

Психолого-педагогическое сопровождение студентов-первокурсников на этапе адаптации к обучению в колледже

Сегодня необычайно актуализируется проблема адаптации и самоадаптации личности, формирования ее социальной и профессиональной идентичности. Проблема адаптации студентов на первом курсе в колледже находится сегодня в центре внимания многих исследователей и практиков, работающих в сфере образования. Об этом свидетельствует большое количество публикуемых статей, методических пособий, диссертаций.

Первокурсникам не достает различных навыков и умений, которые необходимы в колледже для успешного овладения программой. Попытки компенсировать это усидчивостью не всегда приводят к успеху. Проходит немало времени, прежде чем студент приспособится к условиям обучения в институте. Многими это достигается слишком большой ценой. Отсюда и низкая успеваемость на первом курсе и большой отсев по результатам сессии. Приспособление к новым условиям требует много сил, из-за чего возникают существенные различия в деятельности и результатах обучения в школе и институте. Одной из причин низких темпов адаптации студентов является несогласованность в педагогическом взаимодействии между преподавателем и студентом при организации способов учения.

Сама по себе адаптация – это предпосылка активной деятельности и необходимое условие ее деятельности. В этом заключается положительное значение адаптации для успешного функционирования индивида в той или иной социальной роли. Под адаптационной способностью понимают способность человека приспособливаться к различным требованиям (социальным и физическим) среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой.

Трудности адаптации – это не что иное, как трудности совмещения усилий преподавателя и студента при организации способов учения.

Успешную адаптацию студентов можно рассматривать как их включенность:

- в новую социальную среду;
- в учебно-познавательный процесс;
- в новую систему отношений.

Бывшие школьники, поступающие в колледж, – только на пути к самоопределению. Многие осознанно выбрали специальность, по которой хотели бы получить образование и трудиться в будущем, но есть и такие, у которых жизненные планы не определены. От того, как произойдет приобщение личности к новым условиям вхождения в социальную среду, насколько будут преодолены трудности с приобретением профессиональных навыков (при отсутствии навыков самостоятельной работы), зависит, как сформируется у студентов умение найти способы самореализации не только в рамках профессии, но и вне ее. На «базе» этих умений в дальнейшем будет строиться личностный и профессиональный рост, происходить формирование жизненных планов.

Сегодня необычайно актуализируется проблема адаптации и самоадаптации личности, формирования ее социальной и профессиональной идентичности.

В педагогической литературе проблема сопровождения процесса адаптации рассматривалась М.Р. Битяновой, К.Ю. Грачёвым, В.С. Кагерманом, Л.И. Кохановичем, В.А. Комаровым, В.А. Караковским, Л.П. Лазаревой, А.П. Тряпициной, О.Е. Шафрановой и др., как система профессиональной деятельности психолога, педагога, направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения, самоопределения и психологического развития в ситуациях взаимодействия в процессе обучения.

Однако практический аспект реализации задачи проблемы адаптации личности первокурсника остается недостаточно раскрытым, поскольку стремительно меняются многие точки зрения, относительно меняется молодое студенческое поколение и соответственно должна изменяться технология работы педагогов.

С учетом выше сказанного был сделан выбор темы исследования.

Цель: изучить формы психолого-педагогического сопровождения студентов первого курса на этапе адаптации к обучению в вузе.

Объект исследования - процесс адаптации студентов-первокурсников в колледже.

Предмет исследования - трудности адаптации студентов-первокурсников к условиям колледже.

Задачи исследования:

1. Раскрыть сущность понятия «адаптация».
2. Рассмотреть подходы к изучению адаптации в научной литературе.
3. Изучить практический опыт выявления трудностей адаптации студентов первого курса.
4. Рассмотреть формы психолого-педагогического сопровождения студентов первого курса на этапе адаптации к обучению в колледже.

Методы исследования: теоретический анализ литературы по проблеме исследования, сравнение, обобщение.

1. Психологический анализ проблемы адаптации студентов-первокурсников на этапе обучения в вузе

1.1. Психологическая сущность понятия «адаптация»

Проблема адаптации одна из самых фундаментальных междисциплинарных научных проблем, которая изучается как на педагогическом, психологическом, так и на социально-экономическом, медико-биологическом и других уровнях.

Изучение процесса адаптации студентов-первокурсников к новым условиям предполагает анализ категории «адаптация». В энциклопедическом словаре термин «адаптация» определяется как «...приспособление самоорганизующихся систем к изменяющимся условиям среды», что более характеризует медико-биологические аспекты этого процесса.

В психологии под термином «адаптация» понимается перестройка психики индивида под воздействием объективных факторов окружающей среды, а также способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой .

Адаптация (лат. *adapto* —приспосаблию) — процесс приспособления к изменяющимся условиям внешней среды.

Можно также выделить несколько видов адаптации: психофизиологическую, социально-психологическую, профессиональную и организационную.

