

УДК 378

Т. Л. Бородина, С. В. Скибинский*(Новосибирский государственный педагогический университет)***ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА
К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ В ВУЗЕ**

Статья посвящена актуальному в образовательной среде вопросу адаптации студентов первого курса к учебному процессу в вузе. Анализируются проблемы, выявленные анкетированием первокурсников, и предлагаются варианты их решения.

Ключевые слова: образовательная среда, адаптация, общество, психологический аспект.

The article deals with the problems of first-year students' adjusting to the educational process in institutions of higher education. The authors highlight the problems revealed with the help of first-year students' survey and suggest the ways to minimize them.

1. Общеизвестным является факт, что первокурсники в самом начале обучения в вузе испытывают страх перед встречами с новыми людьми в группе, неизвестностью и неопределенностью, которые ожидают их в аудитории, новыми требованиями, предъявляемыми в новой образовательной среде, самостоятельному принятию решения и т.д. Другими словами, первокурсники попадают в условия, которые значительно отличаются от тех, к которым они привыкли в школе. Естественным образом, первокурсники тратят много сил на то, чтобы справиться с этими трудностями, а для некоторых такая ситуация становится неразрешимой проблемой и вызывает психологический дискомфорт, который мешает студенту стать полноценным участником образовательного процесса в выбранном им высшем учебном заведении.

Психологический комфорт или дискомфорт свидетельствует о степени успешной адаптации студента к новой образовательной среде и его социализации. Целью данной статьи является на основе анкетирования первокурсников Факультета иностранных языков ФГБОУ ВО «НГПУ» выявить проблемные зоны их адаптации и предложить пути их решения.

2. Термин «адаптация» используется в разных научных областях. Часто

под адаптацией понимается приспособление организма к изменяющимся условиям существования [2]. Авторами «Большого психологического словаря» адаптация, в широком смысле, рассматривается как приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям, при этом адаптация человека подразумевает два аспекта – биологический и психологический [3]. Под первым понимается приспособление к внешним – природным – факторам, под вторым – приспособление личности к существованию в *обществе* в соответствии с его требованиями и собственными потребностями [там же]. По сути, адаптация есть способность человеческого организма приспосабливаться к изменяющимся условиям существования и нормально функционировать в новой обстановке и новом социуме.

Ключевым аспектом адаптации первокурсников к учебному процессу в вузе является психологический аспект. Сопряженным с процессом психологической адаптации является процесс социализации, под которым, в частности, понимается процесс вхождения каждого индивида в социальную структуру, в результате которого могут происходить изменения в самой структуре общества и в структуре каждой личности [1]. Согласно Б. Мещерякову и В. Зинченко, социализация есть со-

циальная адаптация личности, а именно процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды [3]. В данном исследовании адаптация первокурсников к учебному процессу в вузе рассматривается в совокупности социальных и психологических факторов: адаптация первокурсников – это вхождение студента в новые социальные условия, обусловленные сменой общественного окружения студента, а именно новым учебным процессом, включающим общение с новыми преподавателями и одногруппниками. Адаптация осуществляется путем усвоения норм, правил, принятия ценностей того образовательного сообщества (коллектива вуза), в которое попадает студент-первокурсник.

Свидетельством быстрой адаптации студентов к вузу является их готовность выполнять Устав образовательного учреждения. Анкетирование первокурсников показало, что 89% опрошенных принимают Устав ФГБОУ ВО «НГПУ» и готовы его выполнять. Такие высокие показатели говорят о том, что, будучи абитуриентами, большинство ребят осознавали, что им предстоит новый этап в их жизни: их ожидает смена социальной роли, смена социальной среды и, соответственно, принятие новых норм, правил, традиций. Вопрос в том, понимали ли они, насколько кардинальными будут перемены в их жизни после зачисления в вуз. Высокие показатели можно также объяснить возможностью перед началом занятий побывать в адаптационном лагере, организованном факультетом с целью предварительного знакомства с будущим образовательным маршрутом и его участниками – преподавателями и студентами старших курсов. 11% респондентов не смогли присоединиться к большинству в адаптационном лагере и не знают о существовании Устава.

3. Среди факторов, влияющих на

успешную адаптацию первокурсников к учебному процессу, авторы выделяют два типа: организационные и собственно психологические. К организационным факторам относятся особенности организации учебного процесса в вузе и в школе, такие как длительность занятий, предметная специфика, специфика системы оценивания качества усвоенного материала, степень самостоятельной работы.

