

Кравець В. А.

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ І КУРСУ НАВЧАННЯ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У статті розглядається сутність поняття "соціально-психологічної адаптації". Сформульовані вимоги та професійно-особистісні якості студента.

Ключові слова: психологічні умови, соціально-психологічна адаптація, взаєморозуміння, діяльність.

В статье рассматривается сущность понятия "социально-психологической адаптации". Сформулированы основные требования и профессионально-личностные качества студента.

Ключевые слова: психологические условия, социально-психологическая адаптация, взаимопонимания, деятельность.

It is the considers essence of nation of "social and psychological adaptation". The main requirements and professional personal qualities of student.

Key words: psychological conditions, socialand psychological adaptation, mutual understating, activity.

Життя людини від самого початку і до кінця є адаптацією до середовища. Психологічна адаптація здійснюється шляхом пристосування людини до наявних у суспільстві вимог у процесі узгодження індивідуальних цінностей і переконань та суспільних норм. Соціальна адаптація – активний процес пристосування до соціального середовища, спрямований на збереження й формування оптимального балансу між особою, її внутрішнім станом і навколишнім середовищем тут і тепер та з перспективою майбутнього. Питанню адаптації студентів до умов навчання у ВНЗ в сучасній психологічній літературі приділяється значна увага. Зокрема, це наукові пошуки Т.Алексєєвої, Ю.Бохонкової, Н.Герасимової, В.Демченка, О.Кузнецової, Л.Литвинової, В.Скрипник, І.Соколової та ін.

Педагогічні аспекти адаптації студентів розглядаються в працях С.Гури, В.Сорочинської, В.Штифурак та ін. Та все ж аналіз

педагогічної літератури засвідчує недостатність уваги науковців до окремих напрямів розробки проблеми.

Метою статті є теоретичне обґрунтування психологічних аспектів адаптації студентів I курсу до навчання у вищому навчальному закладі. Успішність адаптації залежить не стільки від особливостей та об'єктивних властивостей ситуації, скільки від особливостей та наявності індивідуальних ресурсів, адекватності й ефективності стратегій їхнього застосування: здатність до адаптації є водночас інстинктом життя та набутими навичками.

Сучасні уявлення щодо протікання процесу адаптації людини ґрунтуються на роботах П.Анохіна, Г.Гартмана, О.Лазурського, І.Павлова, Ж.Піаже, Г.Сельє, І.Сеченова та інших учених. Поняття адаптації є досить широким предметом оперування таких галузей сучасної науки, як психологія, біологія, соціологія, фізіологія, соціальна психологія та нейродинаміка. Кожний з них притаманний власний погляд щодо відповідних акцентів та виділення специфічних із точки зору конкретного напрямку компонентів означеного поняття.

Процес адаптації передбачає, перш за все, активність самого суб'єкта діяльності, яка вимагає осмислення своїх дій і вчинків, пошуку власних шляхів рішень відповідно до конкретних умов життєдіяльності, аналіз характерних особливостей і результатів взаємодії (в даному випадку першокурсника) з новими людьми і обставинами. Адаптація містить у собі складні, багатогранні взаємини людини з довкіллям.

Останнім часом поняття взаємодії все частіше зустрічається у визначеннях адаптації. Саме поняття “взаємодія” припускає деяку рівноправність суб'єктів і об'єктів, їх взаємозв'язок, взаємовплив, взаємодію. Природно, що у контексті біологічної адаптації, за умови високої залежності індивіда від малорухомого середовища, термін “присотування” більш точно відбиває суть процесу. Оскільки зростає інтерес дослідників до соціально-психологічної адаптації, то і поняття “взаємодія” стає більш актуальним. Як правило, опис процесу адаптації як взаємодії щільно пов'язаний з визнанням активної ролі особистості в процесі адаптації. Поняття взаємодії найбільше точно відбиває особливості процесу соціально-психологічної адаптації (В.А.Горшков, І.І.Друкаров, Р.М.Капралова, А.М.Сазонова, А.І.Ушатікова). На студентський вік припадає процес активного формування соціальної зрілості, яка полягає у здатності кожної молоді людини опанувати сукупність соціальних ролей. Цей період збігається з періодом юності і відрізняється складністю становлен-

ня особистісних рис. Розвиваються такі якості особистості, як цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, самостійність, ініціативність, уміння володіти собою. Підвищується інтерес до моральних проблем – сенс буття, життєві цілі, спосіб життя, любов, вірність тощо. Однак у 17-19 років, коли відбуваються пошуки власного духовного простору, коли загострюється потреба смисложиттєвого самовизначення, взаємодія з "іншим", "новим" може породжувати конфлікти, протистояння, викликати неадекватні реакції та оцінки [1; 3-8].

