

УДК 37.013.42

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ: ЗАРУБІЖНА І ВІТЧИЗНЯНА ПРАКТИКА**В.Є.Сорочинська**

Анотація. У статті на основі аналізу джерельної бази розкриті основні наукові підходи до пояснення процесу адаптації студентів вітчизняними та зарубіжними дослідниками; виокремлені стратегічні підходи щодо подолання ознак дезадаптованості на початковому етапі навчання студентів вищих навчальних закладів.

Ключові слова: адаптація, дезадаптація, студенти вищих навчальних закладів.

Аннотация. В статье рассматриваются научные подходы отечественных и зарубежных исследователей, раскрывающие сущность адаптационных процессов, обобщены главные стратегические подходы к преодолению дезадаптационных признаков на начальном этапе обучения студенческой молодежи.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, студенты высших учебных заведений.

Abstract. The article is based on analysis of disclosed information sources, the main research approaches to explain the process of adaptation of students both domestic and foreign researchers, distinguished strategic approaches to combat signs of deadaptation at the initial stage of training university students.

Keywords: adaptation, exclusion, students in higher education.

Постановка проблеми. Зміна соціального оточення, новий статус, докорінна відмінність режиму навчання, збільшення обсягу самостійної роботи, відсутність референтної групи – ось далеко не повний перелік соціальних факторів, що вимагають від студента особливих зусиль на початковому етапі навчання у вузі і мають бути враховані у навчально-виховній роботі зі студентами ВНЗ. Очевидно, що значна масштабність змін у процесі переходу молодої людини від шкільного життя до вузівського ставить проблему адаптації як складової частини загального процесу соціального становлення в центр уваги всього педагогічного колективу ВНЗ. Адаптація студентів у вузі – це складний, динамічний психологічний процес внутрішньої та зовнішньої перебудови діяльності студентів, що відбувається в процесі пристосування до нових соціальних умов і активне оволодіння ними. Успішність даного процесу забезпечується дією основних психологічних механізмів: самоспостереження, самопереконання, самонавіювання, самоствердження тощо (В.Я. Яблонко). За допомогою цих механізмів забезпечується інтеріоризація особистістю нових потреб, відбувається мотивування, спонукання до їх реалізації, здійснюється свідома саморегуляція діяльності на основі вироблення адекватних засобів реагування та поведінки в нових умовах (Г.О.Балл, І.Д.Бех, В.В.Москаленко, А.А.Налчаджян, В.Т.Циба).

Метою статті є узагальнення основних теоретичних підходів до пояснення сутності адаптаційних процесів, виокремлення причин появи дезадаптаційних ознак поведінки першокурсників ВНЗ та аналіз основних стратегічних підходів щодо їх подолання у практиці зарубіжних та вітчизняних вищих навчальних закладів.

Виклад основного матеріалу. Загострення соціально-економічних умов, посилення деструктивних явищ в молодіжному середовищі викликали потребу в поглибленому вивченні проблеми адаптації студентської молоді з посиланням на здобутки різних наукових вітчизняних та зарубіжних шкіл.

Суб'єктивна спрямованість процесу адаптації стає очевидною і передбачає можливість самореалізації, яку А.В.Мудрик розуміє як реалізацію активності особистості у важливих для неї сферах життєдіяльності та взаємовідносин. Цілеспрямована педагогічна діяльність при цьому відображає двосторонній процес, який включає в себе, з одного боку, засвоєння індивідом соціального досвіду через входження в соціальне середовище, а з іншого – процес активного відтворення системи соціальних зв'язків у результаті власної різнобічної взаємодії із суб'єктами оточуючої дійсності. Окремо варто виокремити готовність і здатність, як особливу психологічну характеристику витримувати різноманітні психічні та фізичні навантаження, долати життєві перепони, які є невід'ємними атрибутами кардинальних соціальних змін у життєдіяльності особистості, зокрема – це вступ до ВНЗ і подальша фахова підготовка.

У різних наукових школах формувались концептуальні підходи до розуміння сутності та механізмів адаптації, які становлять не лише науковий, а й практичний інтерес. Так, психоаналітичне трактування пов'язане з ученням З. Фрейда про структуру психологічної сфери особистості. Соціальне

оточення розцінюється як вороже, а тому соціальна адаптація пояснюється як процес досягнення гомеостатичної рівноваги між особистістю та вимогами зовнішнього оточення. Такий науковий підхід дозволяє аналізувати процес соціальної адаптації студентської молоді з огляду на можливі глибинні причини утруднених ситуацій та неусвідомлені тактики індивідуального реагування особистості, що потребуватимуть системної корекційної роботи. Пошук індивідом сприятливого середовища може спонукати молодих людей, наприклад, до не критичного оцінювання можливих наслідків небезпечного поведіння в нових соціальних умовах.

