

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТИ

Дмитрієнко М., *mariakonnik13@gmail.com*
Дніпровський державний аграрно-економічний університет

В умовах реформування вищої освіти України та її інтеграції у європейський науковий і культурно-освітній простір важливими постають питання якісної професійної підготовки фахівців, конкурентоздатних на ринку праці.

Проблема адаптації особистості знайшла досить широке відображення в роботах науковців. Загальні уявлення про адаптацію, її закономірності та фізіологічні механізми досліджувались О.О. Реаном, Г.О. Баллом, А. А. Налчаджяном, М.О. Агаджаняном [6; 7]. Серед вітчизняних дослідників питань адаптації студентів і молодих спеціалістів та проблеми адаптації як форми соціальної активності особистості слід, насамперед, указати на праці В.А. Семиченко, С.В. Харченко, Т.В. Алексєєвої, І.І. Бойко, О.М. Галус, Л.Г. Зданевич, М.П. Шик, В.Д. Острової [1; 2; 4; 8; 9]. Загальні проблеми соціально-психологічної адаптації та формування і розвиток адаптивних характеристик особистості знайшли відображення в наукових працях Б. Г. Ананьєва, В. А. Петровського, А. В. Фурмана, Ф.Б. Березіна [3]. Роль механізмів психофізіологічної регуляції в забезпеченні адаптивних процесів вивчали Ф.З Меєрсон, Р.М. Баєвський, О.М. Кокун [5].

Адаптація студентів на початковому етапі навчання у ЗВО обумовлена тим, що саме в цей період закладаються основи професіоналізму, формується потреба та готовність до безперервної самоосвіти в умовах, що змінюються.

Студент, як людина певного віку і як особистість, може характеризуватися з трьох сторін:

1) з психологічної, яка являє собою єдність психічних процесів, станів та властивостей особистості. Головне в психологічній стороні – психічні властивості (спрямованість, темперамент, характер, здібності), від яких залежить перебіг психічних процесів, виникнення психічних станів, прояв психічних утворень;

2) з соціальної, в яких втілюються суспільні відношення, якості, що породжуються приналежністю студента до певної соціальної групи, національності тощо;

3) з біологічної, яка включає тип вищої нервової діяльності, побудову аналізаторів, безумовні рефлекси, інстинкти, фізичну силу, будову тіла, риси обличчя, колір шкіри, очей, зріст тощо.

Вивчення цих сторін розкриває якості та можливості студента, його вікові особливості та особистісні якості.

Відомо, що багато юнаків та дівчат потрапляючи в студентський колектив адаптуються в ньому недостатньо швидко. Причиною тому є чинники, характерні лише для навчання у ЗВО. По-перше, в даний період відбувається процес адаптації, пов'язаний з перебудовою режиму праці і відпочинку, новими формами спілкування, підвищеними вимогами до функціонального стану організму. По-друге, початковий період формування студентського колективу відрізняється значним розширенням обсягу нової інформації і необхідністю її засвоєння в обмежені терміни. По-третє, необхідність обов'язкового виконання всього обсягу учбових занять на фоні інтенсифікації навчальної діяльності зумовлює підвищену нервову-психічну напруженість студента.

James D.A. Parker, Laura J. Summerfeldt відмічають, що першокурсники стикаються з цілою низкою нових особистісних і міжособистісних проблем на етапі переходу зі старшої школи до університету. На їхню думку це пов'язано з тим, що студентам необхідно не тільки формувати нові відносини у академічній групі, а й модифікувати існуючі відносини з батьками (наприклад, поступово ставати більш незалежними та самостійними). За дослідженням James D.A. Parker важливими факторами, які впливають на успішність адаптації є високий рівень емоційного інтелекту та навички керування стресом [11].

У дослідженні Crystal L. Park успішна адаптація першокурсників розглядається у взаємозв'язку таких особистісних характеристик як здатність ефективно вирішувати проблеми та саморегуляція емоційних станів [11].

Ми розглядаємо феномен адаптації, як вже було зазначено, і як процес, і як результат. Виходячи з того, що процес адаптації має різні форми, проходить по-різному, то і результат (адаптивність) даного процесу теж може бути різним.

Urcraft, M. L., Gardner, J. N. запропонували критерії, які можуть впливати на успішність адаптації першокурсника: розвиток інтелектуальної та академічної компетентності; вміння встановлювати і підтримувати міжособистісні відносини; вміння здійснювати планування майбутньої кар'єри; підтримка здоров'я і гарного самопочуття; розвиток мультикультурної обізнаності; громадянська компетентність [10; 11].