Психофизиологическая адаптация - приспособление к новым физическим и психологическим нагрузкам, физиологическим условиям труда. В процессе психофизиологической адаптации происходит освоение совокупности всех условий, оказывающих различное психофизиологическое воздействие на работника во время труд.

Социально-психологическая адаптация - приспособление к относительно новому социуму, нормам поведения и взаимоотношений в новом коллективе. В процессе социально-психологической адаптации происходит включение человека в систему взаимоотношений коллектива с его традициями, нормами жизни, ценностными ориентациями.

Профессиональная адаптация — постепенное совершенствование трудовых способностей человека:

- профессиональных навыков;
- дополнительных знаний;
- навыков сотрудничества и т.п.

Как правило, удовлетворенность трудом наступает при достижении определенных результатов, а последние приходят по мере освоения сотрудником специфики работы на конкретном рабочем месте.

Организационная адаптация — усвоение роли и организационного статуса рабочего места и подразделения в общей организационной структуре.

Адаптационный процесс характеризуется двойственностью. В нем приобретаются новые возможности и одновременно перестраиваются уже имеющиеся. Сохранение эффективности деятельности происходит благодаря готовности к привыканию в других ситуациях.

Непосредственным толчком к началу процесса социальной адаптации чаще всего становится осознание личностью или социальной группой того факта, что усвоенные в предыдущей социальной деятельности стереотипы поведения перестают обеспечивать достижение успеха и актуальной

становится перестройка поведения в соответствии с требованиями новых социальных условий или новой для адаптанта социальной среды.

В общем виде чаще всего выделяется четыре стадии адаптации личности в новой для нее социальной среде:

1. начальная стадия, когда индивид или группа осознают, как они должны вести себя в новой для них социальной среде, но еще не готовы признать и принять систему ценностей новой среды и стремятся придерживаться прежней системы ценностей;

2. стадия терпимости, когда индивид, группа и новая среда проявляют взаимную терпимость к системам ценностей и образцам поведения друг друга;

3. аккомодация, т.е. признание и принятие индивидом основных элементов системы ценностей новой среды при одновременном признании некоторых ценностей индивида, группы новой социальной средой;

4. ассимиляция, т.е. полное совпадение систем ценностей индивида, группы и среды.

В рамках гуманистического направления психологии вопросы адаптации рассматриваются в контексте положения об оптимальном взаимодействии личности и среды. А. Маслоу рассматривает процесс адаптации как динамический процесс взаимодействия личности и среды, в качестве основного критерия адаптированности личности выдвигается степень ее интегрированности со средой.

Фундаментальные вопросы социально-психологической адаптации личности освещены в трудах отечественных и зарубежных исследователей - А.А. Балл, Л.И. Божович, В.А. Петровского, Ж. Пиаже, З. Фрейда, Э. Эриксона и др.

В неопрейдистском направлении адаптация рассматривается в контексте социальной активности личности. Современные психоаналитики широко используют введенные еще З. Фрейдом понятия «аллопластических»

и «аутопластических» изменений и, соответственно, различают две разновидности психологической адаптации:

1. Аллопластическая адаптация достигается теми изменениями во внешнем мире, которые человек совершает для приведения его в соответствие со своими потребностями.

2. Аутопластическая адаптация обеспечивается изменениями личности (ее структуры, умений, навыков и т.п.), с помощью которых она приспосабливается к среде.

Среди работ психоаналитического направления следует выделить концептуальный подход Э. Эриксона, выдвинувшего положение о взаимном непрерывном приспособлении индивида и общества. Процесс адаптации в его концепции описывается формулой: противоречие - тревога - защитные реакции индивида и среды - гармоническое равновесие или конфликт. Э. Эриксон рассматривает конфликт в качестве одного из возможных исходов взаимодействия индивида и среды в том случае, когда защитные реакции организма и «уступки» среды оказываются недостаточными для восстановления нарушенного равновесия .

Г.А. Балл рассматривает понятие адаптации, исходя из универсального характера тенденции к установлению равновесия между компонентами реальных систем. Ученый аргументировано доказывает, что категория адаптации применима для анализа процесса развития личности, его психологических механизмов. Г.А. Балл подчеркивает, что тенденция к достижению равновесия, в которой находит одно из проявлений принципа законообразия бытия, имеет место на всех уровнях развития материи, охватывает все формы ее движения от физической до социальной. По мнению ученого, адаптация - процесс, направленный не только на сохранение и воспроизведение некоторого заранее данного отношения, но и на выход за рамки наличной психологической ситуации.

