

ПЕДАГОГИКА

УДК 378.1

DOI: 10.34130/2233-1277-2021-2-157

А. Р. Воложанинова, С. Н. Терентьева

Сыктывкарский государственный университет
имени Питирима Сорокина, г. Сыктывкар, Российская Федерация

Особенности адаптации студентов на начальном этапе обучения в вузе (на примере ФГБОУ ВО «Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина»)

Актуальность исследуемой проблемы обусловлена необходимостью рассмотрения условий адаптации первокурсников к образовательному процессу в вузе. Важнейшим социальным требованием к высшим учебным заведениям является ориентация образования не только на усвоение обучающимися определенной суммы профессиональных знаний и умений, но и на развитие его личности, познавательных способностей, успешной социализации в обществе и активной адаптации в будущей профессиональной деятельности. Для современной системы высшего образования на первый план выходит проблема учебной адаптации первокурсников, одной из разновидностей социальной адаптации. От успешной адаптации обучающихся на первом курсе во многом зависит дальнейшая профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста. Многочисленными исследованиями установлено, что эффективность обучения в вузе во многом зависит от возможностей студента освоить новую среду, в которую он попадает, поступив в вуз. Начало занятий и устройство быта означают включение студента в сложную систему адаптации: новая форма организации учебной деятельности, недостаточная сформированность познавательно-профессиональной самостоятельности, новые социально-

бытовые условия. В статье раскрыты трудности и проблемы, связанные с адаптацией студентов на младших курсах на примере ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина». На основании результатов анкетирования и интервьюирования первокурсников и кураторов академических групп описаны три группы особенностей адаптации студентов-первокурсников в вузе и условия, способствующие их успешной адаптации.

Ключевые слова: адаптация студентов-первокурсников, профессиональная адаптация, дезадаптация, адаптивность, профессионально-личностное развитие, профессионально-познавательная самостоятельность.

A. R. Volozhaninova, S. N. Terentyeva

Pitirim Sorokin Syktyvkar State University, Syktyvkar, the Russian Federation

Specific Features of Adaptation of the First-year University Students (Case Study of Pitirim Sorokin Syktyvkar State University)

The relevance of the issue is conditioned by the need for studying the first-year students' adaptation for university academic process. An important social requirement for universities is not only the focus on getting the necessary knowledge and skills but also personality and professional development as well as successful social adaptation. The modern higher education system prioritizes the freshmen's academic adaptation as a type of social adaptation. Effective adaptation of freshmen conditions the further professional activity as well as personal development of a future specialist. Multiple investigations have established that effectiveness of university studies depends a lot on the student's abilities to fit in the academic environment he has entered. Beginning of an academic year and conditions of every-day life mean a student's involvement into a new adaptation system — a new way of academic activities organization, lack of research and professional independence and new social and living conditions. The article reveals difficulties and problems of freshmen's adaptation as exemplified by Pitirim Sorokin Syktyvkar State University. Based on questioning and interviewing freshmen and academic group tutors, three types of specific freshmen's adaptation and conditions of successful adaptation are described.

Keywords: freshmen's adaptation, professional adaptation, non-adaptation, adaptability, professional and personal development, professional and research independence.

Введение. Подготовка специалиста, соответствующего ожиданиям общества и государства, успешно освоившего ряд компетенций, — ведущее направление работы вуза и всего профессорско-

преподавательского коллектива. Известно, что первый год обучения в вузе является для студента адаптационным и наиболее сложным: происходит приспособление к неизвестному ранее формату обучения, к новой социальной ситуации и новому самостоятельному укладу жизни в целом. Такие изменения, несомненно, приводят к психологическому дискомфорту, что в свою очередь сказывается и на академической успеваемости.

Проблемы адаптации первокурсников в своих работах рассматривали Г. М. Андреева, В. В. Бахтина, В. Н. Клипинина, О. С. Куницкая, Е. Р. Исаева, В. Г. Овчинникова, Т. Ю. Ковтуни и другие.