С нашей точки зрения длительность занятий является фактором, который несущественно влияет на успешную адаптацию первокурсников. Разница в длительности занятий (в вузе 90 минут, а в школе – это уроки по 45 минут каждый) вызывает быструю утомляемость студента, ослабление внимания, ведущее к потере интереса к происходящему, непониманию предмета, только в первые недели обучения. Большинство студентов довольно быстро привыкают к подобному режиму.

Специфика предметов – фактор, который скорее играет положительную роль в адаптации первокурсников, так как выбор вуза и направления обучения в вузе как раз и определяется определенным набором преподаваемых предметов. Абитуриенты понимают, что обучаясь по тому или иному направлению, они получают достаточно узкий спектр знаний, соответствующий выбранной ими образовательной траектории и профессиональному интересу.

Система оценивания степени усвоения требуемого материала в вузе отличается от школьной системы: в вузе это зачеты и экзамены в конце каждого семестра, который длится в среднем 4-5 месяцев, а также контрольные недели как элемент контроля посещаемости аудиторных занятий. В школе это срезные, четвертные, полугодовые и годовые контрольные работы и выставление отметок в ежегодных 4-х четвертях. Сама по себе система оце-

нивания в вузе не является дистрактором в образовательном процессе. А вот психологический момент, который включает такие переживания, как «надо успешно сдать сессию, чтобы получить стипендию, повышенную стипендию», «надо сдать сессию так, чтобы не быть отчисленным из вуза» и т.д., является ключевым в адаптации первокурсников. Сессия, в принципе, волнительный период в жизни любого студента, так как это период мощной мобилизации всех его сил, для большинства завершающийся моральной удовлетворенностью проделанной за семестр работой и последующим семестровым материальным вознаграждением – стипендией. Важно для студента понять, что полученный результат – это итог работы не столько совместной с преподавателем деятельности, сколько самостоятельной работы, работы на свое успешное будущее.

А самостоятельная работа является фактором, который может вызвать существенные проблемы в адаптации первокурсников. Сравнивая степень самостоятельной работы студента вуза и ученика в школе можно сказать, что студент большую часть информации получает самостоятельно, а в школе для ученика основным источником знаний остается учитель и это правильно, так как ключевыми функциями учителя является *формирование* предметных компетенций у школьников и воспитание. Преподаватель же призван помочь студенту в первую очередь *совершенствовать* компетенции, да и роль воспитателя уходит на второй план, так как в вуз студент приходит с уже сформировавшимся характером и крайне неохотно поддается «перевоспитанию». Контакт «студент-преподаватель» (за исключением научной и профессиональной деятельности студентов), в отличие от связки «ученик-учитель», сводится к минимуму, и, в основном, в рамках аудиторных занятий (конечно,

существуют совместные с преподавателями внеаудиторные мероприятия, но они, естественным образом, носят эпизодический характер). В вузе студенту приходится пересматривать свое отношение к процессу обучения, ему необходимо осознать, что большая часть ответственности в формировании себя как будущего высококвалифицированного специалиста зависит именно от самого студента, его способности к самоорганизации в процессе получения знаний. Студент должен организовать свое свободное от аудиторных занятий время таким образом, чтобы успеть и отдохнуть от учебы, и заниматься любимым делом, и самостоятельно осваивать учебный материал. И большинство первокурсников не готовы сделать это самостоятельно в начале обучения, что вызывает многочисленные трудности в освоении предметов учебного плана того или иного направления. Для этого в помощь студентам был введен предмет «Технология организации самостоятельной работы».

4. К собственно психологическим факторам авторы относят мотивацию учиться, готовность выполнять требования, выдвигаемые в новой социальной среде, эмоциональный фон обучения и т.д. Остановимся на некоторых из перечисленных факторов.

Мотивация учиться и учиться в этом вузе и по выбранному направлению подготовки является одним из мощных факторов успешной адаптации студентов к учебному процессу в вузе. Важно, что для всех опрошиваемых (100%) получить хорошее образование ценно и их выбор вуза и направления обучения косвенно тому свидетельствует. Как показал опрос студентов, 81% сознательно выбрали то направление, на котором они сейчас учатся. Эти студенты знают, какой профессией они будут овладевать в вузе, они имеют общее представление о специфике преподаваемых предметов,

предполагают, с какими трудностями они могут столкнуться во время обучения. Среди опрошенных студентов 19% пришли в вуз по настоянию родителей, либо за компанию с друзьями, однокурсниками, либо свою роль сыграло местонахождение вуза – рядом с домом. Этот процент первокурсников попадает в «группу риска»: либо адаптация пройдет успешно и они примут роль студента и закончат вуз, либо будут рано или поздно отчислены по разным причинам, чаще всего за сессионные задолженности.

