

УДК 378.015.3–057.87

М. О. Малькова

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА СТУДЕНТІВ-
ПЕРШОКУРСНИКІВ У ПЕРІОД АДАПТАЦІЇ У ВИЩОМУ
НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

Студентство – це особливий період в житті людини і, насамперед, це період несподіваного зіткнення з абсолютно невідомими проблемами, які має вирішувати сам студент. Проблема адаптації студентської молоді досліджується багато й досить широко. Велика увага в педагогіці, психології, соціології, медицині та інших галузях наукового знання приділяється розгляду проблеми адаптації студентів, питанню ефективної підготовки майбутніх фахівців. У сучасних соціально-економічних умовах вища освіта здійснюється на тлі невизначеності життєвої перспективи молодих фахівців. Вуз лише тимчасово захищає від труднощів пошуку свого місця в житті, лише на короткий термін відсуває необхідність вступу в конкурентні відносини з професіоналами й іншими молодими фахівцями.

Іншими словами, вступ до студентського періоду життя обумовлено обов'язковим проходженням адаптації, яка частіше проходить дуже непросто.

Існує безліч несприятливих чинників, які негативно впливають на особистість студента в період навчання на перших курсах у ВНЗ. Такими факторами є: адаптація до нового середовища, життєвої ситуації, проживання в гуртожитку, на квартирі окремо від батьків, труднощі у встановленні гармонійних міжособистісних відносин.

Адаптація особистості студентів розвивається динамічно соціокультурного середовища ВНЗ та призводить до необхідності активізації самої особистості в освітньому процесі, актуалізації можливостей в процесі освоєння освітнього середовища.

Адаптація – це передумова активної діяльності й необхідна умова її ефективності. У цьому позитивне значення адаптації для успішного функціонування індивіда в тій або іншій соціальній ролі. Дослідники розрізняють три форми адаптації студентів-першокурсників до умов ВНЗ:

1) адаптація формальна, що стосується пізнавально-інформаційного пристосування студентів до нового оточення, до структури вищої школи, до змісту навчання в ній, її вимогам, до своїх обов'язків;

2) громадська адаптація, тобто процес внутрішньої інтеграції (об'єднання) груп студентів-першокурсників та інтеграція цих груп зі студентським оточенням в цілому;

3) дидактична адаптація, що стосується підготовки студентів до нових форм і методів навчальної роботи у вищій школі [2].

У наукових дослідженнях соціальна адаптація студентів поділяється на:

а) професійну адаптацію, під якою розуміється пристосування до характеру, змісту, умов і організації навчального процесу, вироблення навичок самостійності у навчальній та науковій роботі;

б) соціально-психологічну адаптацію – пристосування індивіда до групи, взаєминам з нею, вироблення власного стилю поведінки [3].

Під адаптаційною здатністю розуміється здатність людини пристосовуватися до різних вимог середовища (і соціальних, і фізичних) без відчуття внутрішнього дискомфорту і без конфлікту з середовищем [6].

Адаптація має об'єктивно-суб'єктивний характер (пристосування), завдяки чому людина засвоює необхідні для життєдіяльності стандарти, стереотипи, норми, зразки, традиції суспільства, в якому живе та працює і з допомогою яких активно пристосовується до обставин життя. Адаптація може містити і фізіологічні, і поведінкові реакції, залежно від рівня організації системи. Головний зміст адаптації – внутрішні процеси в системі яких забезпечується збереження її зовнішніх функцій щодо середовища.

Адаптація – це завжди креативний процес, за допомогою якого особистість змінює себе і свій світ, свої життєві орієнтації. Адекватною теоретичною основою вивчення особистісної адаптації студента до умов навчання у ВНЗ може служити концептуальний апарат структурно-динамічного підходу. Основними принципами цього підходу є:

- уявлення про адаптацію, як цілісну систему утворень, в основі функціонування якої лежать загальні принципи, що розвиваються теорією систем;

- системоутворювальним чинником розвитку особистісної адаптації є цілі та завдання діяльності, які висувають вимоги до освіти;

- уявлення про адаптацію, як динамічному процесі, який змінює свою структуру залежно від зміни зовнішніх і внутрішніх умов діяльності; можливість використання різних властивостей і якостей особистості, формування адекватного адаптаційного досвіду [8].

Під особистісною адаптацією ми розуміємо той складний, багаторівневий, активний і творчий процес, що передбачає пізнання, прогнозування розвитку подій, пристосування і зміна особою самої себе і навколишнього світу.

