

УДК: 377

DOI: 10.25629/НС.2023.12.30

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМУ ПРОЦЕССУ

Лысакова А.Н., Осипова Н.В.

Московский авиационный институт (национальный исследовательский университет)

АННОТАЦИЯ

Адаптация студентов первого курса обучения к образовательному процессу является фундаментальной проблемой, поскольку в высшей школе по сравнению с общеобразовательной школой объективно изменяется социальная ситуация развития, перестраиваются сложившиеся годами пространственно-временные параметры, появляются принципиально новые виды учебных занятий. Методом эмпирического исследования выступило анонимное анкетирование студентов (N=47) в сентябре 2023 г., т.е. в самом начале первого в их жизни учебного семестра. Студенты отвечали на вопросы о наличии у них трудностей в разных сферах учебной и внеучебной деятельности. В результате количественного анализа выделены три уровня адаптации к образовательному процессу. Студенты с высоким уровнем адаптации отметили у себя навыки самоорганизации учебной деятельности и жизнедеятельности в целом, дисциплинированность, ответственность, коммуникативность, наличие познавательной потребности, уверенности в себе. Студенты с низким уровнем адаптации показали принципиальные отличия от студентов с высоким уровнем адаптации по перечисленным характеристикам. Студенты со средними показателями адаптации составили группу, в которой имеют место академические и бытовые проблемы, в своем большинстве они успевают общаться с друзьями и посещать культурно-досуговые мероприятия, у них выражена установка на спорт, а также обращения к психологу. Гендерные различия в ответах испытуемых не значимы. Условия проживания студентов (дома или в общежитии), которые могли бы влиять на уровень адаптации, не выявлены. В итоге был сделан вывод о том, что психолого-педагогическими условиями успешной адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу являются: спортивная деятельность, целенаправленная культурно-досуговая и общественная работа, индивидуальное психологическое консультирование по развитию всех компонентов учебной деятельности, целеполаганию и смыслообразованию в масштабе целостной жизнедеятельности.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

Адаптация, образовательный процесс, социокультурная среда, учебная деятельность, воспитание, студенты-первокурсники.

ВВЕДЕНИЕ

Адаптация, в широком смысле приспособление, студентов первого курса обучения к целостному образовательному процессу является фундаментальной проблемой, поскольку в высшей школе по сравнению с общеобразовательной школой объективно изменяется социальная ситуация развития, перестраиваются сложившиеся годами пространственно-временные параметры, появляются принципиально новые виды учебных занятий. Как отмечают Н.Р. Салихова, А.Р. Фахрутдинова [11], самоанализ студентами трудностей при переходе от школьного обучения к вузовскому, преодоление которых значимо для развития личности, показал следующее: 1) наиболее упоминаемыми являются разные аспекты интеграции личности в новые социальные общности, 2) необходимость самоорганизации в учебных и бытовых вопросах, планирование и организация своего времени, 3) на третьем месте по частоте упоминаний оказались трудности в учебе, особенно связанные с освоением материала в новых образовательных

условиях. В качестве проблемных зон также выступают налаживание совместного быта в общежитии, давление родителей, проявление своей индивидуальности, увеличение длительности занятий и темпа обучения, романтические отношения, языковой барьер. В.В. Батколина [5] считает, что главной причиной сложностей адаптации студентов-первокурсников к образовательной среде вуза является резкий переход от классно-урочной школьной системы обучения к лекционной в сочетании с повышением требований к самостоятельности и ответственности.