Цель исследования: определить особенности адаптации студентов-первокурсников ФГБОУ ВО «Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина» по направлениям подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» и выявить условия их успешной адаптации.

Методы исследования. В работе использованы теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, обобщение и систематизация материалов исследований о сущности адаптационных процессов в вузе, абстрагирование и прогнозирование), эмпирические (анкетирование, интервьюирование) и статистические методы исследования.

Результаты исследования и их обсуждение. Интегрированное из биологии в педагогику и психологию понятие «адаптация» имеет множество интерпретаций, но все они несут мысль о том, что это процесс и результат взаимодействия человека с окружающей средой, который способствует оптимальному приспособлению к жизнедеятельности и благодаря которому достигается нормальность психической деятельности человека в тех или иных условиях, что в дальнейшем способствует психологическому, личностному и социальному развитию [1; 2; 3].

Обобщая основные теоретические положения, изложенные в трудах отечественных исследователей по вопросам адаптации, В. В. Константинов установил:

— адаптация — это целостный, системный процесс, характеризующий взаимодействие человека с природной и социальной сре-

дой. Выделение разных видов и уровней адаптации в известной мере искусственно и служит целям научного анализа и описания этого явления;

— особенности процесса адаптации определяются психологическими свойствами человека, уровнем его личностного развития, характеризующегося совершенством механизмов личностной регуляции поведения и деятельности;

— критериями адаптированности можно считать не только выживаемость человека и нахождение места в социальной структуре, но и общий уровень психологического здоровья, способность развиваться в соответствии со своим жизненным потенциалом, субъективное чувство самоуважения и осмысленность жизни [4].

Проблема адаптации актуальна для всех уровней образования, в том числе и для высшей школы. Потребность в адаптации возникает, когда человек начинает взаимодействовать с какой-нибудь системой в условиях рассогласованности с ней. Адаптивность — это выносливость, высокая работоспособность, устойчивость к различным факторам внешней среды; зависит от уровня здоровья, поэтому ее можно назвать своего рода мерой резервных возможностей организма [5]. Эмоциональное состояние студентов-первокурсников — показатель адаптированности к новой, ранее неизвестной форме обучения в вузе и новому, самостоятельному образу жизнедеятельности в целом. Положительные эмоции, психологический комфорт, удовлетворительное самочувствие — всё это свидетельствует о факторах адаптированности личности, и, наоборот, повышенный уровень тревожности, невозможность сосредоточиться и устанавливать социальные контакты — о факторах дезадаптации, о полярном адаптации процессе.

Г. М. Андреева к основному фактору дезадаптации относит недостаток информации, который приводит к стрессовому состоянию [6].

Поскольку обучение в вузе готовит человека к профессиональному виду деятельности, дает определенный набор знаний и обеспечивает усвоение ряда компетенций, то необходимо также остановиться на важнейших положениях профессиональной адаптации, к ним относятся [7, с. 196—197]:

1. Адаптация является постоянным процессом, который предполагает изменение, подстроение личностных особенностей специалиста под условия внешней среды, при этом должна обеспечиваться успешность его профессиональной и личностной самореализации.

2. Профессиональная адаптация является совокупностью психологических механизмов: успешность труда, удовлетворенность результатами деятельности при оптимальных затратах психофизиологических ресурсов личности — обязательное условие для адаптации.

3. Профессиональная адаптация обладает уровневой характеристикой: состоит из определенных отдельных периодов — наибольшего или наименьшего благополучия, кризисных периодов, подъема и спада успешной трудовой (учебной) деятельности.

Отметим тот факт, что от успешности адаптационных процессов в вузе напрямую зависит и академическая успеваемость студентов-первокурсников, что послужит основой и для дальнейшего успешного усвоения компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, и для успешной профессиональной деятельности в совокупности с отдельными психологическими качествами личности.

