

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ ПЕДАГОГІЧНОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

У статті розкрито основні проблеми психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації студентів до умов навчання у вищому навчальному закладі. Наведено результати дослідження викладачів щодо основних аспектів, які впливають на процес соціально-психологічної адаптації студентів до навчання у вищому педагогічному навчальному закладі. Намічено деякі аспекти щодо діяльності педагогічного колективу щодо поліпшення соціально-психологічної адаптації студентів до умов навчання у вищому педагогічному навчальному закладі.

Ключові слова: професійне становлення, адаптація, соціально-психологічна адаптація, психологічний супровід.

Вивчення механізмів і закономірностей адаптації людини в різноманітних виробничих і соціальних умовах на різних рівнях набуває сьогодні великого значення. Оскільки люди по-різному реагують на зміни у своїй діяльності та різні стресори, то найбільш пріоритетними стають завдання вивчення й розробки системи поліпшення цієї якості з метою надання ефективного впливу на неї; а, крім того, включення цього параметру як одного з основних у розробку професіограми фахівця будь-якого рівня. Проблема психологічної адаптації особистості студентів є на сучасному етапі розвитку вищої школи однією з найбільш цікавих і важливих, що потребує втілення ідеї особистості в практико-орієнтованих дослідженнях. Важливість проблеми соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників до умов ВНЗ зумовлена постійно зростаючими вимогами з боку суспільства до особистості майбутнього фахівця та його ролі в рішенні питань суспільства. Професія вчителя має велику соціальну важливість, тому що саме на вчителя і вихователя передусім покладається відповідальність за виховання підростаючого покоління.

Дія численних соціально-психологічних факторів викликає ряд труднощів, що позначається на активності й ефективності діяльності студентів. Результатом цих процесів є зниження соціально-психологічної адаптації студентів. Виняткове значення для виявлення причин, які призводять до зниження соціально-психологічної адаптації, має вивчення особистісних особливостей студентів і специфіки організаційної культури вищого навчального закладу й навчального процесу. Їх об'єктивізація набуває особливої актуальності тому, що грамотна діагностика, корекція і профілактика соціально-психологічної дезадаптації може допомогти в становленні особистості фахівця, зберігаючи при цьому студента як здорову особистість і ефективного професіонала. Оцінка динаміки й стану соціально-психологічної адаптації студента має велике значення для аналізу процесу професійного становлення особистості майбутнього фахівця. Студентське життя починається з першого курсу, тому успішна адаптація першокурсника до життя й навчання у ВНЗ є запорукою подальшого розвитку кожного студента як особистості й майбутнього фахівця. Цим визначається і дослідницький, і практичний інтерес до вивчення різноманітних і суперечливих проблем адаптації першокурсників (С. В. Красиков, М. М. Безруких, А. А. Реан, Е. В. Вигенберг, Г. Г. Овчинников, А. Д. Глотчкін, О. Є. Росляков, М. В. Межієва, Л. Ф. Мірзаянова, О. Р. Охременко, Ю. О. Бохонкова, С. І. Селіверстов, А. П. Мельбник та ін.).

Мета статті: висвітлити проблеми та основні аспекти психологічного супроводу щодо адаптації студентів-першокурсників до нових умов навчання у вищому педагогічному навчальному закладі.

Адаптація особистості студента до навчання – це складний, тривалий, а часом гострий і болючий процес. Він зумовлений необхідністю відмови від звичного, неминучістю подолання численних і різнопланових адаптаційних проблем і професійних ускладнень. Механізм соціально-психологічної адаптації студентів до нових умов навчання має загальні основи й закономірності адаптаційного процесу особистості до нових умов. Процес соціально-психологічної адаптації передбачає, на думку Ф. Б. Березіна, А. В. Морозова, такі етапи: підготовчий етап; етап стартової психічної напруги; етап гострих психічних реакцій входу (первинна дезадаптація); етап завершальної психічної напруги [1, 9].