В результаты масштабного всероссийского социологического исследования академической и социокультурной адаптации студентов российских вузов, представленного П.А. Амбаровым, Г.Е. Зборовским, В.С. Никольским, Н.В. Шабровой [2], получены интересные данные об особенностях адаптации обучающихся к учебному процессу, научно-исследовательской деятельности, проектному обучению, социокультурной среде вуза. В частности, по мнению авторов основные проблемы адаптации студентов к учебной работе связаны со значительным объемом новой информации, темпом образовательного процесса, форматом практических занятий и курсовых работ. Сложности адаптации студентов к проектной деятельности определяются их неготовностью к ответственности и самостоятельности, установкой на индивидуализм и автономность, недостаточно высоким уровнем профессиональной культуры и профессиональных знаний. В то же время социокультурная адаптация иногородних и иностранных студентов происходит без особых трудностей. Сделан вывод об эффективности вузовских программ адаптации и сопровождения иностранных студентов и студентов с ОВЗ.

А.В. Говорушенко [6] определены одни из таких ключевых составляющих академической адаптации, как самоэффективность, саморегулирование, мотивация. Тогда как главные проблемы академической адаптации связаны с различным стилем преподавания, страхом неудачи, отсутствием справочников, ограниченным пространством. Ряд авторов [14] приходят к выводу о необходимости развивать уровень адаптивности учеников уже в школе, готовя учащихся к самостоятельному обучению, анализу и синтезу информации, дедукции и индукции. Учитывая важность удовлетворенности студентов программой обучения для успешной академической адаптации, следует улучшить общение и сотрудничество между средними школами и университетами, чтобы помочь студентам выбрать направление подготовки, соответствующее их способностям, интересам и ценностям [16].

Таким образом, задачи изучения адаптации студентов первого курса к обучению в вузе и условий ее эффективного сопровождения представляются актуальными. Можно выделить, по крайней мере, такие аспекты адаптации, как личностный, академический, социокультурный. Вопрос адаптации студентов к образовательному процессу следует рассматривать в контексте целостной жизнедеятельности.

Цель данного исследования – определить психолого-педагогические условия успешной адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу.

МЕТОДЫ

Методом эмпирического исследования выступило анонимное анкетирование студентов в сентябре 2023 г., т.е. в самом начале первого в их жизни учебного семестра. Характеристика выборки: российские студенты, N=47, из них 10 жен., 37 муж.; 16 чел. проживают в общежитии, 31 чел. – в домашних условиях. Направление подготовки – «Прикладная математика и информатика».

Вопросы анкеты:

1. Вызывает ли трудности посещение учебных занятий?

Да / Нет / Частично

2. Вызывает ли трудности подготовка к учебным занятиям?

Да / Нет / Частично

3. Есть ли у вас бытовые трудности?

Да / Нет / Частично

4. Хватает ли времени на культурно-досуговую деятельность?

Да / Нет / Частично

5. Хватает ли времени на общение с друзьями вне учебы?

Да / Нет / Частично

6. Посещаете ли вы спортивную секцию?

Да / Нет / Планирую

7. Занимаетесь ли вы общественной работой?

Да / Нет / Планирую

8. Если бы посещение занятий было по выбору, какой процент занятий вы бы посещали?

Менее 50% / 50% / Более 50%

9. Нужна ли консультация психолога?

Да / Нет / Не знаю.

Примечание: В каждом ответе «0» баллов соответствует показателю низкой адаптации, «1» балл – средней адаптации и «2» балла – высокой адаптации. Полученные баллы по таблице 1 необходимо сложить.

0-6 баллов – низкий уровень адаптации

7-12 баллов – средний уровень адаптации

13-18 баллов – высокий уровень адаптации

Таблица 1 – Порядок расчета эмпирических показателей по данной методике

№ во-проса	Ответы - Баллы		
	Да	Нет	Частично
1	Да - 0	Нет - 2	Частично - 1
2	Да - 0	Нет - 2	Частично - 1
3	Да - 0	Нет - 2	Частично - 1
4	Да - 2	Нет - 0	Частично - 1
5	Да - 2	Нет - 0	Частично - 1
6	Да - 2	Нет - 0	Планирую - 1
7	Да - 2	Нет - 0	Планирую - 1
8	Менее 50% - 0	50% - 1	Более 50% - 2
9	Да - 0	Нет - 2	Не знаю - 1

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Количественный анализ полученных данных показал определенное распределение показателей по уровням адаптации и гендерному признаку, выраженное в процентном соотношении (таблица 2).