По данным статистики, ежегодно по собственной инициативе с первого курса отчисляются 1—2 студента, со второго курса за академическую неуспеваемость отчисляют 5—7 студентов. Это происходит в связи с возникающими на первом курсе трудностями, выделенными Е. Р. Исаевой, к ним относятся:

— поверхностный подход к анализу информации и к принятию решений;

— сложность в усвоении информации в больших объемах;

— повышенная отвлекаемость;

— неразвитость коммуникативных навыков;

— необходимость в организующей и направляющей помощи преподавателя;

— несамостоятельность;

— отсутствие навыков самоорганизации [8].

Кроме того, студенты-первокурсники встречаются с рядом проблем, описанных нами ранее в статье «К вопросу о познавательной профессиональной самостоятельности будущих учителей в процессе обучения в вузе» [9, с. 8—9], к ним относятся:

1) тяжелая, напряженная адаптация первокурсников к обучению в вузе на психологическом (личностное переживание) и социальном уровне (построение связей «преподаватель — обучающийся» и «обучающийся — обучающиеся»);

2) неточное представление о получаемой педагогической профессии (потеря времени на обучение по «неподходящему» направлению подготовки, несоответствие ожиданий действительности);

3) отсутствие любви и энтузиазма к получаемому педагогическому образованию, наличие только корыстных мотивов (программы «Земский учитель», «Молодой специалист» и другие привилегии работников образования).

Следовательно, во избежание перечисленных трудностей и проблем, с которыми сталкиваются студенты-первокурсники, важно в процессе обучения развивать такое качество личности, которое бы способствовало ответственному, осознанному, ценностно ориентированному и творческому отношению к процессу получения образования и обеспечивало сознательную самоорганизацию образовательной деятельности, активную научную деятельность и дальнейшее профессиональное саморазвитие. Такое качество, как «познавательная-профессиональная самостоятельность студента» [9], под которым мы будем понимать интегральное качество личности, развивающееся в процессе обучения в вузе посредством реализации определенных педагогических условий, подходов и технологий. Мы выделяем четыре уровня развития познавательной-профессиональной самостоятельности, которые определяются психоло-педагогической характеристикой студентов, базирующихся на структурных компонентах познавательной-профессиональной самостоятельности: нулевой, базовый, средний и высокий (таблица).

Таблица

Уровни развития познавательной-профессиональной самостоятельности студента

<i>Уровень ППС студента-первокурсника</i>	<i>Критерии развития ППС студента-первокурсника</i>	<i>Показатели развития познавательной-профессиональной самостоятельности студента-первокурсника</i>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Нулевой (как правило, такие студенты отчисляются по причине	мотивационный компонент	отсутствует интерес к процессу получения педагогической профессии, также отсутствует желание и потребность в участии в научной деятельности, в реализации проектов молодежной политики

Продолжение табл.

1	2	3
академической неуспеваемости)	операционно-действенный компонент	безразличное отношение к организации учебной деятельности, повышенная отвлекаемость
	коммуникативно-содержательный компонент	знания по изучаемым дисциплинам являются поверхностными и неосознанными, безразличное отношение к дополнительным источникам информации
	регулирующе-контрольный компонент	отсутствие способности рационально использовать время и возможности
Базовый	мотивационный компонент	деятельность студентов слабо мотивирована, целью обучения является получение диплома
	операционно-действенный компонент	наличие опорных знаний по изучаемым предметам, владение основными понятиями, правилами, законами, принципами, технологиями и пр., а также мыслительными операциями (анализ, синтез, аналогия, сравнение, обобщение, конкретизация)
	коммуникативно-содержательный компонент	познавательные интерес и активность проявляются в зависимости от внешних факторов; учебная деятельность студента направлена только на выполнение требований (заданий) преподавателя
	регулирующе-контрольный компонент	сформирован недостаточно: анализ и самооценка собственной учебной деятельности зависят от внешних и внутренних условий
Средний	мотивационный компонент	наличие устойчивого интереса к процессу обучения; внешняя мотивационная сторона преобладает над внутренней; целью обучения является получение знаний

Окончание табл.