У процесі адаптації особистість прагне отримувати значущу інформацію для оптимізації процесів пізнання, пристосування і зміни зовнішньої природного та соціального середовища, а також зовнішнього образу „Я” і внутрішнього світу, розвиток механізму рефлексії, осмислення нею своїх життєвих орієнтацій, пов'язаних зі входженням у навчальну та конкурентну професійну реальність.

Про ефективність функціонування механізму рефлексії на етапі адаптації студентів першокурсників свідчить усвідомлення ними засвоюваного змісту діяльності, ступеня сформованості у себе професійних компетенцій, ставлення до зробленого професійного вибору, особистісних труднощів у процесі адаптації, адекватних способів їх попередження або подолання.

Адаптаційний підхід в навчанні студентів – це попередження або пом'якшення негативних проявів кризових ситуацій в адаптації першокурсників шляхом створення відповідних умов для функціонування психологічних механізмів на когнітивному, емоційному, поведінковому, змістовому рівнях їх особистості.

На думку П. Колизаєва в загальному процесі адаптації виділяється дві стадії:

- адаптивна реакція, яка характеризується напругою особистісної системи, що виражається в різкому збільшенні кількості міжфункціональних зв'язків і найбільш інтенсивному періоді особистісних перетворень;

- адаптивна стабілізація, яка характеризується зменшенням напруги особистісної системи, що виражається у зменшенні кількості міжфункціональних зв'язків і найменш інтенсивному періоді формування адаптивних характеристик [4].

Перехід від одного стану до іншого здійснюється через пік адаптивного навантаження, при якому напруга особистісної системи досягає максимуму.

Можна припустити, що ці ж стадії виділяються в процесі адаптації до вищого навчального закладу. Адаптивна ситуація в цьому випадку – це процес взаємодії особистості студента з конкретними умовами конкретного ВНЗ.

У цілому ж розвиток особистості студента як майбутнього фахівця з вищою освітою йде в ряді напрямків:

- зміцнюється професійне спрямування, розвиваються необхідні здібності;

- удосконалюються, „професіоналізуються” психічні процеси, стани, досвід;

- підвищуються почуття обов'язку, відповідальність за успіх професійної діяльності, рельєфніше постає індивідуальність студента;

- зростають домагання особистості студента в галузі своєї майбутньої професії;

- на основі інтенсивної передачі соціального та професійного досвіду й формування необхідних якостей зростає загальна зрілість і стійкість особистості студента;

- зміцнюється професійна самостійність і готовність до майбутньої практичній роботі.

Провідною умовою ефективності процесу адаптації студентів першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі, на нашу думку, є цілеспрямоване педагогічне керівництво цим процесом, метою якого є формування ситуації розвитку особистості студента як суб'єкта власного життя, здатного протистояти труднощам, які виникають і самостійно вирішувати життєві проблеми. З цих позицій підтримка студентів постає як процес, що результує себе актами самодетермінації та саморозвитку особистості. Таким чином, психолого-педагогічна підтримка

студентів першокурсників своїм завданням вважає сприяння в оптимальній зміні їхнього ставлення до соціального оточення й власної особистості.

У цій статті ми розглянемо, який же зміст психолого-педагогічної підтримки першокурсників у період адаптації до ВНЗ.

Потужний стимул для розвитку концепції підтримки людини в адаптаційний період містять ідеї суб'єктності особистості (К. Виготський, С. Рубінштейн та ін.) і діяльнісного опосередкування міжособистісних відносин (А. Асмолов, О. Леонт'єв, А. Петровський, В. Петровський та ін.).

Зародження першою з позначених ідей пов'язано з працями К. Виготського, в яких обґрунтовано діяльнісний підхід до розуміння людини, і С. Рубінштейна, у працях якого було розкрито єдність свідомості й діяльності, а також показано, що особистість – це насамперед суб'єкт, носій власної активності. Увівши суб'єкта до онтологічного складу життя, С. Рубінштейн трактував діяльність не як замкнуту в собі сутність, а як вияви суб'єктності.

Характеризуючи другу ідею, взятую нами як теоретичну підставу при визначенні змісту психолого-педагогічної підтримки першокурсників у ВНЗ, необхідно зазначити, що цей напрям досліджує А. Петровський, який показав, що особистість може бути зрозуміла тільки в системі стійких міжособистісних зв'язків, що опосередковуються змістом, цінностями, сенсом спільної діяльності для кожного з її учасників. При цьому особистість розглядається одночасно і як відкрита система, що існує в системі своїх виборів, якими вона й конституюється, і як сукупність актуального й потенційного, що реалізується поступово.