Таблица 2 – Показатели адаптации

Уровни адаптации (%)	низкий	средний	высокий
Мужчины	11	54	35
Женщины	10	60	30

Как понятно из таблицы 2, среди студентов мужского пола, как и студенток, преобладают обучающиеся, которые оценивают свою адаптацию как достаточно успешную (средний уровень адаптации), соответственно 54% и 60%;

высокий уровень адаптации представляют студенты, не имеющие в их понимании проблем с адаптацией, это 35% студентов мужского пола и 30% студенток;

11% студентов мужского пола и 10% женского пола отмечают значительный перечень трудностей, препятствующих успешной адаптации (низкий уровень адаптации). Таким образом, гендерные различия в ответах испытуемых не значимы. Условия проживания студентов (дома или в общежитии), которые могли бы влиять на уровень адаптации, не выявлены.

Качественный и количественный анализ ответов испытуемых показал следующее. Студенты с высокими показателями адаптации обладают такими характеристиками, как:

- отсутствие трудностей посещения учебных занятий (100% студентов);
- отсутствие трудностей подготовки к учебным занятиям (100% студентов);
- отсутствие бытовых трудностей (100% студентов);
- наличие времени на культурно-досуговую деятельность и на общение с друзьями вне учебы (100% студентов);
- посещение спортивной секции (100% студентов);
- посещение более 50% занятий, если бы их посещение было по выбору (100% студентов);
- большинство считает, что им не нужна консультация психолога (97,5% студентов) студентов), меньшинство (2,5 % студентов) не определились.

Студенты со средними показателями адаптации характеризуются:

- частично имеют место трудности посещения учебных занятий (42,3% студентов) и подготовки к учебным занятиям (50% студентов);
- у большинства (57,6% студентов) нет бытовых трудностей, частично бытовые трудности встречаются у студентов, как проживающих дома, так и в общежитии (42,4% студентов);
- у большинства студентов (61,4% студентов) хватает времени на культурно-досуговую деятельность;
- у 38,% студентов хватает времени на общение с друзьями вне учебы, частично – у 34,6%, не хватает времени у 26,9% студентов;
- половина опрошенных (50% студентов) спортивную секцию не посещает, вторая половина посещает и планирует посещать;
- большинство посещало бы более 50% учебных занятий (69,2% студентов), остальные отмечают посещение 50% и менее 50% учебных занятий (30,8% студентов);
- большинство указывают, что им не нужна консультация психолога (65,3% студентов), однако к неопределившимся студентам (23%) добавились те, которые положительно отвечают на этот вопрос (11,7%).

Студентам с низкими показателями адаптации свойственны:

- большинство указывают на частичные (40% студентов) или однозначные трудности (40% студентов) посещения учебных занятий, особенно это касается трудностей подготовки к учебным занятиям (80%);
- у большинства (80% студентов) частично имеются бытовые трудности;
- у большинства не хватает времени на культурно-досуговую деятельность (80 % студентов) и общение с друзьями вне учебы (60% студентов);
- большинство не посещают спортивную секцию (80% студентов);
- большинство выбирают вариант менее 50% посещения занятий (80% студентов);
- большинство соглашаются, что им нужна консультация психолога (80% студентов).

Таким образом, студенты с высоким уровнем адаптации отмечают у себя навыки самоорганизации учебной деятельности и жизнедеятельности в целом, дисциплинированность, ответственность, коммуникативность, наличие познавательной потребности, уверенности в себе.

Студенты, которые по результатам опроса были отнесены в группу с низким уровнем адаптации, принципиально отличаются от студентов с высоким уровнем адаптации по перечисленным характеристикам.