1	2	3
Средний	операционно-действенный компонент	отмечается способность самостоятельно получать субъективно новую информацию путем логических суждений и изучения дополнительных источников информации — это вызвано интересом на стадии любознательности
	коммуникативно-содержательный компонент	активность в учебной и научной деятельности, трудоспособность зависят от ситуации
	регулирующе-контрольный компонент	прослеживаются процессы целеполагания, планирования и самооценки учебной и научной деятельности
Высокий	мотивационный компонент	наличие положительного отношения к процессу обучения, при этом целью обучения является получение новых знаний и усвоение набора компетенций, предусмотренных ФГОС
	операционно-действенный компонент	проявляется конструктивный подход к творчеству, в создании новых методов познавательно-профессиональной самостоятельности на основе уже усвоенных
	коммуникативно-содержательный компонент	содержательная активность и инициативность в процессе учебной и научной деятельности, самостоятельное изучение дополнительных источников профессиональной информации
	регулирующе-контрольный компонент	самостоятельность в планировании собственной учебной деятельности; грамотное использование времени, правильное расставление приоритетов; способность к саморазвитию и саморегуляции, рефлексии собственной познавательной деятельности

В статье более подробно рассмотрим мотивационный компонент развития познавательно-профессиональной самостоятель-

ности, который влияет на особенности адаптации студентов-первокурсников.

В диагностике приняли участие 210 первокурсников ФГБОУ ВО «Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина» по направлениям подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» и 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» по следующим методикам [10]:

1) методика для диагностики учебной мотивации студентов (А. А. Реан и В. А. Якунин, модификация Н. Ц. Бадмаевой), позволяющая распределить мотивы учебной деятельности по значимости для студента. Анализ результатов позволил определить, что в начале обучения в вузе у первокурсников преобладают профессиональные мотивы — средний показатель 4,16 баллов, и коммуникативные мотивы — 4,1 балла. Наименьший средний показатель по шкале мотивов избегания — это 2,42 балла. Мотивы престижа составили 3,48 балла, творческой самореализации — 3,7 балла, социальные — 3,64 балла и учебно-познавательные — 3,68 балла, которые находятся в центре шкалы мотивов учебной деятельности студентов;

2) мотивация профессиональной деятельности (методика К. Замфир в модификации А. Реана). В основу методики положена концепция о внутренней и внешней мотивации. В результате обработки показателей выраженности каждого типа мотивации было выявлено следующее: средний показатель внутренней мотивации (ВМ) к профессиональной деятельности равен 4,7 балла, внешней положительной мотивации (ВПМ) — 4,5 баллам, и средний показатель внешней отрицательной мотивации (ВОМ) составляет 3,5 балла. Таким образом, полученные результаты позволяют утверждать, что 100 % респондентов соответствуют оптимальным типам сочетаний мотивационных комплексов личности студентов: $ВМ > ВПМ > ВОМ$;

3) методика изучения мотивации обучения в вузе (Т. И. Ильина) позволила распределить мотивацию первокурсников по следующим шкалам: приобретение знаний, овладение профессией, получение диплома. Обработка и интерпретация результатов позволила установить, что преобладают мотивы по шкалам «Приобретение знаний» (8,34 балла) и «Овладение профессией» (5,4 балла). Это свидетельствует об адекватном выборе студентом профессии и

удовлетворенности ее выбора. Средний показатель по шкале «Получение диплома» равен 4,45 балла;

4) методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи» (А. А. Реан) показала, что ни у одного первокурсника не диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи). Установлено, что у 50 % испытуемых выражена мотивация на успех (надежда на успех) — средний показатель 16 баллов, и у 50 % опрошенных мотивационный полюс не выражен — средний показатель составляет 11 баллов.