Отже, виходячи з вищенаведених теоретичних ідей, будучи процесом свідомого регулювання, адаптація повинна відбуватися через діяльнісне, суб'єктне подолання психолого-дидактичних бар'єрів, що виникають у студента, який розпочав навчання у ВНЗ, оскільки виявляється невідповідність між звичними способами життєдіяльності й умовами організації навчання у вищій школі.

Мова йде про те, що в процесі залучення студента першокурсника в контекст предметної, активної спільної діяльності (адаптація) неминує виникати питання про підтримувальний її вплив. Спільна діяльність викладача та студента може здійснюватися у формі різноманітних тренінгів на знайомство, у процесі ігор, спеціальних тренувань адаптаційних систем людини (через свідоме змінення програм і стереотипів поведінки), спільні походи, позанавчальні інтегровані заходи тощо. Визначальним у їх підборі є принцип особистісно-розвивального навчання, заснованого на гуманістичних ідеях, демократичному підході до студентів, концентрації їхнього суб'єктивного і феноменологічного досвіду. Вирішальна роль в організації подібної суб'єкт-суб'єктної взаємодії відводиться викладачу, який діє як помічник в усуненні емоційних блоків і перешкод до зростання та сприяє більшій зрілості й засвоєнню нового досвіду, веде, таким чином, до процесу повноцінного

функціонування. Процес зростання особистості до повноцінного функціонування має наступні характеристики:

- зростання відкритості власного досвіду і досвіду інших;
- зростання прагнення жити сьогоднішнім, з орієнтацією на майбутню перспективу;
- зростання довіри до себе та інших;
- прагнення до активної пізнавальної та творчої діяльності;
- зростання міжособистісних комунікацій.

Іншими словами, процес адаптації в контексті психолого-педагогічної підтримки – це певна спільна зміна суб'єкта і ситуації через заломлення їх у будь-якої діяльності, поступове накопичення цих змін з метою досягнення оптимального співвідношення між ними.

Оскільки провідною умовою ефективності процесу адаптації, як визначено нами раніше, є цілеспрямоване педагогічне управління цим процесом, то воно також припускає свідоме і послідовне забезпечення переходу від однієї стадії розвитку особистих відносин і цінностей до іншої, більш досконалої. Тому педагогічно доцільно визначити критерії і показники, за допомогою яких можна було б говорити про ефективність процесу особистісної адаптації в умовах психолого-педагогічної підтримки студентів у вищих навчальних закладах. Деякі автори виділяють три основні групи критеріїв адаптованості особистості:

- а) стосовні до суб'єкта (самооцінка, задоволеність);
- б) стосовні до суб'єкта й опосередковані діяльністю (продуктивність, працездатність, поведінка в колективі);
- в) не належать суб'єкту, опосередковано відображають результати дії (професійний ріст, зміна соціального статусу) [6].

Грамотна й цілеспрямована організація психолого-педагогічної підтримки студентів в період їхньої адаптації повинна сприяти якісним змінам у структурі їхньої особистості й моделі поведінки в новій ситуації. Розглянемо динаміку цих змін більш докладно.

На першому курсі найбільш важливими якісними новоутвореннями студентів у результаті систематичної психолого-педагогічної підтримки є:

- набуття відчуття тотожності й цілісності (ідентичності) з контингентом студентів групи, спеціальності, навчального закладу в цілому;
- усвідомлення нової якості своєї соціальної ролі;
- збереження почуття власної гідності;
- прагнення закріпитися і розвиватися в цій новій для себе ролі;
- прагнення домогтися перших успіхів, що підтверджують нову, більш високу позицію;
- інтерес і старанність у виконанні навчальної та іншої роботи в стінах ВНЗ;
- розвиток готовності до життєвого самовизначення, що передбачає досить високий рівень розвитку ціннісних уявлень, вольової сфери, самостійності та відповідальності;

- різноманіття навчальних і позанавчальних інтересів.

На старших курсах основними показниками ефективності підтримки є:

- оволодіння нормами й функціями майбутньої професійної діяльності;

- прийняття особистістю цілей, цінностей і еталонів дій і поведінки, що характеризують ту або іншу професійну групу в цілому.