Согласно концепции Ж. Пиаже, адаптация и в биологии, и в психологии рассматривается как единство противоположно направленных

процессов: аккомодации и ассимиляции. Первый из них (обозначенный термином «адаптация» в более узком смысле) обеспечивает модификацию функционирования организма или действий субъекта в соответствии со свойствами среды. Второй процесс изменяет те или иные компоненты этой среды, перерабатывая их согласно структуре организма или включая в схему поведения субъекта. Указанные процессы тесно связаны между собой и опосредствуют друг друга. «Точно так же, как нет ассимиляции без аккомодации, так нет и аккомодации без ассимиляции»

По словам Ж. Пиаже, «адаптация обеспечивает равновесие между действием организма на среду и обратным воздействием среды, или, что одно и то же, равновесие во взаимодействиях субъекта и объекта». В качестве причины и источника адаптации обычно понимается изменение объекта адаптации (природной или социальной среды), либо изменение субъекта адаптации, то есть человека.

Л.И. Божович указывает на зависимость характера адаптации от стадии онтогенеза. На ранних этапах психические особенности и качества возникают путем приспособления ребенка к требованиям окружающей среды. Возникнув, таким образом, они затем приобретают самостоятельное значение и в порядке обратного влияния начинают определять последующее развитие человека. Ученый отмечает, что ребенок не просто приспосабливается к наличной ситуации. На основе сформировавшихся ранее качеств личности ребенок особым образом преломляет воздействие среды и (сознательно или незоснательно) занимает по отношению к ней определенную внутреннюю позицию. В процессе формирования сознательной регуляции поведения осознанные цели все в большей мере контролируют и направляют аккомодационную и ассимиляционную активность развивающегося субъекта. На достаточно высоком уровне развития эта активность находит выражение в том, что субъект из существа, усваивающего накопленный человечеством социальный опыт, превращается в творца этого опыта.

1.2. Подходы к изучению адаптации в научной литературе

Адаптация рассматривается как процесс изменения взаимодействующих сторон. Личность, входя в новое социальное окружение, определенным образом меняет систему своих отношений. В свою очередь, группа реагирует на появление новичка корректировкой своих норм, традиций, правил. В работах данного направления больший акцент ставится на личность, именно ей отводится решающая роль в процессе адаптации.

Прикладные аспекты проблемы социально-психологической адаптации разрабатываются многими учеными по целому ряду направлений: адаптация личности в различных группах и коллективах; в различных сферах учебной, трудовой, производственной деятельности, при различных психосоматических и невротических заболеваниях и др.

Среди большого количества разрабатываемых учеными проблем адаптационного процесса, пожалуй, наиболее интенсивно изучалась проблема социальной адаптации рабочего на производстве. Недаром начиная с 70-х годов в социальной психологии равнозначно применяются два понятия "социальная адаптация" и «производственная адаптация».

Ряд плодотворных изысканий в направлении изучения социально-психологической адаптации личности в различных сферах производственного коллектива было осуществлено научным коллективом Лаборатории социальной и экономической психологии Института психологии РАН (В.Н. Безносиков, А.Л. Журавлев, О.И. Зотова, Л.В. Ключникова, И.К. Кряжева, В.П. Поздняков, С.Н. Пустовалов, Е.В. Таранов и др.). Так, Е.В. Таранов в своем диссертационном исследовании, посвященном изучению социально-психологических проблем адаптации молодого рабочего, определяет социально-психологическую адаптацию как «многомерный процесс формирования у личности устойчивого позитивного отношения к задачам и традициям предприятия по мере проявления активности и усиленного включения в производственную

деятельность, систему межличностных отношений, социокультурную и социально-политическую жизнь предприятия, нахождение там условий для самореализации».

В качестве разновидности социальной адаптации выделяется также социокультурная (или межкультурная) адаптация. Под межкультурной адаптацией, в широком смысле, понимается процесс, благодаря которому человек достигает соответствия (совместимости) с новой культурной средой, а также результат этого процесса. Обычно выделяют внутреннюю сторону адаптации, выражающуюся в чувстве удовлетворенности и полноты жизни, и ее внешнюю сторону, которая проявляется в участии индивида в социальной и культурной жизни новой группы .

Для того чтобы подчеркнуть результат адаптации, нередко употребляется такое понятие, как "адаптированность" личности или группы. Адаптированность можно определить как такое состояние субъекта, которое позволяет ему чувствовать себя свободно и раскованно в социально-культурной среде, включаться в основную деятельность, чувствовать изменения в привычном социально-культурном окружении, углубляться во внутриличностные духовные проблемы, обогащать собственный мир путем более совершенных форм и способов социокультурного взаимодействия.

Изучая состояние адаптированности как результата адаптации, перед исследователями неизбежно встает вопрос о критериях определения адаптированности или показателях адаптации. Знакомство с литературными источниками позволяет сделать вывод о существовании большого количества разнообразных показателей, предлагаемых в качестве таких критериев, которые большинством исследователей объединяются в две большие группы: объективные и субъективные (или внешние и внутренние).

Так, В.Н. Безносиков к объективным критериям, определяющим адаптированность молодого рабочего на производстве, относит показатели производственной деятельности субъекта адаптации, такие как норма выработки, процент брака, а также квалификационный разряд, стаж работы,

официальный статус, образование и т.д. Субъективные критерии в свою очередь подразделяются этим автором на две категории:

1. собственно-субъективные, т.е., самооценка субъекта адаптации;
2. субъективно-объективные, когда адаптант является объектом оценки его состояний относительно субъективным (экспертным) методом.