Таким образом, можно отметить, что результаты диагностики показывают достаточно хорошие предпосылки к профессиональной адаптации (мотивация выбора профессии, направленность на ее освоение) в процессе обучения на начальном этапе в вузе. Кроме того, анкетирование студентов позволило определить, что 100 % первокурсников согласны со следующими утверждениями: «Профессия учителя самая главная на свете», «Педагог — не столько профессия, это образ жизни, мыслей и чувств». Но при этом 90 % первокурсников имеют неточное представление о профессии учителя: опираются лишь на собственные школьные воспоминания, в центре их представлений образ школьных учителей.

Параллельно проведению тестирования по вышепредставленным методикам проводились анкетирование студентов-первокурсников и интервьюирование кураторов студенческих групп первых курсов, целью которых было выявление представлений о получаемой профессии студентами и выделение трудностей, связанных с адаптацией, которые сказываются на процессе обучения.

Полученные результаты позволили выделить следующие группы особенностей адаптации студентов-первокурсников в вузе:

1) особенности, связанные с новой формой организации учебной деятельности: неизвестный ранее режим обучения, новая форма изложения учебного материала, новая социальная ситуация;

2) особенности, связанные с недостаточной сформированностью познавательно-профессиональной самостоятельности: отсутствие представлений о возможных путях личностно-профессионального развития в процессе обучения в вузе;

3) особенности, обусловленные новыми социально-бытовыми условиями: недостаточная сформированность коммуникативного компонента, погружение в самостоятельную жизнь, «общезит-

ный» характер условий проживания в новом городе, разделение студенческой группы на «городской» и «неместный» контингент.

Исходя из вышеизложенного и принимая во внимание тот факт, что именно от успешности адаптации на начальном этапе обучения в вузе во многом зависит дальнейшее обучение, формирование «здоровых» отношений в коллективе и, как следствие, профессионально-личностное развитие, необходимо создать условия, которые способствовали бы успешной адаптации, а именно:

— согласованное взаимодействие преподавателей и кураторов учебных групп первого курса в организации учебного процесса (знакомить преподавателей с потенциальными возможностями студентов и их психофизиологическими особенностями и т. п.);

— организация воспитательной работы, направленной на возникновение познавательно-профессиональной самостоятельности (профессионально ориентированные мероприятия, привлечение студентов-первокурсников к проведению конкурсов для школьников, активизация студентов и представление им возможных путей профессионально-личностного развития);

— эффективное использование здоровьесберегающих образовательных технологий, в частности психолого-педагогических, в построении учебного процесса.

Заключение, выводы. Таким образом, можно отметить, что организация образовательного процесса в вузе с учетом вышеизложенных условий и особенностей адаптации студентов на начальном этапе обучения в вузе поможет избежать неточного представления о получаемой педагогической профессии у первокурсников, будет способствовать возникновению потребности в постоянном поиске новой информации и повышению интереса к процессу обучения в вузе, создаст базу для последующего профессионального совершенствования.

Библиографический список

1. Битянова М. Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. М.: Образ. центр «Педагогический поиск», 1998. 112 с.
2. Кряжева И. К. Социально-психологические факторы адаптированности : дис. ... канд. психол. наук. М., 1980. 200 с.

3. Налчаджан А. А. Социально-психологическая адаптация личности (формы и стратегии). Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988. 264 с.
4. Константинов В. В. К вопросу о понятии «адаптация» // Проблемы социальной психологии личности : сборник тезисов по проблемам психологии личности. Саратов: СГУ, 2005. С. 52—62.
5. Клищевская М. В., Солнцева Г. Н. Профессионально важные качества как необходимые и достаточные условия прогнозирования успешности деятельности // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1999. № 4. С. 61—66.
6. Андреева Г. М. Социальная психология. М.: Аспект Пресс, 2001. 384 с.
7. Овчинникова В. Г. Представления о профессиональной адаптации студентов на трудовом месте // Информационно-образовательные и воспитательные стратегии в современной психологии и педагогике : сборник статей Международной научно-практической конференции. Уфа: АЭТЕР-НА, 2018. 319 с.
8. Исаева Е. Р. Новое поколение студентов: психологические особенности, учебная мотивация и трудности в процессе обучения первого курса // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2012. № 4 (15). URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения 28.09.2020)
9. Воложанинова А. Р. К вопросу о познавательной-профессиональной самостоятельности будущих учителей в процессе обучения в вузе // Развитие науки и образования: новые подходы и актуальные исследования : сборник научных трудов по материалам VII Международной научно-практической конференции (г.-к. Анапа, 23 июля 2020 г.). Анапа: Изд-во «НИЦ ЭСП», 2020. 85 с.
10. Георге И. В. Формирование профессиональных компетенций студентов образовательных организаций высшего образования на основе организации самостоятельной работы : монография. Тюмень: ТИУ, 2016. 143 с.