Студенты со средними показателями адаптации представляют собой группу, в которой имеют место академические и бытовые проблемы, в своем большинстве они успевают общаться с друзьями и посещать культурно-досуговые мероприятия, у них выражена установка на спорт, а также обращения к психологу. Из всей выборки испытуемых только 2 студента с высоким уровнем адаптации указали о планах участвовать в общественной работе, 45 чел. ответили «нет» на вопрос «Занимаетесь ли Вы общественной работой?».

Следовательно, результаты данного исследования показывают, что условиями успешной адаптации студентов-первокурсников можно считать сформированные еще в школьные годы навыки адаптации к образовательному процессу в личностном, академическом и социокультурном аспектах. Считаем, что спортивные секции, целенаправленная культурно-досуговая и общественная работа имеют большой потенциал в целях повышения адаптационных возможностей студентов, также актуальны психологические консультации не только для тех студентов, которые остро нуждаются в психологической помощи по формированию и развитию всех компонентов учебной деятельности (мотивации, учебных действий, самоконтроля, самооценки), но и для тех, у кого намечились проблемы с планированием целостной жизнедеятельности, смыслообразованием.

В настоящее время наши исследования продолжаются, т.к. необходимо оценить итоги первой сессии, расширить выборку за счет студентов других направлений подготовки, включая иностранных обучающихся. Мы согласны с Е.А. Раевской [10], что первая сессия является ответственным событием. В работе автора, в частности, отмечается, что основным этапом адаптации половина первокурсников считают период первой сессии; еще треть – весь первый семестр. Разнообразие подходов к обеспечению успешной адаптации к вузовской среде, обоснованных в отечественной педагогике, позволяет выстроить достаточно полную ориентировочную основу такой практики. Так, З.И. Иванова, А.В. Бороздина, А.В. Самышин [7] провели анкетирование студентов второго курса по итогам их адаптации на первом курсе и в качестве условий успешной адаптации перечисляют: помощь куратора, помощь студентов старших курсов, помощь коллектива, родителей, самостоятельная адаптация.

Исследование И.Ю. Тимофеева, С.А. Асриева [12] показало, что основными факторами, способствующими адаптации студентов, являются высокий уровень социальной активности и подвижный тип нервной системы человека, а также педагогическое сопровождение учебного процесса. В этой связи авторами разработана методика проведения игр и упражнений как пример интерактивных методов адаптации студентов в современном вузе. Апробация этих упражнений показала эффекты быстрого знакомства, сплочения группы, создания атмосферы доверия, взаимопомощи, ответственности и социальной активности.

О.А. Андриенко, Т.А. Безенкова, Е.В. Олейник [3] подчеркивают важное воспитательное значение деятельности кураторов с целью преодоления трудностей, возникающих у студентов на начальном этапе обучения. Кураторам предлагается модель психологического сопровождения всех студентов на этапе адаптации в образовательном учреждении, включающая в себя психодиагностику, коррекционно-развивающую и консультативно-просветительскую деятельность, основанную на индивидуальном подходе к юношам и девушкам. В ходе такого сопровождения могут быть использованы диагностические, тренинговые, диалоговые, игровые, рефлексивные и другие методы, а также такие приемы, как самонаблюдение, самоанализ, сравнение, взаимооценка, обратная связь, авансированное доверие, анализ конкретных ситуаций и др.

А.У. Yurina, S.M. Kharacheva, F.P. Khakunova, A.N. Autleva [15] представляют программу психолого-педагогического сопровождения студентов первого курса для обучения в вузе, в которой выделены основные направления деятельности: информационное, диагностическое, психологическое, социальное, дидактическое, организационно-педагогическое; уровни реали-

зации программы адаптации на факультете: ученый совет факультета, деканат, кураторы академических групп под руководством заместителя декана по воспитательной работе; преподавателей в рамках преподаваемых дисциплин, а также кураторов групп 1 курса.