Адаптація до нових незвичних умов передбачає, як відомо, формування психологічних механізмів, завдяки яким особа забезпечує собі безпеку і адекватну орієнтацію в новій ситуації. За умови успішної адаптації, на думку А. В. Петровського, особистість отримує можливість максимально успішно самореалізуватися без надмірних зусиль [11]. На думку багатьох учених, неуспішна адаптація дозволяє студентові лише частково орієнтуватися в ситуації навчання і не надає можливості більш-менш самореалізуватися в межах вищого закладу освіти. Успішна адаптація, навпаки, надає значні можливості реалізувати свій потенціал в умовах навчання у вищій школі і, крім того, отримати потенційні можливості для майбутньої соціальної реалізації. Вочевидь, успішна адаптація до умов навчання залежить від вибору певної стратегії поведінки й напрацювання операціональних механізмів для її здійснення. Аналіз теоретичних робіт з питань адаптації показує, що існує багато визначень соціально-психологічної адаптації, кожне з яких висвітлює

та підкреслює певні ознаки, які, на думку авторів, є особливо важливими. Найбільш правильним та сучасним визначенням поняття психічної адаптації нам представляється визначення Ф. Б. Березіна, який виділяє в єдиному адаптаційному процесі три аспекти психічної адаптації: власне психічний, соціально-психологічний і психофізіологічний, які тісно взаємозалежні сферами їх реалізації [1]. Сучасні наукові подання про феномен адаптації послужили підставою для формулювання робочого поняття «соціально-психологічна адаптація». Отже, соціально-психологічна адаптація – це процес організації соціальної взаємодії, який сприяє найбільш повній реалізації особистісного потенціалу. Супровід соціально-психологічної адаптації передбачає поетапний процес, у ході якого відбувається формування професійно й соціально зрілої особистості, здатної до самореалізації.

У вітчизняній науковій літературі питання вивчення професійного становлення фахівця у ВНЗ, механізмів адаптації й дезадаптації привернуло увагу багатьох дослідників: І. І. Бойко, С. М. Хатунцевої, Ф. Б. Березіна, О. Є. Рослякова, Ю. О. Бохонкової, А. П. Мельника [1; 2; 3; 7; 12; 14] тощо.

Певний інтерес викликають дослідження вчених-практиків, які розглядають конкретні теорії адаптації, пропонують певні механізми реалізації проблем адаптації, а також здійснили підбір та розробку практико-психологічних методик, які могли б використовуватися практичним психологом вищого закладу освіти. Розглянемо деякі з них.

Так, М. В. Межисєва для посилення мотивації навчання, формування усвідомленого вибору професії пропонує всім абітурієнтам пройти психологічну профконсультацію й доводить, що студенти (іноді разом з батьками), які взяли участь у профорієнтаційних заняттях, більше підготовлені до навчання у ВНЗ, знайомі з усіма його особливостями й труднощами [6].

Дослідження О. Є. Рослякова довели, що система соціально-психологічного прогнозування та формування кар'єрних перспектив молодих фахівців дозволяє на ранніх етапах становлення спеціаліста діагностувати темп та методи підвищення адаптації особистості в процесі навчання та на ранніх етапах професійної діяльності. Крім того, психологічний супровід навчального процесу у ВНЗ, на думку автора, повинен продовжуватись у виробничих колективах [12].

На думку Н. В. Хазратової, включення до соціально-психологічного простору навчального закладу є одним з ракурсів проблеми психологічної адаптації першокурсників до умов навчання. Цю роботу пропонується здійснювати як у консультативній, так і в тренінговій формі (пропонується тренінг рольової поведінки). Важливим моментом при проведенні тренінгів є залучення старшокурсників до проведення окремих етапів тренінгу [13].

