

ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТА

Горкун Ольга Павловна

студент, кафедра «Информационные системы и технологии», БИТИ НИЯУ МИФИ, РФ, г. Балаково

Зуева Ирина Аркадьевна

научный руководитель, заведующий кафедрой, старший преподаватель, кафедра «Физвоспитание», БИТИ НИЯУ МИФИ, РФ, г. Балаково

Аннотация. В данной статье идет речь об адаптации обучающихся к процессам обучения, рассматриваются решения проблем, связанных с ней.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, готовность к процессу адаптации, реадаптация, дезадаптация, окружающая среда, тревожность, напряжение.

Современный темп жизни, влекущий за собой необходимость усвоения большого объема различной информации и стремительное совершенствование производственных процессов, стал причиной формирования новых требований к человеку и теперь общество нуждается в людях, которые будут способны не просто сосуществовать с окружающей средой, но и реализовывать себя в ней. Именно поэтому проблема адаптации человека к изменениям окружающей среды является актуальной.

Известно, что в условиях изменяющейся окружающей среды только незначительной части современной молодежи удастся избежать сложностей в самореализации. Проблема социальной адаптации актуальна при подготовке будущих специалистов, так как с ней напрямую связан уровень их дальнейшей профессиональной деятельности. В то же время не менее значимой и интересной является проблема психологической адаптации студентов, как личностей.

В первое время после поступления в вуз студент, как правило, сталкивается с множеством стрессовых ситуаций на почве социальных перемен, что чаще всего приводит к внутреннему напряжению и высокой тревожности. Под влиянием вышеперечисленного у студента может сформироваться неправильное, искаженное понятие его социальной роли, в зависимости от конкретных личностных характеристик студент может подменить настоящее ощущение взрослости рядом поведенческих действий, таких как вольная манера посещения занятия, изменение манеры общения, курение. Существует множество трудов по исследованию социально-психологической адаптации личности в различных коллективах, как российских, так и зарубежных авторов: Фрейд З., Е.В. Таранов, Олпорт Г., Роттер Д., А.И. Ходаков, М.Н. Будякина, А.А. Русалинова, Адлер А., Эриксон Э., А.М. Растова, Роджерс К., Н.А. Свиридов и другие.

П.А. Просецкий характеризует адаптацию как активное творческое приспособление студентов нового приема к условиям высшей школы, в процессе которого у них формируются навыки и умения организации умственной деятельности, призвание к избранной профессии, рациональный коллективный и личный режим труда, досуга и быта, система работы по профессиональному самообразованию и самовоспитанию профессионально значимых качеств личности [2, с.125].

Решающим фактором для начала процесса адаптации человека как динамического явления служит несоответствие между имеющимся опытом личности и новыми требованиями, выдвигаемыми окружающей средой, ее измененными условиями. Динамику самого процесса, показателями которой, как правило, выступают качественные изменения в манере поведения в незнакомой ситуации, определяет изменение процесса взаимодействия человека и окружающей среды, а также разрешение возникших противоречий посредством значительного преобразования поведения личности.

Большое значение имеет адаптация в поддержании необходимых соотношений человека и его окружающей среды. В ходе установления адекватного соответствия требований учебного заведения и личности обучающегося достигаются важные цели, обеспечивающие также соответствие уровня и специфики психической деятельности требованиям процесса обучения.

Психологическую адаптацию принято определять, как изменение психики личности под влиянием определенных условий окружающей среды, процесс так называемой «ломки» старого динамического стереотипа, а также установления нового. Сам динамический стереотип осуществляется в форме гармоничного взаимодействия больших полушарий головного мозга и представляет собой систему временных нервных связей, которые обуславливают некоторую последовательность и интенсивность ответных реакций психики и организма на какое-либо изменение внутренних или внешних воздействий.

Также адаптация занимает особенное место в становлении студента как личности, что обуславливается несколькими аспектами. В первую очередь, необходимо дать студенту верное направление в системе моделей поведения, так как такое направление на долгое время формирует личность студента, а также ориентацию его будущего развития. Во-вторых, формирование социально-психологического единства студенческого коллектива происходит именно в ходе процесса адаптации.

