагностика адаптации по Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой «Методика адаптированности студентов в вузе». В исследовании приняли участие 422 респондента, что составило 99% от общего количества обучающихся на первом курсе университета.

Методика по Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой «Методика адаптированности студентов в вузе», выбранная в качестве диагностического инструментария, предполагает изучение процесса адаптации по двум основным параметрам: адаптация к учебной группе (то, как студенты принимают нормы и ценности группы, насколько комфортно чувствуют себя среди одногруппников) и адаптация к учебной деятельности (насколько студенты приняли условия обучения в вузе, насколько успешно справляются с нагрузкой).

Результаты диагностики по Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой представлены на рисунке 1.

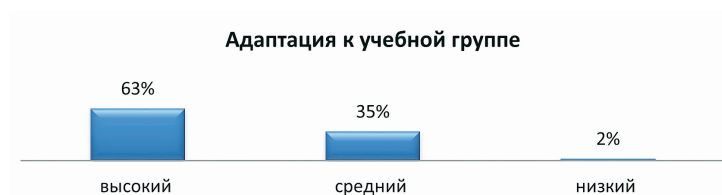


Рис. 1. «Адаптация к учебной группе»

Рисунок 1 демонстрирует большую часть студентов первого курса, успешно адаптировавшихся к учебной группе.

63% респондентов свидетельствуют о том, что студенты чувствуют себя комфортно. Без затруднений обучающиеся взаимодействуют с одногруппниками. Обучающиеся исполняют принятые в группе нормы и правила, демонстрируют активность, производительность и инициативу. Студенты в этой группе респондентов поддерживают друг друга, содействуют построению миролюбивой и открытой группы в интересах устойчивого развития.

35% респондентов указывает на средний уровень адаптации. Эти студенты в ряде случаев испытывают затруднения в общении с одногруппниками, проявляют настороженность, не всегда разделяют нормы и правила группы.

2% студентов продемонстрировали низкий уровень адаптации к учебной группе. Настоящий факт свидетельствует о наличии дискомфорта, затруднений в общении, неприятии ценностей, норм и правил группы.



Рис. 2. «Адаптация к учебной деятельности»

Рисунок 2 представляет 59% респондентов-студентов, продемонстрировавших высокие показатели по шкале адаптации. Обучающиеся свободно овладевают учебными предме-

тами, эффективно и своевременно выполняют учебные задания. Обучающиеся спонтанно выражают свои мысли и свободно проявляют свои способности на занятиях.

38% опрошенных демонстрируют средний уровень адаптации, что проявляется в наличии определенных сложностей освоения ряда учебных дисциплин, в частности, студентам сложно спонтанно формулировать свою точку зрения, публично представлять результаты своей работы.

3% студентов первого курса показывают низкие показатели адаптации. Это значит, что эти студенты скованно чувствуют себя на занятиях, чувствуют неуверенность во взаимодействии с преподавателями, едва осваивают учебные дисциплины.

Рисунок 3 и 4 представляют результаты диагностики студентов первого курса по отдельным группам.

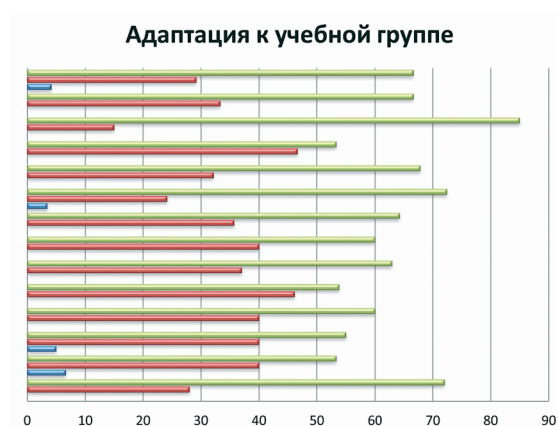


Рис. 3. «Адаптация к учебной группе»

Комплекс реализуемых в университете мероприятий способствует адаптации студентов согласно полученным данным. В группах первых курсов преобладает высокий и средний уровень адаптации к учебной группе и учебной деятельности.

Однако в ряде групп присутствуют студенты, демонстрирующие низкий уровень адаптации. Всего обучающихся с низким уровнем показателей адаптации по одному или двум параметрам выявлено 16. Низкий уровень адаптации студентов напрямую связан с их индивидуально-личностными особенностями (тип нервной системы, особенности физического состояния, саморегуляции, уровень мотивации).



Рис. 4. «Адаптация к учебной деятельности»

Оптимальным считается завершение процесса адаптации в течение 2 месяцев, но в ряде случаев процесс может длиться весь первый год обучения. На успешность адаптации влияют также внешние условия (проведение адаптационных мероприятий, своевременное информирование, наличие возможности обратиться за помощью и прочее). Обучающиеся с низким уровнем адаптации становятся объектом внимания курирующих педагогов-психологов. Их приглашают на индивидуальные психологические консультации, оценивают особенности их взаимодействия с преподавателем и одногруппниками на учебных занятиях. Кроме того, проводится просветительская работа среди представителей факультета (с кураторами, преподавателями), акцентируется внимание на необходимости проведения дополнительных адаптационных мероприятий в группах, где выявлены обучающиеся с низким уровнем адаптации.