Важным фактором успешной и быстрой адаптации первокурсников является ее социальный аспект, а именно, психологически и эмоционально благоприятная атмосфера в студенческой группе и во взаимоотношениях с преподавателями. Интересно, что 93% опрошенных первокурсников устраивают взаимоотношения в группе, 7% не задумывались над этим. Скорее всего, таким студентам требуется больше времени, чтобы привыкнуть к новому коллективу. Большинство студентов – 91% – довольны отношением преподавателей к ним, а 9% опрошенных связывают недовольство, в частности, с тем, что преподаватель не похвалил за проделанную работу. Вероятно, сказывается школьная привычка получать похвалу от учителя по большим и маленьким поводам. Для большинства преподавателей то, что делает студент, является обязательным и не заслуживает специальной похвалы. В целом, данные процентные соотношения говорят о положительной динамике в процессе адаптации студентов к выбранному ими и вузу и направлению обучения.

В отношении самого процесса обучения – освоения учебной программы в рамках выбранного направления, у первокурсников наметились некоторые проблемы. Новые дисциплины предполагают и новые требования к уровню усвоения материала. Инте-

ресно, что 87% респондентов ответили, что усвоили основные требования преподавателей по каждому предмету, но только 26% студентов легко выполняют эти требования, остальные студенты испытывают разного характера трудности. При этом следует отметить, что возможные трудности в овладении учебным материалом первокурсники не связывают со своим уровнем сформированности предметной компетенции – все респонденты (100%) высоко оценивают свои способности учиться хорошо. В этой связи, могут идти разговоры о завышении требований по предметам. Однако все учебные программы по дисциплинам учебного плана составляются строго в соответствии с требованиями ФГОС ВО. Следовательно, проблема может быть обусловлена как недостаточно высоким уровнем подготовки абитуриентов (уровнем сформированности предметной компетенции), изначально завышенной самооценкой студентов, так и неспособностью грамотно организовать свою самостоятельную работу, грамотно распределять внеаудиторное время.

Заслуживают внимания следующие цифры: 50% первокурсников удовлетворены своей учебой, в то же самое время 61% заканчивают учебный день с чувством хорошо выполненной работы, 46% респондентов идут на занятия в спокойном состоянии, с хорошим настроением. Те, кто не доволен своей учебой (50%), не имеют позитивного настроения до и после занятий (39% и 44% соответственно), объясняют это следующим образом: 1) «не подготовился к занятию», 2) «проспал»/ «не выспался», 3) «много задают», 4) «мне лень учиться», 5) «я ответил, но меня не похвалили». Необходимо порекомендовать следующее: 1) готовиться к занятиям систематически и не пропускать их; 2) планировать свое время грамотно, уделять отдыху и сну необходимое

количество времени, соблюдать режим, составлять план своей рабочей деятельности; 3) количество заданий по языковым предметам – это неизбежное, с чем необходимо смириться и учиться, грамотно распределяя время на подготовку; 4) мобилизоваться, пересмотреть свое отношение к учебе, или успеть сменить направление подготовки; 5) принимать и выполнять требования преподавателей, понимать, что похвалу заслуживают те, кто делает больше, чем обязан; 6) учиться вести диалог с преподавателями и сокурсниками, 7) не бояться обращаться к куратору курса.

В заключение, необходимо отметить следующее: анкетирование в целом показало, что первокурсники ФИЯ ФГБОУ ВО «НГПУ» проходят адаптационный период с положительной динамикой. Этому способствует личный позитивный настрой студентов, уровень их мотивации, осознанный выбор вуза и направления подготовки, поддержка (а не давление) родителей и близких, адаптационный лагерь для первокурсников, организованный ФИЯ, работа куратора, спокойная благоприятная рабочая атмосфера в аудитории, курс «Технология организации самостоятельной работы».

Список литературы

1. Всё о психологии. Социализация личности. Этапы социализации личности [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.edu-psycho.ru/socializaciya-lichnosti.html> (дата обращения: 12.01.2017).

2. Глоссарий. Психологический словарь [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.>

[psychologies.ru/glossary/01/adaptatsiya/](http://www.psychologies.ru/glossary/01/adaptatsiya/) (дата обращения: 21.12.2016).

3. Мещеряков Б., Зинченко В. Большой психологический словарь [Электронный ресурс]. – URL: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/dict/01.php (дата обращения: 22.01.2017).