К первой категории относятся такие показатели, как: удовлетворенность, отношения, ценностные ориентации, направленность, социальные установки и т.д. Ко второй категории автор относит широкий набор критериев, основанных на обобщении оценок социального поведения адаптанта, например: соблюдение трудовой дисциплины, общественная активность, стремление к повышению профессиональной квалификации и т.д.

И.А.Георгиева, основываясь на эмпирическом изучении адаптации личности в коллективе, предлагает следующие наборы внутренних и внешних факторов:

- к внутренним факторам относятся социально-демографические характеристики участников исследования (пол, возраст, семейное положение, наличие детей и пр.), ценностные ориентации личности, ряд психологических свойств личности;
- в качестве внешних факторов выступает комплекс параметров, связанный с видом деятельности группы, – это специфические характеристики деятельности и связанные с ними особенности социальной организации коллектива.

Содержательный анализ выделенных факторов показал, что традиционный подход к адаптации predetermined их значимость в адаптационном процессе. Изучались преимущественно внешние факторы. Такой подход обусловлен был традиционным пониманием адаптации как акта приспособления к воздействиям извне, как результата действия сторонних сил, а не собственных потенций человека. Тем не менее, ученые не могли проигнорировать важность внутренних факторов, поскольку одни и

те же внешние воздействия по-разному преломляются через внутренний мир личности.

Критериями же адаптации для управленческого персонала могут служить: выполнение должностной инструкции, качество выполненной работы, количество выполненной работы, способность влиться в коллектив, заинтересованность в работе, соблюдение дисциплины.

Изменение социокультурного окружения требует от личности установления новых социальных связей, нахождения своего места в новых для нее условиях, профессиональной реализации, встраивания себя в систему уже сложившихся социокультурных отношений. Данное требование ставит перед индивидом задачу выбора и реализации соответствующей адаптационной стратегии. Движение по пути приобретения новой позитивной идентичности, адекватной изменившимся социально-культурным, экономическим и политическим условиям жизни в российском обществе, невозможно без установления самых широких взаимоотношений с новым социальным окружением, что является необходимым условием или фактором успешности адаптации.

Адаптированность по внутреннему и внешнему критериям обеспечивается разным набором стратегий поведения. Так, для достижения адаптированности по внутреннему критерию наибольшее значение играют стратегии, направленные на изменение среды; для адаптированности по внешнему критерию - стратегии, направленные на внутренние изменения.

Показатели адаптации персонала — измерители уровня успешности адаптации; делятся на объективные и субъективные. Объективные показатели адаптации характеризуют эффективность трудовой деятельности, активность участия сотрудников в ее различных сферах; подразделяются по принадлежности к одному из ее видов, например, профессиональному (соответствие квалификационных навыков требованиям рабочего места); социально - психологическому (степень соответствия поведения личности нормам, сложившимся в данном коллективе); психофизиологическому

(степень утомляемости, уровень нервной перегрузки). Субъективные показатели адаптации характеризуют удовлетворенность сотрудника работой в целом или отдельными ее проявлениями; подразделяются по принадлежности к одному из видов адаптации и определяют собственную оценку работником: своего отношения к профессии и квалификации; отношений с коллективом сотрудников, с руководством; самочувствия, условий и тяжести труда; понимания роли индивидуальных задач в решении общих задач организации.

В заключении выделим существенные особенности процесса социально - психологической адаптации, оказывающие влияние на процесс её изучения:

1. Происходит, преимущественно, по типу адаптации к постоянно изменяющейся среде, что определяет необходимость смещения акцента исследований с состояния адаптированности на свойство адаптивности личности.

2. Процесс не имеет чётких границ и разворачивается на протяжении всей линии онтогенетического развития человека.

3. Характерны чрезвычайная индивидуализированность и уникальность способов адаптации.

4. Существенной особенностью является высокая степень реализации активной преобразовательной функции, как личности, так и среды. С одной стороны, личность имеет большие возможности воздействия на социальную среду, поскольку человек занимает в социальной системе более значимое место, чем в биологической. Особенностью социальной среды является наличие ряда специальных институтов, посредством которых она имеет возможность активно воздействовать на адаптанта.

5. Основной целью социально - психологической адаптации является не приспособление, а самореализация личности (динамика соц.адаптации).