ВЫВОДЫ. По результатам диагностики для каждой группы подготовлены рекомендации для улучшения психологического микроклимата в группе и повышения учебной мотивации:

1. Педагогическая бдительность — проявление внимания со стороны преподавателей к эмоциональному состоянию обучающихся, оказание поддержки, помощи в случае жизненных затруднений, направление на индивидуальную работу в психологическую службу в случае проявления дезадаптивных явлений (резкие перепады настроения, эмоциональная неустойчивость, сниженная критичность к себе, излишняя ранимость, подавленность, беспокойство, отчаяние, нервозность, недоброжелательное общение в группе, факты лжи, проявление агрессии, буллинг и т.п.);
2. Проведение мероприятий по формированию навыков эффективной коммуникации, сплочению студенческих коллективов, улучшению психологического климата; проведение коллективных мероприятий без соревновательного компонента;
3. Обеспечение возможности раскрытия способностей и личностных качеств каждого студента через поручения, поощрения, создание благоприятной атмосферы и психологического климата;
4. Проведение системной работы в направлении профессионализации студентов, повышении значимости будущей профессии;
5. Усиление роли старосты и актива группы в поддержке и стимулировании к учебе студентов со сниженным уровнем мотивации;
6. Проведение со студентами, демонстрирующими неадаптивные формы поведения консультативных встреч, бесед, психологических консультаций.
7. Проведение тренинга, направленного на повышение педагогической бдительности и развития профилактической компетенции педагогов;
8. Включение в диагностику адаптации студентов первого курса блока вопросов, связанного с внеучебной деятельностью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бирюкова М.В. Современные подходы к пониманию социально-педагогической адаптации как психолого-педагогического явления // О некоторых вопросах и проблемах психологии и педагогики: сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. Красноярск, 2014. С. 21–23.
2. Гаранина Р.М. Комплексная реализация педагогических условий формирования субъектной позиции студента в пространстве самостоятельной работы // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2020, Т. 9. № 2(31). С. 45–51.
3. Гаранина Р.М. Адаптация первокурсника в образовательном пространстве вуза как один из факторов формирования его субъектной позиции // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2023. № 1 (49). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-pervokursnika>

- v-obrazovatelnom-prostranstve-vuza-kak-odin-iz-faktorov-formirovaniya-ego-subektnoy-pozitsii (дата обращения: 24.01.2024).
4. Голубчикова М.Г., Федотова Е.Л., Харченко С.А. [и др]. Учебно-профессиональная самостоятельность и умение учиться // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2021. № 2 (42). С. 32–40.
 5. Доржиева А.А. Контент-анализ феномена адаптации // Педагогический имидж. 2020. Т. 14. № 3 (48). С. 346–356.
 6. Кручинина Г.А., Дарьенкова Н.Н. Адаптация студентов первого курса к обучению в техническом вузе в условиях информатизации образования. Монография. Н.Новгород: Издательство Нижегородского государственного архитектурно-строительного университета, 2016. 187 с.
 7. Лутошкин А.Н. Карта-схема для определения психологического климата группы. URL: <https://mydocx.ru/12-69727.html/> (дата обращения: 26.09.2023).
 8. Пиаже Ж. Теория, эксперименты, дискуссия / Ж. Пиаже; Под ред. Л.Ф. Обуховой и Г.В. Бурменской. М.: Гардарики, 2001. 622 с.
 9. Просецкий П.А. Психологические особенности адаптации студентов нового приема к условиям обучения в вузе / П.А. Просецкий // Комплексная проблема профориентации, адаптации и повышения квалификации кадров. Минск: Слово, 2009. С. 124–128.
 10. Резник С.Д., Черниковская М.В., Носова Е.В. Адаптация студентов-первокурсников к условиям обучения в университете: опыт, проблемы, перспективы // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2017. № 2. С. 36–41.
 11. Рогалева Г.И. Адаптация первокурсников в вузовском образовательном пространстве // Вестник БГУ. Образование. Личность. Общество. 2011. № 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-pervokursnikov-v-vuzovskom-obrazovatelnom-prostranstve> (дата обращения: 24.01.2024).
 12. Роджерс К., Даймонд Р. Диагностика социально-психологической адаптации. URL: https://psylab.info/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D1%81%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B9_%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8_%D0%A0%D0%BE%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%B0_-_%D0%94%D0%B0%D0%B9%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%B4 (дата обращения: 06.01.2024).
 13. Публичный доклад бюджетного учреждения высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Сургутский государственный педагогический университет» за 2022–2023 учебный год. URL: <https://www.surgpu.ru/media/uploads/2023/06/30/2022-2023.pdf> (дата обращения: 06.01.2024).