Маємо констатувати, що адаптація студентів-першокурсників в умовах нового середовища, в умовах нової системи освіти у вищих навчальних закладах не завжди проходить успішно.

Дослідження процесу адаптації першокурсників в умовах ВНЗ дозволяють виділити такі **головні труднощі**:

- переживання, пов'язані з перехідним періодом від шкільного до дорослого життя;

- невизначеність мотивації вибору професії;

- недостатня психологічна підготовка до самостійного життя, необхідності приймати рішення, брати на себе відповідальність за власні дії і вчинки;

- невміння здійснювати психологічну саморегуляцію поведінки і діяльності, що підсилюється відсутністю звичного повсякденного контролю педагогів та батьків;

- нові умови діяльності студента у ВНЗ – це якісно інша система співвідношення відповідальності і залежності, де на перший план виступає необхідність самостійної регуляції своєї поведінки.

Усі ці труднощі різні за своїм походженням. Одні з них об'єктивно неминучі, інші носять суб'єктивний характер і пов'язані зі слабкою підготовкою, вадами виховання в родині і школі. Знання індивідуальних особливостей студента, на основі яких будується система включення його в нові види діяльності і нове коло спілкування, дає можливість уникнути дезадаптаційного синдрому, зробити процес адаптації психологічно комфортним.

Отже, на підставі аналізу літературних джерел, багатовимірну систему зовнішньої і внутрішньої адаптації ми можемо визначити як "соціально-психологічна адаптація", складовими якої є:

- **професійна адаптація**: профорієнтаційна адаптація; адаптація до навчального процесу (дидактична адаптація);

- **соціальна адаптація**: пристосування індивіда до групи, всього студентського колективу; прийняття нормативно-правових

вимог перебування у ВНЗ; осмислене прийняття норм моралі та культури; адаптація до умов проживання у гуртожитку;

– **біологічна адаптація:** адаптація організму до нових умов (кліматичних, побутових, санітарних), режиму праці, сну, фізичних та нервових навантажень; режим і якість харчування;

– **психологічна адаптація:** стан психологічного задоволення (незадоволення), комфорту (дискомфорту), відчуття внутрішньої і зовнішньої гармонії (дисгармонії) від успішності (неуспішності) професійної, соціальної та біологічної адаптацій; вміння здійснювати психологічну саморегуляцію поведінки і діяльності.

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

Нами визначені як **внутрішні**, так і **зовнішні фактори** соціально-психологічної адаптації студентів до умов ВНЗ:

Фактори професійної адаптації:

– ставлення студентів до обраної професії і бажання працювати в певній галузі знань; прагнення поглибити знання про особливості професії, стати фахівцем в обраній спеціальності;

– рівень підготовки абітурієнта до навчання у вищому навчальному закладі: відповідність обсягу і рівню знань, умінь і навичок абітурієнтів вимогам освітнього процесу; потреба абітурієнта в навчальній діяльності;

– усвідомлення необхідності засвоєння визначеного обсягу знань для одержання професійної освіти;

– уміння застосовувати знання на практиці;

– структура та організація навчального процесу;

– професійна та педагогічна компетентність викладачів навчального закладу;

– педагогічний і психологічний моніторинг ходу навчального процесу;

– індивідуальний підхід до студента, незалежно від показників успішності;

– задоволеність міжособистісними відносинами у студентській групі та ін.

Фактори соціальної адаптації:

– рівень розвитку духовності індивіда;

– рівень соціальної і моральної зрілості;

- рівень психологічної культури;
- рівень культури поведінки;
- рівень правової культури;
- рівень мовленнєвої культури;
- індивідуально-особистісні особливості розвитку психічних процесів;
- бажання брати участь у суспільному житті навчального закладу;
- вироблення особистісного стилю поведінки, здатність до її кореляції;
- реалізація у навчальному закладі принципів педагогіки співробітництва та ін.

Фактори біологічної адаптації:

- загальний стан здоров'я і тип організації нервової діяльності;
- санітарно-гігієнічні умови навчання;
- організація побуту, харчування, відпочинку студентів.

Фактори психологічної адаптації.

Визначення і аналіз факторів психологічної адаптації ускладнено тим, що психологічна адаптація, з одного боку, є умовою різних адаптаційних процесів, а з іншого – вона є їх кінцевим результатом як певний психологічний стан задоволення (незадоволення), комфорту, гармонії.