Подводя итоги первой части нашего исследования можно сделать следующие выводы:

1. Адаптация (лат. *adapto* —приспосаблию) —процесс приспособления к изменяющимся условиям внешней среды.
2. Выделяют психофизиологическую, социально-психологическую, профессиональную и организационную виды адаптации.
3. Непосредственным толчком к началу процесса социальной адаптации чаще всего становится осознание личностью или социальной группой того факта, что усвоенные в предыдущей социальной деятельности стереотипы поведения перестают обеспечивать достижение успеха и актуальной становится перестройка поведения в соответствии с требованиями новых социальных условий или новой для адаптанта социальной среды.
4. Выделяется четыре стадии адаптации личности в новой для нее социальной среде: начальная стадия, стадия терпимости, аккомодация, ассимиляция.
5. Критериями адаптации служат: качество выполненной работы, количество выполненной работы, производимое на людей впечатление, способность влиться в коллектив, заинтересованность в работе.
6. Выделяют такие показатели адаптации как: объективные (характеризуют эффективность трудовой деятельности, активность участия сотрудников в ее различных сферах) и субъективные (характеризует удовлетворенность сотрудника работой в целом или отдельными ее проявлениями; подразделяются по принадлежности к одному из видов адаптации).

2. Психолого-педагогическое сопровождение студентов-первокурсников на этапе адаптации к обучению в колледже

2.1. Практика изучения проблем адаптации студентов-первокурсников к условиям колледжа

Поступление бывших школьников в колледж не может не сказаться на их внутреннем самочувствии, уверенности в себе, спокойствии, внутреннем комфорте, т.е. того, что мы часто обозначаем термином «адаптация». Понять, насколько первокурсник адаптирован к вузовскому социуму и при необходимости помочь – главная задача преподавателей.

Адаптация личности студента к обучению – это сложный, длительный, а порой острый и болезненный процесс. Он обусловлен необходимостью отказа от привычного, неизбежностью преодоления многочисленных и разноплановых адаптационных проблем и профессиональных затруднений.

Психолого-возрастные особенности студенчества характеризуются эмоциональной незрелостью, открытостью, внушаемостью, самоидентификацией. В этот период студентам важно именно окружение, в котором они находятся. Очень часто в одну группу попадают юноши и девушки разного социального уровня, а именно – провинциалы и городские жители. Период адаптации данных категорий будет различным.

По результатам исследований студентами-первокурсниками отделения экономики и бухгалтерского учета ГБПОУ КК «Колледж ейский» было выявлено в итоге, что большинство студентов (52 %) полностью адаптировались в вузе, а другие (47,5 %) – требовали к себе особого подхода и более пристального внимания. Все данные говорили о том, что они явно имеют некоторую дезгармонизацию в отношениях с основной деятельностью, не говоря о двух студентах – полностью дезадаптированных.

Проведенная диагностика адаптированности студентов первого курса к колледжному социуму позволила не только выявить тех, кому надо уделить особое внимание, но и определить причины, многие из которых можно было сравнительно легко устранить [14].

Подобное исследование проводилось также в другом колледже со студентами-первокурсниками. В ходе, которого диагностика показала, что нетрудно и недолго шла адаптация для 60 % студентов-первокурсников, практически безболезненно – для 28 % студентов-первокурсников. Причем к последней категории относились студенты, которые ранее обучались в лицеях, гимназиях и колледжах.

И.Г. Репьева считает, что для более успешной адаптации первокурсников, необходимо:

1. учитывать трудности адаптации первокурсников при построении учебных планов;

2. использовать различные методы обучения, ориентированные не на зазубривание изучаемых дисциплин, а, в первую очередь, на обучение студентов умению выявлять главные и второстепенные причины, следствия и другие стороны изучаемых проблем;

3. проведение курса «Введение в специальность», в рамках которого студенты первого курса должны получить четкое представление о выбранной специальности, методах и формах обучения, видах, представляемых формах отчетных документов, организации их содержания, периодах сдачи текущего и итогового контроля знаний и др.;

4. использовать у студентов первого курса системы адаптационных тренингов;

5. проведение спецкурса «Психология делового общения» на первом курсе обучения, который может способствовать формированию устойчивых навыков конструктивного обучения, развитию социальной компетентности;

7. повышение роли куратора в адаптации студентов к условиям обучения в колледже.

Также нельзя оставить без внимания исследования, проведенные в Ейском Медицинском колледже. В нем проводилось анкетирование по изучению исследования мотивации и на вопрос «Почему Вы выбрали медицинское образовательное учреждение?» студенты ответили следующим образом: 78% первокурсников выбрали медицинскую специальность, потому что мечтают работать в медицинских учреждениях; 13% студентов пришли по совету друзей или родственников; 9% написали «другая причина»; для 77% студентов в процессе обучения важно стать квалифицированным специалистом и получить глубокие знания; 23 % первокурсников наиболее важным считают просто получение диплома об образовании. Насколько успешно студенты адаптируются к учебно-познавательному процессу, зависит: от уровня интеллектуального развития; от волевых процессов; от мотивации к обучению.

На основании полученных учеными данных, было установлено, что мотивационный уровень студентов нового набора являлся высоким для 77%. С 23% студентами необходима дополнительная работа по профессиональной мотивации.