А.Е. Алексеева, Н.Л. Московская [1] показывают значимость социальной активности студентов как основополагающего фактора его профессионального развития. Важным критерием развития социальной активности студентов является мотивация к деятельности и самомотивация. Социальная активность молодежи, как понятно из исследования Н.Н. Бадаевой, Н.В. Осиповой [4], успешно реализуется на основе волонтерства и добровольчества, которые имеют большой развивающий потенциал. Одна из важнейших форм социальной активности студентов – участие в деятельности патриотической направленности. Согласно Е.А. Коган [8], для повышения вовлеченности молодежи в патриотических мероприятиях необходимо регулярно изучать потребности студентов, получать обратную связь и активнее вовлекать их в организацию подобных акций. В отечественных вузах накоплен большой опыт организации такой работы, обоснованы принципы, психолого-педагогические методы патриотического воспитания [13].

Следовательно, указанные методы оптимизации адаптации студентов-первокурсников свидетельствуют о значительном методологическом ресурсе высшей школы, направлениях дальнейших исследований. На наш взгляд, в вузах, в которых функционируют психологические службы и социологические центры, существуют дополнительные возможности для реализации условий для успешного образовательного процесса на всех этапах обучения.

ВЫВОДЫ

Адаптация студентов первого года обучения представляет собой многоаспектный процесс приспособления к нормам и требованиям высшего образования, особенностям социокультурной среды и условиям образовательной среды конкретного вуза с целью решения всех учебно-воспитательных задач. У студентов-первокурсников имеют место различные адаптационные трудности, связанные с недостаточной сформированностью еще в школьные годы навыков самоорганизации учебной деятельности и жизнедеятельности в целом, а также таких качеств, как дисциплинированность, ответственность, коммуникативность, наличие развитой познавательной потребности, уверенности в себе.

Считаем, что психолого-педагогическими условиями успешной адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу являются: спортивная деятельность, целенаправленная культурно-досуговая и общественная работа, индивидуальное психологическое консультирование по развитию всех компонентов учебной деятельности, целеполаганию и смыслообразованию в масштабе целостной жизнедеятельности.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Алексеева А.Е., Московская Н.Л. Социальная активность студента как основополагающий фактор его профессионального развития // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. 2023. №1(94). С.55-63. DOI: 10.37493/2307-907X.2023.1.7.
2. Амбарова П.А., Зборовский Г.Е., Никольский В.С., Шаброва Н.В. Академическая и социокультурная адаптация студентов в вузах России // Высшее образование в России. 2022. №12. Т.3. С.9-30. DOI: 10.31992/0869-3617-2022-31-12-9-30.
3. Андриенко О.А., Безенкова Т.А., Олейник Е.В. Воспитательная деятельность куратора в период адаптации студентов-первокурсников вуза // Перспективы науки и образования. 2019. № 2 (38). С. 95-107. DOI: 10.32744/pse.2019.2.8.
4. Бадаева Н.Н., Осипова Н.В. Социальная активность молодежи: волонтерство и добровольчество // Казанский социально-гуманитарный вестник. 2018. №2(31). С.9-13. DOI: 10.24153/2079-5912-2018-9-2-9-13.
5. Батколина В.В. Адаптация первокурсников к образовательной среде высшего учебного заведения // Высшее образование сегодня. 2018. №3. С. 68-71. DOI: 10.25586/RNU.NET.18.03.P.68.

