

УДК 378.091.212:364-787.3

ДЕЯКІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ

Замашкіна Ольга Дмитрівна

к.пед.н., доцент

Ізмаїльський державний гуманітарний університет

м. Ізмаїл, Україна

Анотація: У статті представлені результати теоретичного дослідження проблеми соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти, визначені труднощі та деякі особливості її проходження, умови успішної реалізації та необхідність психологічної підтримки.

Ключові слова: адаптація, соціальна адаптація, соціально-психологічна адаптація, особистість, студенти-першокурсники.

Дослідження соціально-психологічних особливостей адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти України представляє не аби який науковий інтерес як у теоретичному, так і прикладному аспектах.

Проблеми адаптації людини до змінених умов життєдіяльності розглянуті у працях вітчизняних і зарубіжних вчених: Т. Алексєєва, І. Бойко, Н. Войтович, С. Гапонова, Л. Долинська, В. Казміренко, Г. Каменєва, І. Кон, Л.Литвинової, Н. Лукашевич, І. Милославова, Н. Пов'якель, Т. Рєзник, В. Сєдін, О. Сєліверстова, В.Скрипник, Т. Шибутані та багатьох інших. Дослідники Л. Вяткін, Л. Космогорова, Т. Леонтєва, Ж. Філіпова та ін. у власних наукових пошуках узагальнюють практичний досвід викладачів з проблеми адаптації до змінених умов життєдіяльності. Існує й велика база накопичених зарубіжних досліджень з даної проблематики (Фрейд, Роджерс, Франк, Сельє, Хартман та ін.).

Для розуміння сутності та змістового вирішення зазначеної проблеми, вважаємо доречним представити деякі міркування щодо тлумачення понять «адаптація», «соціальна адаптація», «соціально-психологічна адаптація».

Загальновідомо, що термін «адаптація», згідно словника-довідника (від лат. – *adaptatio* - пристосування) означає «процес пристосування індивіда до умов соціального середовища; розглядається як процес зустрічної дії особистості і середовища на основі узгодженості вимог і соціальних очікувань. Цей процес розкривається через усвідомлення і прийняття норм соціального середовища і активність особистості у їх засвоєнні та творчому відображенні у своїй діяльності, поведінці, в узгодженості самооцінок і домагань, претензій і можливостей з реаліями певного середовища»; психічна адаптація – «явище, як характеризує пристосування психіки людини до змінених умов життєдіяльності, до іншої людини чи соціальної групи» [1, с.11-12].

Термін «соціальна адаптація» визначений наступним чином: «вид адаптації, що передбачає процес і результат взаємного активного пристосування людини і соціального середовища або її адаптація до змінених умов життєдіяльності шляхом засвоєння і прийняття цілей, цінностей, норм і стилів поведінки; інтеграція особистості у соціальні групи, діяльність щодо освоєння стабільних і змінених соціальних умов, прийняття норм і цінностей» [1, с. 420]. А.А. Нальчаджян, узагальнюючи ці визначення, зауважує, що «сутність соціальної і психологічної адаптації – це успішне засвоєння особистістю нових умов діяльності і вступ, «вписування» у систему нових офіційних, неформальних відношень, знаходження і заняття в новому мікро-середовищі певного статусу, твердження в емоційно комфортній, перспективно підбадьорюючій позиції» [2, с.24].

Отже, необхідно зазначити, що у науково-педагогічній літературі адаптація за своєю суттю визнана багатомірним та багатогранним явищем. За думкою М. Удальцової і Л. Авчерченко, адаптацію слід розглядати як процес перебудування організму людини (фізіологічна адаптація) або її особистості (психологічна адаптація) відповідно до змін оточуючої середи. Але, якщо мова

йде про налагодження міжособистісних відношень, тоді мають на увазі соціально-психологічну адаптацію [3].

Розглядаючи питання адаптації не можна оминати й розгляду такого терміну як «особистість». Поняття «особистість» у певній мірі визначає її відношення до людей та вміння налагоджувати взаємовідносини з ними, які представляють свідомий психологічний зв'язок із різноманітними аспектами реальності, що можуть виникати і формуватися в процесі індивідуальної діяльності і виражатися у різноманітних діях.