Успешную адаптацию студентов можно рассматривать как их включенность: в новую социальную среду; в учебно-познавательный процесс; в новую систему отношений.

Таким образом подводя итоги к всему вышесказанному можно сделать вывод, что своевременная диагностика проблем адаптации - это то условие, которое должно было помочь осуществить индивидуальный подход к этим студентам для развития у них определенных качеств.

В рамках нашего исследования считаю дать необходимым описание некоторых методик по изучению адаптации.

Например, методика изучения школьной адаптации и дезадаптации основана на том что, результаты наблюдений за учеником, анализ выполнения детьми учебных заданий: просмотр тетрадей, прослушивание ответов на уроках, а также динамика успеваемости по всем школьным

предметам - оцениваются педагогом по семи шкалам в соответствии со следующими показателями: учебная активность, усвоение программных материалов, поведение на уроке, поведение на перемене, взаимоотношения с одноклассниками, отношение к учителю, эмоции.

Также методика «Интеллектуальная лабильность» (исследует умение быстро переходить с решения одних задач на выполнение других, не допуская ошибок). По результатам этой методики можно делать прогноз в успешности обучения. Корректирующая проба Бурдона (исследует концентрацию, объем, устойчивость и истощаемость внимания). Проективный тест «Дерево» (исследует тревожность, сферу конфликтов, адекватность самооценки, ведущие потребности и др.) Тест Айзенка (исследует степень тревожности, потребность в общении, эмоциональную устойчивость) .

Методика нервно-психической адаптации является достаточно обоснованным инструментом диагностики уровня психической адаптации, отражает количественную сторону процесса адаптации конкретного индивида к конкретным условиям деятельности.

2.2. Формы психолого-педагогического сопровождения студентов первого курса на этапе адаптации к обучению в вузе

В настоящее время актуальным в деятельности педагогов стал структурный подход, в рамках которого рассматриваются не только личностные и индивидуальные особенности ребенка, но и характер его межличностных отношений со сверстниками, с родителями и окружающими его взрослыми.

Главная цель психолого-педагогического сопровождения – дать возможность педагогу помочь каждому учащемуся быть успешным. Педагог должен сам владеть ситуацией, сам определять перспективы своего развития и тактику взаимодействия с каждым учащимся.

Задачи психолого-педагогического сопровождения: оказание психологической и педагогической помощи в успешной адаптации каждого ребенка в новых социальных условиях, создание атмосферы безопасности и доверия в системе учитель – ребенок – родитель, способствовать формированию умений и навыков ребенка, лежащих в зоне его ближайшего развития.

Формы психолого- педагогического сопровождения работы зависят от количества учащихся. Различают коллективные, групповые и индивидуальные формы работы. Мы рассмотрим коллективные формы психолого-педагогического сопровождения , к которым можно отнести адаптационный лагерь и кураторство.

Адаптационный лагерь — это своеобразная новая форма работы педагогов вуза, которая проходит вне стен института. Студенты быстрее узнают друг друга, погружаются в климат вуза. Ведь первокурсникам нелегко дается отвыкнуть от школьных предметов и родных учителей. Поэтому неудивительно, что сейчас во многих вузах такое мероприятие становится традиционным.

Сложность начального периода пребывания студента в вузе связана с необходимостью:

- приспособления к новому типу учебного коллектива, его обычаям и традициям;
- освоения учебных норм, оценок, способов и приемов учебной работы;
- адаптации к новым условиям быта, к новым формам досуговой деятельности.

В лагере первокурсника студенты узнают специфику обучения в высшем учебном заведении, о том, как вести себя на лекциях и семинарах, да и просто избавиться от страха перед новым коллективом и вузом. Главная цель адаптационных лагерей – это погружение в культуру вуза с целью последующего эффективного обучения на факультете. В лагере первокурсника проще идет освоение форм работы в институте, формируется

благоприятный климат в группах. Ребята знакомятся с традициями факультета и института, узнают о правилах поведения, возможностях льгот, знакомятся с кураторами, выбирают старосту группы.

Студенческий адаптационный лагерь это заветная мечта каждого первокурсника. Во многих институтах нашей страны поездки в эти лагеря стали хорошей традицией. Программа, проходящая в этих лагерях, помогает начинающим студентам легко и безболезненно влиться в коллектив, а также приспособиться к новой форме обучения.

В непринужденной творческой обстановке ребята знакомятся и друг с другом, и с будущими преподавателями, и со студентами старших курсов.

После прохождения этапа адаптации в таком лагере у каждого первокурсника формируется твердое убеждение, что его факультет — самый лучший.

Более того, студенты учатся продуктивному взаимодействию с сокурсниками и преподавателями, раскрывают свой личностный и творческий потенциал, учатся понимать себя и вообще узнают, что они, оказывается, на многое способны.

И лагерь именно помогает выявить склонности студентов к творчеству, спорту и многому другому. Но, а если таких способностей нет, то во время обучения в вузе молодые люди особо остро испытывают потребность в собственной реализации в социальном пространстве. Для них важно не только быть членом общества, но и проявлять свою индивидуальность, неповторимость [20].