6. Говорушенко А.В. Академическая адаптация студентов-первокурсников к обучению в вузе // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. 2021. №6. С.16-21.
7. Иванова З.И., Бороздина А.В., Самышин А.В. Условия успешной адаптации студентов первого курса к обучению в вузе // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия «Философия. Психология. Педагогика. 2017. Т.17. Вып.3. С. 348-353. DOI: 10.18500/1819-7671-2017-17-3-348-353.
8. Коган Е.А. Отношение студентов к патриотическому воспитанию в вузе // Человеческий капитал. 2021. №4(148). С.203-210. DOI: 10.25629/НС.2021.04.20.
9. Кошелева Е.Ю., Подворчан Ю.А., Яруллина А.Р. Адаптация первокурсников к университетской жизни: факторы стресса и механизмы // Молодой ученый. 2015. № 11 (91). С. 1362-1364.
10. Раевская Е.А. Особенности динамики процесса адаптации студентов-первокурсников в университете: первая сессия // Непрерывное образование: XXI век. 2016. Вып. 3 (15). DOI: 10.15393/j5.art.2016.3205.
11. Салихова Н.Р., Фахрутдинова А.Р. Трудности адаптации первокурсников к обучению в вузе // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование. 2012. №1. С. 97-113. DOI: 10.28995/2073-6398-2021-1-97-113.
12. Тимофеева И.Ю., Асриев С.А. Интерактивные методы адаптации студентов в современном вузе: лучшие практики // Государственная служба. 2019. №4(120). Том 21. С. 93-98. DOI: 10.22394/2070-8378-2019-21-4-93-98.
13. Kulikov S.P., Lysakova A.N. Principles of students' patriotic education // Perspectives of science and education. 2023. №4(64). Pp.28-39. DOI: 10.32744/pse.2023.4.2.
14. Shkutina L.A., Polupan K.L., Smagulova T.G. Features of adaptation of first-year students to the conditions of study at the university // Қарағанды университетінің хабаршысы. Педагогика сериясы. = Вестник Карагандинского университета. Серия Педагогика. = Bulletin of the Karaganda University. Pedagogy Series. 2020. №4. P. 85-91. DOI: 10.31489/2020Ped4/85-91.
15. Yurina A.Y., Khapacheva S.M., Khakunova, F.P., & Autleva A.N. Psychological And Pedagogical Support Of The First-Year Students'adaptation Process To A University. In R. Valeeva (Ed.), Teacher Education- IFTE 2019, vol 78. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. 2020. Pp. 240-248. European Publisher. DOI: 10.15405/epsbs.2020.01.30.
16. Van Rooij E.C.M., Jansen E.P.W.A. & Van de Grift W.J.C.M. First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. European Journal of Psychology of Education. 2018. №33(4). Pp. 749–767. DOI: 10.1007/s10212-017-0347-8.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS OF FIRST-YEAR STUDENTS SUCCESSFUL ADAPTATION TO EDUCATION

Lyssakova A.N., Osipova N.V.

Moscow Aviation Institute (National Research University)

ABSTRACT

The adaptation of first-year students to the educational process is a fundamental problem, since in higher education, in comparison with a general education school, the social situation of development is objectively changing, the spatial and temporal parameters that have developed over the years are being rebuilt, fundamentally new types of educational activities appear. The method of empirical research was an anonymous survey of students (N=47) in September 2023, i.e. at the very beginning of

the first academic semester in their lives. Students answered questions about their difficulties in various fields of academic and extracurricular activities. As a result of quantitative analysis, three levels of adaptation to the educational process have been identified. Students with a high level of adaptation noted their skills in self-organization of educational activities and life in general, discipline, responsibility, communication skills, cognitive needs, and self-confidence. Students with a low level of adaptation showed fundamental differences from students with a high level of adaptation according to the listed characteristics. Students with average adaptation rates made up a group in which academic and everyday problems occur, for the most part they manage to communicate with friends and attend cultural and leisure events, they have a pronounced attitude towards sports, as well as to consult a psychologist. Gender differences in the responses of the subjects are not significant. The living conditions of students (at home or in a dormitory), which could affect the level of adaptation, have not been identified.

As a result, it was concluded that the psychological and pedagogical conditions for the successful adaptation of first-year students to the educational process are: sports activities, purposeful cultural, leisure and social work, individual psychological counseling on the development of all components of educational activity, goal setting and meaning formation on the scale of holistic life activity.

KEY WORDS

Adaptation, education, sociocultural environment, learning, upbringing, first-year students.