Вивчивши різні сучасні підходи до досліджуваної проблематики, ми дійшли висновку, що в традиційному плані адаптація студентів першого курсу розглядається як сукупність трьох аспектів, що відображають основні напрямки діяльності студентів: адаптація до умов навчальної діяльності (приспособлення до нових форм викладання, контролю і засвоєння знань, до іншого режиму праці та відпочинку, самостійного способу життя тощо); адаптація до групи (включення в колектив однокурсників, засвоєння його правил, традицій); адаптація до майбутньої професії (засвоєння професійних знань, умінь і навичок, якостей).

Отже, на основі теоретичного аналізу наукових праць були визначені основні види адаптації: психофізіологічна, психологічна, соціально- психологічна. Вивчивши різні сучасні підходи до досліджуваної проблематики, ми пропонуємо

розглядати адаптацію студентів першого курсу як сукупність декількох компонентів, що відображають основні напрямки діяльності студентів: адаптація до умов навчальної діяльності (когнітивний); адаптація до групи (соціальний); адаптація до майбутньої професії (професійний, емоційно-рефлексивний). Також на успішність адаптації студентів до навчально-професійної діяльності та умов соціального середовища значно впливають такі індивідуальні характеристики як загальний стан здоров'я (функціональний стан регуляторних систем організму), рівень тривожності, розвиток комунікативних здібностей, рівень мотивації на момент вступу до вищого навчального закладу (мотиваційний).

Отже, адаптація першокурсників до умов закладу вищої освіти – це інтегральна форма суб'єктної активності студента-першокурсника, яка спрямована на пристосування до існування в новому соціумі ЗВО з його нормами і вимогами та відповідно потреб, мотивів, інтересів особистості студента. Необхідною умовою перебігу успішності адаптації є забезпечення стійкого рівня активності функціональних систем організму, стабільністю роботи механізмів управління, які забезпечують нормальну життєдіяльність студента в умовах навчання у ЗВО.

Список використаних джерел

1. Алексеева, Т.В. Психологічні фактори та прояви процесу адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / Т.В. Алексеева – Київ, 2004. – 26 с.
2. Галус, О.М. До проблем моніторингового дослідження особливостей дидактичної адаптації студентів вищих педагогічних навчальних закладів на освітньо-кваліфікаційному рівні „молодший спеціаліст” / О.М. Галус // Педагогічний дискурс – 2012. – випуск 12. – С. 83-91.
3. Глівінська О. Особливості адаптації студентів перших курсів до навчання у ВНЗ / О. Глівінська, Н.М. Мирончук // Професійна підготовка фахівців у системі неперервної освіти : збірник наукових праць. – 2015. – С. 209-215.
4. Зданевич Л. В. Адаптація студентів педагогічних училищ до нових умов життєдіяльності : автореф. дис. на здобуття наук. – Київ, 2003. – 24 с.
5. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей учнів та студентів: методичні рекомендації. / О.М. Кокун. – К. : Міленіум, 2004. – 54 с.
6. Налчаджян, А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. М. : Эксмо, 2010. -368 с.
7. Овсяннікова В. В. Особливості процесу адаптації студентів-першокурсників до навчання у вищому навчальному закладі / В.В. Овсяннікова // Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки. – 2014. – №. 2. – С. 179-189.

8. Реан, А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. — СПб. : Прайм-Еврознак, 2006. – 479 с.
9. Семиченко, В. А. Психология направленности : учеб.-метод. пособ. / В. А. Семиченко, А. М. Галус ; под общ. ред. В. А. Семиченко. – Хмельницкий : ХГПИ, 2003. – 521 с.
10. Харченко, С.В. Основні концептуальні підходи в сучасній психологічній науці що вивчення особливостей адаптації першокурсників у просторі вищої школи як один із стресових періодів їхнього життя / С.В. Харченко // Наука і освіта. Наук. практ. журн. Південного наукового центру АПН України – 2010. – № 3. – С. 149-153.
11. Chemers Martin M. Academic Self-Efficacy and First-Year College Student. Performance and Adjustment. / Martin M. Chemers, Li-tze Hu, Ben F. Garcia // Journal of Educational Psychology. - 2001 - Vol. 93 - No.1 – P. 55-64.