Останнім часом зростає інтерес до явища *випереджальної адаптації* (М. І. Д'яченко [4], Л. А. Кандибович [4], Ф. З. Меєрсон [5], А. А. Налчаджян [10]). Певний інтерес викликає розроблена Л. Ф. Мирзаянц [8] теорія випереджальної адаптації студентів до педагогічної діяльності, яка включає модель випереджальної адаптації з описом її складових (кризи, функції, механізми, фактори, умови, критерії), та її апробацію. Складовою випереджальної адаптації виступає адаптація до навчального закладу, яка традиційно трактується в сукупності трьох її видів: дидактичної, соціально-психологічної й професійної. Випереджальна адаптація, на думку авторів, це керований процес і результат цілеспрямованого впливу на особистість адаптантів, який сприяє їхньому навчальному й професійному росту та веде до попередження або пом'якшення негативних проявів криз. При цьому, говорячи про управління адаптацією, мається на увазі не її попередження, не попередження професійної діяльності, а попередження негативних проявів криз. Важливо, що йдеться про управління адаптацією студентів до реальної начально-професійної діяльності, реальної навчальної групи й викладачів. Авторами пропонується такі засоби адаптації: спільна навчальна діяльність студентів у дидактичному театрі на заняттях з психології, прес-конференція студентів, які мають досвід адаптації, для першокурсників; школа діагностики для кураторів груп студентів першого року навчання тощо. Отже, реалізація функцій випереджальної адаптації забезпечує пом'якшення негативних проявів криз в адаптації студентів до педагогічної діяльності шляхом створення умов для функціонування психологічних механізмів на пізнавальному, емоційному, мотиваційному та поведінковому рівнях особистості.

Аналізуючи подані теорії та моделі адаптації, ми дійшли висновку, що, вирішуючи проблеми адаптації, необхідно забезпечити реалізацію механізму адаптації з урахуванням специфіки конкретного навчального закладу.

Успішне протікання адаптаційного процесу припускає реалізацію ряду умов. І, перш за все, необхідною умовою є зміна позиції викладача стосовно студентів, без чого неможливе досягнення наміченої мети. Викладач, який усвідомлює проблему криз в адаптації першокурсників, володіє результатами дослідження їх адаптованості, факторів їхньої адаптації й дезадаптації, віддає перевагу в організації навчально-виховного процесу тим формам, методам і засобам, які сприяють успішному протіканню цього процесу.

У зв'язку з цим, значним є той факт, що більшість викладачів (базою проведення дослідження став Донецький педагогічний коледж) усвідомлюють важливість та необхідність процесу адаптації студентів до нових умов. Цей факт підтверджують результати опитування викладачів, перш за все тих, які працюють у групах нового набору. Вивчення цього питання відбувалося протягом п'яти років. Мета дослідження: з'ясувати, наскільки викладачі усвідомлюють важливість процесу адаптації студентів до нових умов. В опитуванні взяли участь 215 осіб (із них жінки – 175 осіб, чоловіки – 40 осіб).

У ході дослідження було використано опитувальник «Виявлення ступеню усвідомлення викладачами важливих психологічних аспектів щодо навчання студентів у нових умовах» (авторська розробка). Викладачам було запропоновано проранжувати 12 напрямів дій щодо організації навчально-виховного процесу на першому

курсі, які вимагають негайного вирішення. У результаті опитування виявлено, що більшість викладачів (87%) вказали на таку послідовність:

1. Наявність мотивації до навчання, бажання вчитися.
2. Наявність умінь та навичок навчальної діяльності.
3. Адаптація студентів до умов навчання.
4. Наявність інтересу до майбутньої професії.
5. Фізичний розвиток та охорона життя студентів.
6. Особистісна сфера студентів.
7. Наявність міцних теоретичних знань з навчальних дисциплін.
8. Наявність професійних знань, умінь та навичок.
9. Наявність пізнавальної активності студентів.
10. Участь студентів у творчому житті коледжу.
11. Наявність дослідницьких навичок студентів.
12. Студентське самоврядування.

Отже, серед 12 важливих напрямків соціально-психологічного супроводу навчально-виховного процесу на першому курсі адаптація першокурсників до нових умов навчання займає третє місце. Враховуючи те, що здійснення адаптації має широкий спектр вирішення питань, окремі питання (розвиток інтересу до навчання, до майбутньої професії тощо) можна розглядати як складові адаптаційного процесу. Педагогічний колектив навчального закладу усвідомлює важливість супроводу процесу пристосування до професійної діяльності взагалі та до нових умов навчання зокрема. Професійне керування процесом адаптації студентів дозволяє не тільки спиратися на результати дії механізмів психічного захисту, а й формувати та запускати механізми саморегуляції. Викладачі усвідомлюють, що чим скоріше студенти адаптуються, тим швидше вони включаться у навчальний процес, тим кращих результатів можуть досягти. А головне – це буде перший, але значний крок до їхньої професійної адаптації.