References

1. Bityanova M. R. *Adaptaciya rebenka k shkole: diagnostika, korrekciya, pedagogicheskaya podderzhka* [Adaptation of the child to school: diagnostics, correction, pedagogical support]. Moscow: Obraz. centr «Pedagogicheskij poisk», 1998. 112 p.
2. Kryazheva I. K. Social'no-psihologicheskie faktory adaptirovannosti: Dis. ... kand. psihol. nauk [Socio-psychological factors of adaptation: dis. ... Cand. psychol. sciences]. Moscow, 1980. 200 p.
3. Nalchadzhian A. A. *Social'no-psihologicheskaya adaptaciya lichnosti (formy i strategii)* [Socio-psychological adaptation of the personality (forms and strategies)]. Erevan: Izd-vo AN ArmSSR, 1988. 264 p.

4. Konstantinov V. V. *On the question of the concept of «adaptation». Problemy social'noj psihologii lichnosti. Sbornik tezisev po problemam psihologii lichnosti* [Problems of social psychology of personality: a collection of theses on the problems of personality psychology.]. Saratov, SGU, 2005, pp. 52—62.

5. Klishchevskaya M. V., Solnceva G. N. Professionally important qualities as necessary and sufficient conditions for predicting the success of an activity. *Vestnik Mosk. Un-ta. Ser. 14, Psihologiya* [The Moscow University Herald. Series 14. Psychology], 1999, no. 4, pp. 61—66.

6. Andreeva G. M. *Social'naya psihologiya* [Social Psychology]. Moscow: Aspekt Press, 2001. 384 p.

7. Ovchinnikova V. G. Ideas about the professional adaptation of students in the workplace. *Informacionno-obrazovatel'nye i vospitatel'nye strategii v sovremennoj psihologii i pedagogike: sbornik statej Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Information-educational and educational strategies in modern psychology and pedagogy: a collection of articles of the International Scientific and Practical Conference Predstavleniya o professional'noj adaptacii studentov na trudovom meste]. Ufa: AETERNA, 2018. 319 p.

8. Isaeva E. R. A new generation of students: psychological characteristics, educational motivation and difficulties in the process of teaching the first year. *Medicinskaya psihologiya v Rossii: elektron. nauch. zhurn* [Medical psychology in Russia: electronic scientific journal], 2012, no. 4 (15). Available at: <http://medpsy.ru> (accessed 28.09.2020)

9. Volozhaninova, A.R. On the question of the cognitive and professional independence of future teachers in the process of studying at the university. *Razvitie nauki i obrazovaniya: novye podhody i aktual'nye issledovaniya. Sbornik nauchnyh trudov po materialam VII Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Development of science and education: new approaches and topical research: a collection of scientific papers based on the materials of the VII International scientific and practical conference (Anapa, July 23, 2020)]. Anapa: Publishing house «NITs ESP» in the Southern Federal District, 2020. 85 p.

10. George I. V. *Formirovanie professional'nyh kompetencij studentov obrazovatel'nyh organizacij vysshego obrazovaniya na osnove organizacii samostoyatel'noj raboty : monografiya* [Formation of professional competencies of students of educational institutions of higher education on the basis of the organization of independent work: monograph]. Tyumen': TIU, 2016. 143 p.