Существует ряд качеств, входящих в понятие адаптивность, - такие, как коммуникативность, эмпатия, стрессоустойчивость, рефлексивность, толерантность, способность организовать свое социальное время, способность к самоконтролю, готовность к переучиванию, гибкость, знание своих индивидуально-психологических качеств и прочие, которые необходимо помочь сформировать у студентов.

Этот путь начинается, по сути, с самого малого - со способности организовать себя, свое собственное время.

Цель педагогов в данный период - не воспитывать, не обучать, не наставлять, а создавать условия, чтоб студент хотел находиться именно в этом образовательном учреждении, хотел заниматься интересным ему видом деятельности. Система педагогического взаимодействия выстраивается исходя из потребностей студента [32].

Именно поэтому адаптационный период играет большую роль в жизни студентов первокурсников. И его особенности существенно определяют в дальнейшем морально-психологическое самочувствие первокурсников, их дисциплинированность, отношение к учебному труду, активность жизненной позиции.

Кураторство – одна из форм воспитательной работы, выполняемой работниками профессорско-преподавательского состава в рамках их должностных обязанностей, предусмотренных их индивидуальными планами. Основными направлениями деятельности куратора в вузе являются: вовлечение студентов в социально активную жизнь, формирование у них чувства ответственности, воспитание нравственно и физически здоровой личности.

Важное место в процессе профессиональной подготовки будущего специалиста занимает воспитательная деятельность, осуществляемая через институт кураторства. Наряду с овладением теоретическим и практическим знаниям студент приобретает, в процессе обучения в вузе, опыт внутригруппового общения, взаимодействия с разными социальными институтами, организации совместной работы со студентами других курсов.

Кураторство – незаменимая и при правильной организации, эффективная система взаимодействия преподавателей и студентов, которая позволяет решать многие задачи в учёбе и в других студенческих проблемах, передавать молодёжи жизненный опыт, знания, традиции, оказывать определённое воздействие на их мировоззрение и поведение.

Для успешной адаптации необходимым является проявление активной позиции, которая должна быть не только у преподавателя, но и у студента, то есть должна быть совместная деятельность. Студент должен сам находить и выбирать для себя способы и пути достижения той или иной образовательной цели, а преподаватель – создавать для этого условия [8].

Работа кураторов в колледже направлена на решение приоритетной задачи воспитания – создание оптимальных условий для саморазвития личности студента. Куратор участвует в решении этой задачи путем консультирования, ориентации и психологической поддержки студентов (самостоятельно или через сотрудничество с психологической службой университета).

Таким образом, из вышесказанного можно сделать следующие выводы, что процесс адаптации непосредственным образом влияет на успешность в учебе и на саморазвитие личности студента. По рассмотренным нами исследованиям можно сделать вывод, что гораздо больший процент студентов первокурсников проходит процесс адаптации. Но на него влияет много факторов, и таких как например адаптационный лагерь и кураторство, которые оказывают помощь в прохождении трудного этапа в жизни студента.

Подводя итоги к нашему исследованию можно сказать, что практически всегда, попадая в незнакомую ситуацию, человек испытывает сильнейший стресс. Смена места учебы является такой незнакомой ситуацией, а следовательно и сильное эмоциональное переживание. Ребенок попадает в новый коллектив (да, именно ребенок, потому что он только окончил школу) – это среда незнакомых людей, новые модели поведения, условия учебы, правила и табу учебного заведения. Адаптация – процесс ознакомления учащегося с учебным заведением и изменение его поведения в соответствии с требованиями и правилами организационной культуры учебного заведения. Поэтому от родителей, несмотря на то что это уже вуз а не школа, требуется помощь в адаптации и создание благоприятных условий для общения. Приходя на первое родительское собрание в институт,

куратору необходимо дать советы родителям на адаптационный период: отмечайте самые маленькие достижения в период адаптации; поддерживайте инициативы ребенка, его попытки преодолеть трудности; интересуйтесь его отношениями с одноклассниками, с учителями предметниками и его отношением к новой школе [35].

Показатели успешной социально-психологической адаптации – высокий социальный статус индивида в данной среде, а также его психологическая удовлетворенность этой средой в целом и ее наиболее важными для него элементами.

Подводя итоги второй части нашего исследования можно сделать следующие выводы:

1. Адаптация личности студента к обучению – это сложный, длительный, а порой острый и болезненный процесс. Он обусловлен необходимостью отказа от привычного, неизбежностью преодоления многочисленных и разноплановых адаптационных проблем и профессиональных затруднений.

2. По изученным исследованиям видно, что большая часть студентов, а это 50-65% прошли адаптацию успешно без каких-либо трудностей.

3. Для изучения процесса адаптации можно использовать такие методики: методика изучения школьной адаптации и дезадаптации, методика «Интеллектуальная лабильность», корректурная проба Бурдона, проективный тест «Дерево», тест Айзенка, методика нервно-психической адаптации.