Основним критерієм адаптованості з позиції гуманістичного підходу є міра інтеграції особистості і середовища. Метою адаптації є досягнення стану фізичного здоров'я і згармонізованості цінностей особистості та суспільства. В основу цієї концепції покладено ідею здорової самоактуалізованої особистості, яка має намір досягти життєвих цілей, використовуючи і розвиваючи сповна творчий потенціал. А. Маслоу виділяє параметри конструктивного поведіння, що призводять до адаптованості. Це, зокрема, чітко визначена ціль та однозначно сформульована мотивація, осмислена поведінка, спрямована на розв'язання проблеми, внутрішня готовність до особистісних змін. Зміщення акцентів в емоційно-чуттєву сферу може посилювати радикалізм у соціальному поведінні і бути причиною загострення утруднених ситуацій, особливо серед студентів-першокурсників, для яких умови вузівського життя є новими і суттєво відрізняються від звичних.

Основою адаптованості особистості з позиції когнітивної психології є здатність до інтелектуальної діяльності, що виявляється в переосмисленні інформації, в її переструктуруванні, групуванні, класифікації. Тому розвинута інтелектуальна здатність сприятиме подоланню внутрішньої загрози цінностям, установкам, намірам особистості і впливатиме на утвердження позиції пристосування, яка розцінюється як прийнятна з погляду соціальної норми. У цьому контексті соціальна адаптація першокурсників залежить від здатності не лише переосмислювати вимоги, які пред'являються до студента, а й узгоджувати їх із перспективами особистісно-професійного становлення.

Необіхевіористське визначення адаптації зводиться до того, що її слід розглядати як стан, при якому потреби індивіда, з одного боку, і вимоги середовища – з іншого – повністю задоволені. Це стан гармонії між індивідом та соціальним середовищем. Але це ще і процес, у результаті якого цей стан досягається. Мета будь-яких змін зводиться до підсилення здатності виживати у змінних соціальних умовах груп та окремих індивідів, але при цьому не йдеться про особистісні зміни. Великого значення набуває модифікація поведінки на основі учіння через механізми навчання, заучування. Так актуалізується не лише набутий особистісний соціальний досвід, а й адаптивні механізми особистості, ефективність яких визначатиметься гнучким адекватним реагуванням у змінюваних соціальних умовах.

У цьому сенсі варто зауважити, що в процесі вибору певного варіанта соціального поведіння в умовах ВНЗ, студенти орієнтуються на такі параметри середовища, як: чіткість і конкретність нових вимог, їх категоричність, однозначність, врахування намірів та очікувань, потенційних можливостей самої особистості щодо пристосування до нових соціальних умов. Тому в організації навчально – виховної роботи варто враховувати як внутрішній, так і зовнішній вимір, що відобразатиме гармонійність реальної поведінки студентської молоді з соціальними очікуваннями, вимогами середовища, правилами і критеріями нормативного поведіння.

В інтерраціоністській концепції ефективна адаптація передбачає узгоджену щодо соціальних норм поведінку особистості на різних вікових етапах розвитку. Тому адаптованою є та людина, котра не лише засвоїла соціальні норми, але й взяла на себе відповідальність за емоційне благополуччя інших, оскільки не розчарує найближче оточення відхиленнями від соціальних стандартів. На основі тверджень Л. Філіпса можна констатувати, що адаптованість виявляється в конформності щодо основних соціальних вимог згідно з віком і статтю.

Адаптивна поведінка характеризується усвідомленим вибором, виявом ініціативи та самостійним прогнозуванням майбутнього. Можна припустити, що адаптаційні процеси не вимагатимуть великих емоційних перевантажень у тому випадку, коли нові соціальні норми, стандарти, орієнтири суттєво не відрізняються від раніше засвоєних у референтних чи офіційних групах. Це означає, що індивід визнає основні цінності нового середовища, а середовище, у свою чергу, визнає окремі цінності свого нового учасника (А. Георгієвський). Підтвердженням може бути зміна режиму навчальної діяльності випускника школи після вступу до вищого навчального закладу. Якщо у шкільному навчальному процесі переважали цінності інформативної обізнаності і такими ж вони залишились у новій соціальній групі, то першокурснику ВНЗ не доводиться суттєво змінювати сформований раніше стереотип. Але навіть епізодичні ускладнення, пов'язані з організацією навчального процесу (не передбачувані зміни в розкладі занять, неузгодженість плану семінарського заняття із списком рекомендованої літератури, неможливість вчасно одержати консультацію тощо), можуть негативно впливати на протікання

адаптивних процесів. Особливо це виявляється у складних проблемних ситуаціях (об'єктивних або сприйнятих такими), які впливають на структуру самосвідомості і, в першу чергу, на такі важливі її компоненти, як рівень домагань і самооцінку.