REFERENCES

1. Biryukova M.V. *Sovremennye podhody k ponimaniyu social'no-pedagogicheskoy adaptatsii kak psihologo-pedagogicheskogo yavleniya* [Modern approaches to understanding socio-pedagogical adaptation as a psychological and pedagogical phenomenon] // O nekotorykh voprosakh i problemakh psihologii i pedagogiki: sbornik nauchnykh trudov po itogam mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Krasnoyarsk, 2014. S. 21–23.
2. Garanina R.M. *Kompleksnaya realizatsiya pedagogicheskikh uslovij formirovaniya sub"ektnoy pozitsii studenta v prostranstve samostoyatel'noj raboty* [Comprehensive implementation of pedagogical conditions for the formation of the subject position of a student in the space of independent work] // Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psihologiya. 2020, T. 9. № 2(31). S. 45–51.
3. Garanina R.M. *Adaptatsiya pervokursnika v obrazovatel'nom prostranstve vuza kak odin iz faktorov formirovaniya ego sub"ektnoy pozitsii* [Adaptation of a freshman in the educational space of a univer-

- sity as one of the factors in the formation of his subject position] // Professional'noe obrazovanie v Rossii i za rubezhom. 2023. № 1 (49). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-pervokursnika-v-obrazovatelnom-prostranstve-vuza-kak-odin-iz-faktorov-formirovaniya-ego-subektnoy-pozitsii> (data obrashcheniya: 24.01.2024).
4. Golubchikova M.G., Fedotova E.L., Harchenko S.A. [i dr]. *Uchebno-professional'naya samostoyatel'nost' i umenie učit'sya* [Educational and professional independence and ability to study] // Professional'noe obrazovanie v Rossii i za rubezhom. 2021. № 2 (42). S. 32–40.
 5. Dorzheeva A.A. *Kontent-analiz fenomena adaptatsii* [Content analysis of the adaptation phenomenon] // Pedagogicheskij imidzh. 2020. T. 14. № 3 (48). S. 346–356.
 6. Kruchinina G.A., Dar'enkova N.N. *Adaptatsiya studentov pervogo kursa k obucheniyu v tekhnicheskoy vuzovskoy sredy v usloviyakh informatizatsii obrazovaniya* [Adaptation of first-year students to study at a technical university in the context of informatization of education]. Monografiya. N.Novgorod: Izdatel'stvo Nizhegorodskogo gosudarstvennogo arhitekturno-stroitel'nogo universiteta, 2016. 187 s.
 7. Lutoshkin A.N. *Karta-skema dlya opredeleniya psichologicheskogo klimata gruppy* [Map-scheme for determining the psychological climate of the group]. URL: <https://mydocx.ru/12-69727.html/> (data obrashcheniya: 26.09.2023).
 8. Piazhe ZH. *Teoriya, eksperimenty, diskussiya* [Theory, experiments, discussion] / ZH. Piazhe; Pod red. L.F. Obuhovoj i G.V. Burmenskoj. M.: Gardariki, 2001. 622 s.
 9. Proseckij P.A. *Psihologicheskie osobennosti adaptatsii studentov novogo priema k usloviyam obucheniya v vuzovskoy sredy* [Psychological features of adaptation of students of a new admission to the conditions of study at the university] / P.A. Proseckij // Kompleksnaya problema proforientatsii, adaptatsii i povysheniya kvalifikatsii kadrov. Minsk: Slovo, 2009. S. 124–128.
 10. Reznik S.D., Chernikovskaya M.V., Nosova E.V. *Adaptatsiya studentov-pervokursnikov k usloviyam obucheniya v universitete: opyt, problemy, perspektivy* [Adaptation of first-year students to the conditions of study at the university: experience, problems, prospects] // Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye i obshchestvennye nauki. 2017. № 2. S. 36–41.
 11. Rogaleva G.I. *Adaptatsiya pervokursnikov v vuzovskom obrazovatel'nom prostranstve* [Adaptation of freshmen in the university educational space] // Vestnik BGU. Obrazovanie. Lichnost'. Obshchestvo. 2011. № 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-pervokursnikov-v-vuzovskom-obrazovatelnom-prostranstve> (data obrashcheniya: 24.01.2024).
 12. Rodzhers K., Dajmond R. *Diagnostika social'no-psihologicheskoy adaptatsii* [Diagnosis of socio-psychological adaptation]. URL: https://psylab.info/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D1%81%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%B-B%D1%8C%D0%BD%D0%BE-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B9_%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8_%D0%A0%D0%BE%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%B0_-_%D0%94%D0%B0%D0%B9%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%B4 (data obrashcheniya: 06.01.2024).
 13. *Publichnyj doklad byudzhetnogo uchrezhdeniya vysshego obrazovaniya Hanty-Mansijskogo avtonomnogo okruga-Yugry «Curgutskij gosudarstvennyj pedagogicheskij universitet» za 2022-2023 uchebnyj god* [Public report of the budgetary institution of higher education of the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug-Ugra «Surgut State Pedagogical University» for the academic year 2022–2023]. URL: <https://www.surgpu.ru/media/uploads/2023/06/30/2022-2023.pdf> (data obrashcheniya: 06.01.2024).