4. Цель психолого-педагогического сопровождения – дать возможность педагогу помочь каждому учащемуся быть успешным.

5. Формы психолого- педагогического сопровождения работы зависят от количества учащихся. Различают коллективные, групповые и индивидуальные формы работы.

6. Адаптационный лагерь — это своеобразная новая форма работы педагогов вуза, которая проходит вне стен института .

7. Кураторство – одна из форм воспитательной работы, выполняемой работниками профессорско-преподавательского состава в рамках их должностных обязанностей, предусмотренных их индивидуальными планами. Основными направлениями деятельности куратора в вузе являются: вовлечение студентов в социально активную жизнь, формирование у них чувства ответственности, воспитание нравственно и физически здоровой личности.

8. Для успешного прохождения процесса адаптации от родителей требуется помощь в адаптации и создание благоприятных условий для общения. Приходя на первое родительское собрание, куратору необходимо дать советы родителям на адаптационный период: отмечайте самые маленькие достижения в период адаптации; поддерживайте инициативы ребенка, его попытки преодолеть трудности; интересуйтесь его отношениями с одноклассниками, с учителями предметниками и его отношением к новой школе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема адаптации студентов на первом курсе в находится сегодня в центре внимания многих исследователей и практиков, работающих в сфере образования. Сегодня необычайно актуализируется проблема адаптации и самоадаптации личности, формирования ее социальной и профессиональной идентичности.

В педагогической литературе проблема сопровождения процесса адаптации рассматривалась М.Р. Битяновой, К.Ю. Грачёвым, В.С. Кагерманом, Л.И. Кохановичем, В.А. Комаровым, В.А. Караковским, Л.П. Лазаревой, А.П. Тряпициной, О.Е. Шафрановой, как система профессиональной деятельности психолога, педагога направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения, самоопределения и психологического развития в ситуациях взаимодействия в процессе обучения.

Адаптация (лат. *adapto* —приспособляю) —процесс приспособления к изменяющимся условиям внешней среды.

Выделяют психофизиологическую, социально-психологическую, профессиональную и организационную виды адаптации.

Непосредственным толчком к началу процесса социальной адаптации чаще всего становится осознание личностью или социальной группой того факта, что усвоенные в предыдущей социальной деятельности стереотипы поведения перестают обеспечивать достижение успеха и актуальной становится перестройка поведения в соответствии с требованиями новых социальных условий или новой для адаптанта социальной среды.

Выделяется четыре стадии адаптации личности в новой для нее социальной среде: начальная стадия, стадия терпимости, аккомодация, ассимиляция.

Критериями адаптации служат: качество выполненной работы, количество выполненной работы, производимое на людей впечатление, способность влиться в коллектив, заинтересованность в работе.

Выделяют такие показатели адаптации как: объективные (характеризуют эффективность трудовой деятельности, активность участия сотрудников в ее различных сферах) и субъективные (характеризует удовлетворенность сотрудника работой в целом или отдельными ее проявлениями; подразделяются по принадлежности к одному из видов адаптации).

Адаптация личности студента к обучению – это сложный, длительный, а порой острый и болезненный процесс. Он обусловлен необходимостью отказа от привычного, неизбежностью преодоления многочисленных и разноплановых адаптационных проблем и профессиональных затруднений.

По изученным исследованиям видно, что большая часть студентов, а это 50-65% прошли адаптацию успешно без каких-либо трудностей.

Для изучения процесса адаптации можно использовать такие методики: методика изучения школьной адаптации и дезадаптации, методика «Интеллектуальная лабильность», корректурная проба Бурдона, проективный тест «Дерево», тест Айзенка, методика нервно-психической адаптации.

Цель психолого-педагогического сопровождения – дать возможность педагогу помочь каждому учащемуся быть успешным.

Формы психолого-педагогического сопровождения работы зависят от количества студентов. Различают коллективные, групповые и индивидуальные формы работы.

Адаптационный лагерь — это своеобразная новая форма работы педагогов, которая проходит вне стен колледжа.

Кураторство – одна из форм воспитательной работы, выполняемой работниками профессорско-преподавательского состава в рамках их должностных обязанностей, предусмотренных их индивидуальными планами. Основными направлениями деятельности куратора в вузе являются:

вовлечение студентов в социально активную жизнь, формирование у них чувства ответственности, воспитание нравственно и физически здоровой личности.

Для успешного прохождения процесса адаптации от родителей требуется помощь в адаптации и создание благоприятных условий для общения. Приходя на первое родительское собрание в институт, куратору необходимо дать советы родителям на адаптационный период: отмечайте самые маленькие достижения в период адаптации; поддерживайте инициативы ребенка, его попытки преодолеть трудности; интересуйтесь его отношениями с одноклассниками, с учителями предметниками и его отношением к новой школе.