Фрустрація в другорядній для себе групі швидко долається і не залишає важких наслідків. Зовсім інша річ, коли, наприклад, студент переживає невдачу виступу на семінарському занятті серед однокурсників. Тому суттєвими показниками адаптованості є емоційний стан людини: спокій, задоволення, впевненість або ж невпевненість, страх, тривожність (А.М.Прихожан). У нових соціальних умовах подібна тактика поведінки студентської молоді розцінюється як неефективна і потребує кваліфікованого корекційного втручання.

На основі характеристики типів соціальної адаптації: урівноваження, призвичаювання, уподібнення, можна стверджувати, що залежно від індивідуально-особистісних характеристик, студенти можуть перебувати на різних її рівнях і адаптація може набувати добровільного чи вимушеного характеру. У першому випадку нові способи соціальної дії не суперечать цінностям особистості і відповідають її особистісним якостям. У другому – людина чинить опір новому і організовує свою діяльність цілком на минулому досвіді. В цьому випадку суттєво уповільнюється процес особистісно – професійного становлення, якого зазнають студенти ВНЗ (Н. Н. Милославова).

Міра узгодженості цілей і результатів діяльності особистості дає змогу розмежувати три різновиди адаптаційних процесів. Це адаптивність як справжня чи відносна гармонійність між суб'єктивними цілями і кінцевими результатами, що супроводжується позитивним ставленням (оцінкою, розумінням, прийняттям) особистості до навколишнього світу і самого себе. Критеріями адаптованості, як міри інтеграції особистості з середовищем є реалізація внутріособистісного потенціалу та емоційне самопочуття (А.Жмиріков).

Неадаптивність – як більшою чи меншою мірою усвідомлена невідповідність між цілями і результатами діяльності, яка породжує амбівалентні почуття й оцінки, але яка не справляє психотравмуючого впливу на особистість. При неадаптованості діє особливий мотив, який призводить до надситуативної активності і полягає в специфічній привабливості діяльності з не передбачуваним результатом (А.В.Петровський). Деадаптивність розглядається як певна дисгармонія між цілями й результатами діяльності, що є джерелом психічної напруги, внутрішнього дискомфорту і нестабільності перебігу психічних процесів. Міра функціональної дезадаптивності особистості і рівень її особистісної тривожності визначають її емоційну реакцію на екстремальну (проблемну, стресову, критичну, фруструючу) ситуацію, яка може бути різною за інтенсивністю, з перемінною спрямованістю.

Високий рівень тривожності особливо притаманний тим студентам, які мають розвинуте почуття власної гідності, відповідальності та обов'язку, до того ж є підвищено чутливими до свого становища в групі і визнання оточуючими. У результаті це може породжувати високу тривожність, розбалансовану самооцінку і появу комплексу неповноцінності (Л.І.Божович, Л.С.Славіна). На такому емоційному фоні можуть розвиватись деструктивні форми соціального поведіння студентів, які потребуватимуть корекційного впливу.

Потреба вчасної підтримки студентів ВНЗ на етапі адаптації до нових соціальних умовах підтверджена дослідженнями останнього періоду (І.Д.Зверєва, Г.С.Нікіфоров, В.Г.Панок, С.С.Пальчевський, С.В.Толстоухова, Н.Ф.Романова). Зокрема встановлено, що в студентській популяції значне місце посідають несприятливі для психічного здоров'я типи поведінки А (тип ризику) та В (тип вигорання), що охоплюють майже половину обстежуваних. Така ситуація є особливо тривожною, коли йдеться про студентів першого курсу. Низький рівень соціальної підтримки у поєднанні із загальним невдоволенням результатами своєї діяльності підтверджує необхідність адекватних профілактичних заходів, активнішої участі вузівських психологів, соціальних педагогів у створенні консультативних пунктів для студентів на території вузу (Г.С.Нікіфоров).

Міжнародна практика містить чималий досвід соціальної роботи зі студентською молоддю, творче використання якого на основі компаративного аналізу може збагатити вітчизняні здобутки у цій галузі. У цьому контексті на особливу увагу заслуговує американський досвід, що поширений в усіх професійних навчальних закладах країни. Департамент освіти, охорони здоров'я та соціального сприяння уряду США розмежував всі види допомоги студентській молоді на два напрямки: соціальна допомога з метою підтримання мінімального життєвого рівня і допомога, яка надається в складних життєвих ситуаціях та на етапі адаптації до нових умов. Перший вид допомоги надається одноразово у випадках, коли студент потребує коштів на придбання одягу, взуття, меблів, білизни тощо. Другий вид допомоги передбачений для тих, хто потрапив у кризову ситуацію, байдуже – з власної провини чи ні. Для прикладу: учитель соціальних і адаптивних умінь працює над виробленням особистісної готовності студентів гнучко реагувати на змінювані соціальні фактори, бути здатним ефективно діяти у

непередбачуваних життєвих ситуаціях; консультант-клініцист у процесі індивідуального психологічного консультування сприяє поглибленому самоаналізу студентів і тим самим полегшує розв'язання міжгрупових та особистісних суперечностей.