На думку деяких вчених (Б. Ананьєв, В. Лагерев) саме студентський вік є періодом розвитку основних соціогенних можливостей людини, так як отримання вищої освіти сприяє всесторонньому розвитку її особистості: «студентська адаптація у вузах – це інтенсивне, динамічне і складне життя, процес, в якому людина набуває навички, необхідні для задоволення вимог, що ставить процес навчання у вищих навчальних закладах» [4]. В основі адаптації особистості як динамічного явища лежать проріччя між вимогами, що пред'являють умови нової середовища та оточення, і готовності особистості до них на основі попереднього досвіду.

Активне суспільне життя потребує від сучасного студента-першокурсника більшої мобільності та проявлення гнучкості у процесі інтеграції та адаптації до нових умов існування та життєдіяльності. Ефективність адаптації у подальшому буде сприяти успіху не тільки у визначенні його у групі серед однокурсників, але й у їх спільній навчальній та дозвіллевій діяльності, міжособистісному спілкуванні і взаємодії з іншими студентами та викладачами, а в майбутньому – у професійній орієнтації і самореалізації, готовності обрати кар'єру, вміння ідентифікувати і досягнути поставленої мети.

Зазначимо, що дослідження Н.Мирончук переконливо доводить, що адаптацію до нових умов навчання у вищому закладі освіти проходять усі першокурсники, однак перебіг цього процесу неоднаковий, так як не всі фактори впливу на особистість студента сприяють успішній його адаптації: «39 % студентів другого курсу стверджують, що процес адаптації для них пройшов легко,

натомість 61% респондентів наголошують на складності процесу звикання до нових умов, й частина з них ще й досі не адаптувалися повністю. Серед проблем, які спричиняють труднощі адаптації, визначаються наступні: дидактичні – пов'язані з навчанням (режим навчання, кількість завдань, незручний розклад) – 56,3 %; соціально-побутові (проживання в одній кімнаті з новими людьми, спільне майно, їжа, розподіл обов'язків, незручності проживання, несприятливі умови для підготовки до занять) – 66,7 %; психологічні (відвикання від дому, проживання в новому місті, ставлення викладачів, самостійність, розподіл коштів) – 45,3 %; комунікативні (спілкування з одногрупниками, з педагогами) – 26,7 %. » [5].

У процесі адаптації студенти-першокурсники використовуючи набір вже набутих знань і навичок як базу, приводять їх у відповідність до нових цілей, що мають реалізуватися у змінених умовах ЗВО. Подальший успіх першокурсника у значній мірі буде залежати від того, наскільки він зможе пристосуватися до змінених внутрішніх та зовнішніх умов життєдіяльності. Період навчання у ЗВО є найбільш важливим для становлення людини на предмет її особистісного зростання, становлення як особистості.

Під час проходження етапу адаптації студент зазнає істотних змін у психологічних якостях своєї особистості, входячи у нову середу спілкування. У традиційних і сучасних дослідженнях соціально-психологічних адаптацій прийнято розрізняти два основних критерія адаптивності: зовнішній (адаптивність, відповідність вимог оточуючої середи) і внутрішній (загальне психологічне благополуччя, комфорт, суб'єктивне задоволення своїм положенням, соціальне благополуччя, буття). Крім того, дослідники Т. Алексєєва, Н. Войтович, Н. Пов'якель, О. Селіверстова та ін. виділяють, зокрема, соціально-психологічний, педагогічний та навчально-професійний аспекти адаптації студентів до навчання у ЗВО.

Проблему соціально-психологічної адаптації студента можна розглядати як соціальну регуляцію поведінки в цілому, своєрідним неперервним процесом реакції на постійні динамічні зміни, що відбуваються у його житті, які

потребують не тільки пристосування до них, але й розвитку і збагачення особистості. Як зауважує Т.Браун, «цей період характеризується одночасним протіканням таких процесів як професійне самовизначення і розвиток професійно значимих якостей та особистісне самовизначення, що включає формування системи ціннісних орієнтацій, а також адаптація до умов навчання і соціальної середовища, яка також включає засвоєння прийнятих соціальних норм і цінностей» [6]. Тому можна підкреслити, що сутність соціальної адаптації першокурсника у навчальному оточенні - знаходження оптимального співвідношення між особистістю і соціальним оточенням, що надає університетський рівень освіти як частина соціокультурного простору. Цей простір, інакше, за Т.Брауном, «вузівський мікросоціум (особове середовище)» включає студентські групи (первинні колективи), референтні групи (комунікативна середовища), тьюторів, викладачів, адміністрацію, а також матеріально-технічну базу (предметна середовища).