Тому факторами психологічної адаптації є:

- успішність (неуспішність) професійної, соціальної та біологічної адаптацій (професійне самовизначення, соціальний статус, сформованість соціально-значимих здібностей, якостей, становище в колективі, задоволення (незадоволення) особистим статусом, можливість прояву індивідуальності та ін.);
- вміння здійснювати психологічну саморегуляцію поведінки;
- наявність служби психологічної підтримки;
- розробка і впровадження соціально-психологічних засобів формування й корекції адаптованості студентів перших курсів вищих навчальних закладів.

Запропонована класифікація дозволяє розглядати адаптацію студентів як комплексний, динамічний процес, обумовлений взаємодією профорієнтаційних, соціальних, біологічних і психологічних факторів (Л.І.Божович, М.Й.Боришевський, О.В.Запорожець). Важливим аспектом системи адаптації студентів в умовах навчального закладу є визначення ***критеріїв адаптації***. Теоретичні і практичні пошуки засвідчують складність

даної проблеми і потребують подальших наукових досліджень. Здійснений теоретичний аналіз дозволив нам визначити як **внутрішні**, так і **зовнішні критерії** процесу та результату соціально-психологічної адаптації (Л.С.Виготський, А.Ф.Лазурський, В.І.Лебедев, А.В.Петровський).

Внутрішні критерії:

Визначальним внутрішнім критерієм адаптації студента в умовах ВНЗ і узагальненим критерієм адаптації загалом є стан задоволення процесом і результатом професійної, соціальної та біологічної адаптації. Причому, такий стан не є результатом пристосування до об'єкта адаптації, а результатом взаємодії людини з відповідним середовищем. Взаємодія щільно пов'язана з визнанням активної ролі особистості в процесі адаптації та з підвищенням статусу свідомої перетворюючої поведінки. Тому важливим є розвиток у людини відповідних властивостей, які б, з одного боку, були чинниками впливу на об'єкт (середовище) адаптації, а з іншого, виступали внутрішніми детермінантами і складовими стану задоволення процесом і результатом адаптації. До них ми можемо віднести такі:

- висока мотивація розвитку духовності, соціальної, професійної компетентності та самоактуалізації загалом;
- здатність відстоювати свої переконання;
- здатність будувати конструктивні взаємини;
- розвинуті комунікативні здібності;
- розвинені механізми саморефлексії;
- усвідомлення потреби самоосвіти;

Зовнішні критерії:

- пристосування до характеру, змісту, умов і організації навчального процесу;
- навички самостійності в навчальній і науковій сферах; реалізація завдань самоосвіти;
- актуалізація в життєдіяльності особистості високого рівня соціальної і моральної зрілості, психологічної культури, правової культури, мовленнєвої культури, культури поведінки, рівня розвитку духовності особистості загалом;
- комунікативна компетентність;

Комплексне знання сукупності факторів соціально-психологічної адаптації, орієнтацію на певні критерії, що характеризують результативність процесів адаптації, можуть стати методичним підґрунтям для роботи куратора, який не тільки здійснює

моніторинг, але і контролює процеси адаптації першокурсників. На основі запропонованого структурного аналізу будуються як загальна адаптаційна модель для всієї групи, так й індивідуальні моделі з урахуванням особистісних характеристик і потреб кожного студента. Ми вважаємо, що адаптація студентів в умовах вищого навчального закладу є складним, багатоаспектним, синтетичним, динамічним процесом. Отож, це вимагає синергетичного підходу до дослідження проблеми, поєднання зусиль філософії, психології, педагогіки, фізіології та інших наук.

Література:

1. Асмолов А. Г., Ягодин Г. А. Образование как расширение возможностей развития личности. // *Общее среднее образование России: Сб. норм. документов.* – М., 1993. – С. 3-8.
2. Бохонкова. Ю. Деякі методологічні аспекти аналізу закономірностей адаптації студентів-першокурсників до умов навчальних закладів / Юлія Бохонкова // *Освіта на Луганщині.* – 2006. – № 1. – С. 15-18.
3. Реан А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб.: прайм-ЕВРО-ЗНАК, 2006. – 479 с.
4. Федорова Е. Е. Проблемы адаптации студентов к профессиональной деятельности в вузе / Е. Е. Федорова // *Педагогика.* – 2007. – С. 71-75.
5. Ямницький В. М. Психологія життєтворчої активності особистості: Монографія. – Одеса: СВД Черкасов М.П., Рівне: РДГУ, 2004. – 360 с.