На вдалу адаптацію першокурсників до ситуації навчання у ВНЗ, за тих самих об'єктивно наявних умов навчальної діяльності, впливають багато психологічних і непсихологічних факторів, зокрема: матеріальне становище студента і його родини; стан здоров'я; вік; рівень доузівської підготовки; володіння навичками самоорганізації, планування і контролю своєї діяльності (насамперед навчальної); мотиви вибору вищого навчального закладу; адекватність вхідних уявлень про специфіку вузівського навчання (очна, вечірня, заочна, дистанційна тощо); наявність платні за навчання і її розмір у конкретному ВНЗ; організація навчального процесу в навчальному закладі; матеріальна база; індивідуально-психологічні особливості студентів (рівень інтелекту, креативність, особливості мотивації, темперамент, особливості самооцінки тощо). Ні кожне з цих якостей окремо, ні їх сполучення не є достатніми для того, щоб гарантувати формування установки студента на повсякденну, завзяту і важку працю щодо оволодіння знаннями й професійною майстерністю в умовах досить частих або тривалих невдач, які неминучі в будь-якій складній діяльності.

Успішність адаптації особистості до незвичних, змінених умов життєдіяльності багато в чому детермінована її адаптаційними здібностями. У зв'язку з цим особливої важливості набуває вміння виявити й оцінювати ці здібності. Важливою ланкою в роботі щодо психологічного забезпечення адаптації студентів до змінених умов життєдіяльності можна вважати прогнозування розвитку адаптаційного процесу в кожного з них на основі вивчення й оцінки їх адаптаційних здібностей. Діагностика адаптивних властивостей особистості може бути в цій роботі і відправним моментом і її практичною основою. Оцінка динаміки й стану соціально-психологічної адаптації студента має велике значення для аналізу процесу професійного становлення особистості майбутнього фахівця, для планування його професійної кар'єри. Дослідження соціально-психологічної адаптації сприяє більш заглибленому розумінню проблем адаптаційного періоду й уточненню критеріїв, які свідчать про наявність вікових і професійних криз.

Формулюючи гіпотезу нашого дослідження, ми передбачали, що створення спеціальної системи роботи з адаптації сприятиме рішенню проблем адаптаційного періоду, дозволить студентам-першокурсникам запобігти значним труднощам на етапі входження у новий освітнянський простір.

Оскільки ми дійшли висновку, що соціально-психологічна адаптація – це процес організації соціальної взаємодії, який сприяє найбільш повній реалізації особистісного потенціалу, а особистісний потенціал являє собою сукупність особистісного ресурсу й рівня розвитку самопізнання, які забезпечують процес саморегуляції й самореалізації у змінених умовах існування, робота з адаптації повинна відбуватися, головним чином, під впливом цілеспрямованих виховних дій. Характерно, що початок успішної адаптації першокурсників ми пов'язуємо із залученням до цього процесу абітурієнтів, які ще формально не являються учасниками нового освітнього простору.

Ефективність керування процесом адаптації студентів визначається здатністю психолога й педагогів усвідомити та вирішити певні проблеми соціально-психологічного супроводу, наявність яких, на нашу думку, обумовлено в першу чергу:

- тривалістю процесу адаптації для різних студентів та неможливістю встановити єдиний термін щодо початку та закінчення процесу адаптації;
- наявністю великої кількості чинників, які впливають на процес адаптації першокурсників та необхідністю їх урахування;

- необхідністю розпочинати роботу щодо адаптації студентів якомога раніше та труднощами раннього залучення студентів (абітурієнтів) й педагогів у цей процес;
- необхідністю прогнозування розвитку адаптаційного процесу для кожного студента та відсутністю єдиних критеріїв щодо виявлення адаптивних можливостей студентів;
- наявністю великої кількості певних моделей супроводу адаптації студентів та необхідністю забезпечити реалізацію механізму адаптації з урахуванням специфіки конкретного навчального закладу.