Багато уваги приділяється особистісним проблемам студентів, як-от: прояви соціальної дезадаптованості; сумніви щодо можливостей працевлаштування та подальшого кар'єрного зростання; емоційне напруження; невпевненість у власних силах, у здатності налагодити взаємостосунки з представниками протилежної статі, однокурсниками, викладачами, батьками. Найважливішою з-поміж інших вважається проблема адаптації, а тому велика увага приділяється студентам-першокурсникам та умовам їхнього перебування у навчальному закладі, групі. Адміністрація прагне попередити можливі відхилення у поведінці, запобігти експериментуванню із соціальними нормами, намагається на ранніх стадіях виявити патологічні прояви та не допустити переростання їх у систему ціннісних установок. А тому проблеми особистісної адаптованості у соціальних програмах пов'язані із громадянським вихованням студентської молоді (Трегубова Т.М.).

Ретроспективний аналіз сучасних соціально-педагогічних напрямів дослідження соціокультурних детермінант у європейських країнах дає змогу виокремити найхарактерніші тенденції, що стосуються пояснення механізмів та умов успішної адаптації молоді. Одним із таких напрямів є утвердження холістичної моделі діяльності соціальних інститутів, що розробляється німецькими спеціалістами (Р.Вінкель, Й.Гамм), в основу якої покладена ідея неподільності суб'єкта, об'єкта та процесу інтеракції. Особливе місце у цій концепції відводиться підготовці молоді до життя у майбутньому соціумі з його непередбачуваністю. А тому, на думку авторів, не доцільно робити ставку винятково на професійну сферу, набагато перспективніше розвивати загальнолюдську здатність розв'язувати утруднені й конфліктні ситуації, що підсилюватиме адаптаційну здатність (Т.Ф.Яркіна).

Досвід організації соціальної підтримки молоді у різних типах вищих навчальних закладів України переконує в тому, що така робота проводиться за багатьма напрямками, серед яких можна виділити: інформаційний, психолого-педагогічний, соціальний, правовий, матеріальний. Зокрема, психолого-педагогічна допомога включає подолання проблем дезадаптації на початковому етапі навчання, допомогу новообраному студентському активу різних рівнів, методичне оснащення роботи кураторів, попередження неефективного педагогічного спілкування молодих викладачів зі студентами, надання педагогічних порад батькам, сприяння в організації студентського самоврядування, допомога студентам, які проживають у гуртожитках тощо.

Висновки. Оволодіння соціальним досвідом може здійснюватись стихійно, спонтанно або ж цілеспрямовано через функціонування відповідних виховних інституцій, серед яких чільне місце займає система вищої освіти. Механізми педагогічної організації становлення соціального досвіду студентської молоді мають поєднувати різні стихійні впливи на особистість та організовані форми засвоєння студентами соціального досвіду, що сприятиме досягненню високого рівня адаптованості.

Література

1. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Балл Г.А. // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 92-100.
2. Максименко К.С. Психічні стани підлітків у контексті проблем сучасної педагогічної практики / Максименко К.С. // Практична психологія та соціальна робота. – № 4. – 2001. – С. 36-39.
3. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / Под общей ред. Г.А. Балла и др. – М., 1999. – 423 с.
4. Мудрик А.В. Социальная педагогика / А.В. Мудрик. – М., 2000. – 195 с.
5. Налчаджян А.А. Личность, психическая адаптация и творчество / Налчаджян А.А. – Ереван, 1980. – 240 с.
6. Психология здоров'я: Учебник для вузов // Под ред. Г.С. Никифорова- СПб.: Питер, 2003.- 256с.
7. Роджерс Карл Р. Взгляд на психотерапию / Роджерс Карл Р. // Становление человека. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с.
8. Фрейд А. Введение в психоанализ. Лекции / А.Фрейд. – М. : Наука, 1989. – 456 с.
9. Фромм Э. Человек для себя / Пер. с англ. и послесл. Л.А. Чернышевой. – Мн.: Коллегиум, 1992. – 253 с.
10. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості: Наук. видання. – Тернопіль: Економічна думка, 2000. – 197 с.