Принято полагать, что процесс адаптации идет все годы обучения. Только к третьему курсу вырабатываются важные для обучающегося навыки ответственности, собранности и самоконтроля. Множество проведенных исследований показывают, что больше всех прочих подвержены проблемам адаптации студенты первого курса, поэтому именно во время первого семестра учащиеся нуждаются в поддержке.

Для первокурсника адаптивный процесс является продолжительным и непростым, к тому же колебательным, так как даже в течение одного дня несколько самых различных сфер сменяют друг друга: учебная деятельность, общение, самосознание.

Психолого-возрастные особенности адаптации учащегося обуславливаются степенью эмоциональной зрелости, внушаемости. К примеру, студенты из сельской и городской местности являются людьми с разным социальным уровнем, поэтому и период адаптации для этих двух групп будет отличаться.

Множество авторов научных работ выделяет несколько этапов процесса адаптации по их психологическому содержанию:

1. Преадаптация. Формируется психологическая установка на адаптацию.
2. Дезадаптация. Человек отвыкает от прежних обстоятельств и факторов среды.
3. Реадаптация. Человек переходит от привычных условий окружающей среды к другим, новым.
4. Десадаптация. Наступление неадаптированности человека, он оказывается в положении, когда неспособен подстроиться к изменившимся условиям окружающей среды.

Средой адаптации для студентов является образовательная система учебного учреждения, характеризующаяся функциональными, а также структурными составляющими.

Если рассматривать адаптивную ситуацию более детально, то можно выделить несколько

видов новых условий и протекающей в них деятельности:

- цели личности;
- деятельность, входящая в учебно-воспитательный процесс учебного заведения;
- окружающее общество;
- новая социальная среда для приезжих студентов, в частности для учащихся, переехавших из сельской местности в город, к которому необходимо адаптироваться.

Посредством бесед с студентами и преподавателями, а также социальных опросов и наблюдений был сформирован перечень основных проблем адаптации студентов первого курса к обучению в вузе:

- отсутствие готовности к полностью самостоятельному обучению;
- отсутствие у некоторых студентов желания учиться, трудолюбия;
- неправильное распределение времени и сил;
- неприспособленность к высоким требованиям преподавателей;
- отсутствие опыта работы с сравнительно большим объемом новой информации.

Адаптивная потребность бывает осознанной и неосознанной. Если потребность является неосознанной, студент ищет новые способы деятельности и поведения стихийно, методом проб и ошибок, поэтому адаптация проходит с существенными затруднениями, что замедляет этот процесс. Для учащегося удовлетворяться она может на двух уровнях:

- вузовский уровень – уровень, на котором происходит создание требуемых внешних условий реализации этой потребности;
- личностный уровень – уровень, на котором адаптивная потребность занимает позицию движущей силы самовоспитания и саморазвития обучающегося.

Если адаптации не происходит, студент вынужден преодолевать лишние трудности в изучении предмета.

Принято считать, что главное условие для эффективного процесса адаптации – целенаправленный педагогический контроль этого процесса. Управление адаптивным процессом в первые годы обучения в высшем учебном заведении является обязательным условием для обеспечения последовательного перехода от одной стадии процесса к другой.

Для большей успешности адаптации первокурсников необходимо:

1. Принятие во внимание трудностей адаптации студентов младших курсов при построении учебной программы;
2. Использование разнообразных методов обучения, направленных именно на обучение студентов выявлению всех сторон изучаемых проблем, а не только зазубриванию дисциплин;
3. Проведение курса «Введение в специальность», то есть получение первокурсниками четкого представления о избранной ими профессии, о процессе обучения со всеми подробностями;
4. Проведение у первокурсников адаптационных тренингов.

Список литературы:

1. Андреева Д.А. О понятии адаптации. Исследование адаптации студентов к условиям учебы в вузе. – В сб.: Человек и общество. – вып. XIII. – М.: Наука, 1973.
2. Просецкий П.А. Психологические особенности адаптации студентов нового приёма к условиям обучения в вузе // Комплексная проблема профориентации, адаптации и повышения квалификации. – Минск.: Слово, 1976. – С. 124-128.
3. <http://new.elib.altstu.ru/disser/conferenc/2010/02/pdf/275repyeva.pdf>.
4. <http://fan5.ru/fan5-docx/doc-168211.php>.