Узагальненим позитивним результатом адаптації студента, підсумком успішно організованого процесу психолого-педагогічної підтримки в цілому постає адаптованість особистості. Вона містить сукупність індивідуально-психологічних особливостей, які забезпечують в нових умовах найбільшу успішність діяльності, значущою для конкретного індивіда, в єдності з позитивним самоставленням і ставленням до цієї значущою діяльності, емоційно-моральної задоволеністю професійним навчанням в цілому. Іншими словами, успішна адаптація виражається в активному творчому пристосуванні студентів до умов вищої школи, у процесі якого у них формуються навички та вміння в організації розумової діяльності, позитивне ставлення до обраної професії, раціональний колективний і особистий режим праці, дозвілля і побуту, система професійної самоосвіти й самовиховання професійно-значущих якостей особистості.

Таким чином, процес встановлення, за допомогою психолого-педагогічної підтримки, оптимальної відповідності особистості студента до вимог ВНЗ в ході здійснення навчальної діяльності дозволяє задовольнити й реалізувати пов'язані з нею значущі цілі, водночас забезпечуючи відповідність психічної діяльності вимогам навчання. А сама адаптація представляється в цьому випадку як зміна, бережна перебудова психіки індивіда під впливом змодельованих чинників середовища, як процес ламання старого та встановлення нового динамічного стереотипу.

Список використаної літератури

- 1. Ананьев Б. Г.** Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л. : Наука, 1972. – 260 с.
- 2. Гапонов С. А.** Особенности адаптации студентов вузов в процессе обучения // Психологический журнал / С. А. Гапонов – Т. 15. – 1994. – № 3. – С. 131 – 135.
- 3. Гартманн Г.** Эго-психология и проблемы адаптации / Г. Гартманн. – М. : Народное образование, 2009. – 134 с.
- 4. Колызаева Н. Г.** Формирование адаптивных характеристик личности у студентов на начальном периоде обучения : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. псих. наук / Н. Г. Колызаева. – Л., 1989 – 15 с.
- 5. Леонова А. Б.** Психопрофилактика неблагоприятных состояний / А. Б. Леонова, А. С. Кузнецова. – М. : МГУ, 1999. – 200 с.
- 6. Лобейко Ю. А.** Психолого-педагогическая поддержка первокурсников в вузе : учеб. пособие / Ю. А. Лобейко, Е. В. Таранова, С. В. Русинова. – Ставрополь : АГРУС, 2007. – 236 с.
- 7. Лобейко Ю. А.** Практическая психология развивающего профессионального образования / Ю. А. Лобейко, Н. М.

Швалева, О. В. Гринько. – М. : Народное образование, 2004. – 136 с.
8. Смирнов И. П. Технология педагогического общения в профессиональной школе / И. П. Смирнов, А. Х. Хварцкия. – К. : Наук. світ, 2000. – 285 с.

Малькова М. О. Психолого-педагогічна підтримка студентів першокурсників у період адаптації у вищому навчальному закладі

Статтю присвячено аналізу проблеми адаптації студентів першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. Автором визначено основні концепції підтримки людини в адаптаційний період. Розглянуто психолого-педагогічну підтримку студентів першокурсників, проаналізовано критерії адаптованості студентів, виділено найбільш важливі якісні новоутворення особистості в результаті систематичної психолого-педагогічної підтримки.

Ключеві слова: адаптація, студентство, особистість, суб'єктність, психолого-педагогічна підтримка.

Малькова М. А. Психолого-педагогическая поддержка студентов первокурсников в период адаптации в высшем учебном заведении

Статья посвящена анализу проблемы адаптации студентов первокурсников к условиям обучения в высшем учебном заведении. Автором определены основные концепции поддержки человека в адаптационный период. Рассматривается психолого-педагогическая поддержка студентов первокурсников, анализируются критерии адаптированности студентов, выделяются наиболее важные качественные новообразования личности в результате систематической психолого-педагогической поддержки.

Ключевые слова: адаптация, студенчество, личность, субъектность, психолого-педагогическая поддержка.

Malkova M. O. Psychological-pedagogical Support for Students of First-year Students in the Period of Adaptation in Higher Education

The article is devoted to analysis of the problem of adaptation of students of first-year students to the conditions of training in a higher educational institution. The author defined the basic concept of the support person in the adaptation period. Is considered psychological-pedagogical support for students of first-year students, analyses criteria suitability students, are the most important qualitative neoplasms of personality as a result of systematic psychological and pedagogical support.

Key words: adaptation, students, identity, subjectivity, psychological-pedagogical support.

Стаття надійшла до редакції 15.09.2012 р.
Прийнято до друку 26.10.2012 р.