Отже, особливостями адаптації студентів до університетської середовища є засвоєння соціальних норм, які обумовлені вимогами і змістом діяльності у ЗВО; соціального досвіду і системи цінностей; адаптація особистості в університетському середовищі впливає на поліпшення морально-психологічного клімату в навчальній групі, підвищуючи його стабільність й згуртованість. Основні соціально-психологічні особливості студента, тобто морально-психологічний потенціал його особистості включає такі якості як самоутвердження, цілеспрямованість, взаємопідтримка, співчуття, співпереживання, висока продуктивність навчальної діяльності, активність, розвиток творчих можливостей та ін. При довготривалому включенні особистості в університетську середовищу, адаптація виступає як необхідна умова включення особистості в колектив.

За твердження Т. Брауна, «соціально-психологічна адаптація полягає у взаємному пристосуванні особистостей у групі шляхом засвоєння ролей, норм, способів, форм взаємодії у певних умовах. Людина спочатку «входить» у групу, орієнтується у ній (як об'єкт), розділяючи переконання і уявлення її членів, а

потім впливає на них, змінюючи їх погляди (як суб'єкт)» [6]. Основним показником успішної соціально-психічної адаптації студента є досягнення можливості виконання основних задач навчальної діяльності.

Таким чином, соціально-психологічна адаптація відображає зміну соціальної ролі першокурсника, кола і змісту його спілкування, корекцію потреб і системи цінностей, необхідність гнучкої регуляції своєї поведінки, виникнення потреби у самоствердженні у первинному колективі навчальної групи, засвоєння норм і традицій, що склалися у ЗВО, і, в подальшому, відповідних характеру обраної професії.

Усе вищесказане переконливо доводить, що для успішної соціально-психологічної адаптації студенту-першокурснику необхідна підтримка з розвитку якостей його особистості та індивідуальності, бути актуалізатором, який навчився довіряти собі, вміти опиратися в складних ситуаціях на власну думку; самооцінюванню, самокритичності, впевненості у собі, вимогливості до себе, самоактуалізації. Усі ці характеристики вкладаються у відносно стійку, до певної міри, усвідомлену систему психологічної інформації про самого себе, на основі якої у майбутньому він зможе побудувати власну схему взаємодії з іншими людьми.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Соціальна педагогіка: словник-довідник / За заг. ред. Т.Ф. Алексеєнко. - Вінниця: Планер. - 2009.- 542 с.
2. Нальчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. Москва: Эксмо, 2010., 368 с.
3. Tarasova S., Dukhina T., Limonova O., Kolesnikova T., Makhova I. Socio-Psychological Adaptation of FirstYear University Students // Especial Vol. 38 (N° 56). - Year 2017. - Page 35-40. URL: <https://www.revistaespacios.com/a17v38n56/a17v38n56p35.pdf>
4. Лагерев В.В. Адаптация студентов к условиям обучения в техническом вузе и особенности организации учебно-воспитательного процесса с

первокурсниками. М., 1991. 48 с. (Содержание, формы и методы обучения в высшей школе: Обзор. информЛШИВО; Вып. 3).

5. Мирончук Н. Особливості адаптації студентів вищих навчальних закладів до змінених умов життєдіяльності . - [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/12323/1/1.pdf>

6. Браун Т. Адаптация студентов к условиям обучения в ВУЗе как фактор активного взаимодействия личности с образовательной средой. - [Електронний ресурс]. – Режим доступу:

<https://www.dissercat.com/content/adaptatsiya-studentov-k-obucheniyu-v-vuze-v-usloviyakh-optimizatsii-obrazovatelnoi-sredy>