Отже, проблема адаптації особистості до умов нової організації полягає у знаходженні певного «локусу» в її соціально-психологічному просторі, яке здійснюється через прийняття наявної системи оцінювання значущості людей та ситуацій. Проблема полягає не тільки в тому, щоби сприйняти і зрозуміти існуючі «системи координат», а й прийняти їх на емоційно-особистісному рівневі, знайти в них нові особистісні сенси. Саме на цьому етапі, на нашу думку, дуже важливо планувати роботу зі студентами-першокурсниками, враховуючи рівні їх адаптивних можливостей. Ця робота передбачає проведення діагностичної роботи з абітурієнтами (студентами) та розробку й виконання програми психологічної підготовки студентів-першокурсників до ефективної адаптації при навчанні.

Висновки. У результаті проведеного дослідження щодо психологічного супроводу адаптації студентів до нових умов навчання виявлено:

- адаптація особистості студента до навчання – це складний і тривалий процес, обумовлений необхідністю відмови від звичного, неминучістю подолання численних і різнопланових адаптаційних проблем й ускладнень;
- соціально-психологічна адаптація – це процес організації соціальної взаємодії, який сприяє найбільш повній реалізації особистісного потенціалу;
- механізм соціально-психологічної адаптації студентів до нових умов навчання має загальні основи й закономірності адаптаційного процесу особистості до нових умов;
- основними засобами адаптації є консультації, прес-конференції, тренінги, школа діагностики для кураторів груп тощо;
- викладачі усвідомлюють необхідність соціально-психологічного супроводу адаптації студентів, який передбачає поетапний процес, в ході якого відбувається формування професійно й соціально зрілої особистості, здатної до самореалізації;
- ефективність керування процесом адаптації студентів визначається здатністю психолога й педагогів усвідомити та вирішити певні проблеми соціально-психологічного супроводу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Березин Ф. Б. Психологическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. – Л. : Наука, 1988. – 270 с.
2. Бойко І. І. Соціально-психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання: дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Бойко Ірина Іванівна. – К., 2002. – 243 с.
3. Бохонкова Ю. О. Особистісні чинники соціально-психологічної адаптації першокурсників до умов вищих навчальних закладів: дис... канд. психол. наук: 19.00.05 / Бохонкова Юлія Олександрівна. – К., 2005.
4. Дьяченко М. И. Психологические проблемы готовности к деятельности / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – Минск : Изд-во БГУ, 1976. – 176 с.
5. Меерсон Ф. З. Адаптация, стресс, профилактика. – М. : Наука, 1981 – 279 с.
6. Межисева М. В. Адаптационный процесс студентов педагогического ВУЗа и его трудности / Вестник «Современное образование». – 2003. – № 9. – С. 45-50.
7. Мельник А. П. Соціально-психологічна адаптація учня до нового класного колективу : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Мельник Антоній Петрович. – Івано-Франківськ, 2008.
8. Мирзаянова Л. Ф. Упреждающая адаптация студентов к педагогической деятельности (кризисы, способы упреждения и смягчения) / Л. Ф. Мирзаянова / науч. ред. Т. М. Савельева. – Мн. : Беларуская навука, 2003 – 271 с.
9. Морозов А. В. Социальная политика развития человеческого потенциала / А. В. Морозов. – Казань, 2002. – 224 с.
10. Налчаджян А. А. Психологические защитные механизмы / в кн. Самосознание и защитные механизмы личности // хрестоматия. Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2008. – 656 с.
11. Петровский А. В. Формирование психологической теории коллектива и личности / Петровский А. В. // Вопросы истории и теории психологии / избр. труды. – М. : 1984. – 272 с.
12. Росляков А. Е. Социально-психологическая адаптация студентов в условиях ВУЗа: автореф. дис... на соис. учёной степени канд. психол. наук / А. Е. Росляков. – Ярославль, 2003. – 16 с.
13. Хазратова Н. В. Включення студента до соціально-психологічного простору ВНЗ. / Н. В. Хазратова // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 2. – С. 5-8.

14. Хатунцева С. М. Педагогічні умови адаптації викладача-початківця до професійно-педагогічної діяльності у вищому навчальному закладі : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Хатунцева Світлана Миколаївна. – Х., 2004. – 204 с.

Подано до редакції 05.09.12
