

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

Йулдашева С.М.

*Йулдашева Саодат Манофовна – кандидат педагогических наук, доцент,  
кафедра педагогики и психологии,  
Узбекский государственный университет мировых языков, г. Ташкент, Республика Узбекистан*

**Аннотация:** в статье анализируются основные проблемы и особенности адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза. Автор уделяет внимание теоретическим аспектам социально-психологической адаптации студентов.

**Ключевые слова:** адаптация, социальная адаптация, профессиональная адаптация.

В период рыночной экономики конкурентоспособными специалистами считаются такие специалисты, которые могут быстро и мобильно реагировать на требования рынка, воздействовать на него, адаптироваться к его запросам, внедрять новые технологии [1]. Успех формирования будущего специалиста в вузе во многом зависит от качества и сроков процесса адаптации студента на младших курсах обучения, а также от того как студент овладевает знаниями и навыками, не обходимыми для его успешного функционирования в студенческой среде. Проблема адаптации студентов первокурсников представляет собой одну из важных проблем и по сей день является традиционным предметом дискуссий.

Различные аспекты проблемы адаптации студентов в вузе исследовали В.Н. Грибов, О.Н. Казакова, Т.И. Каткова, Г.П. Кузина, С.А. Рунова, Ю.В. Стафеева и др. Например, Г.П. Кузина и С.А. Рунова изучали особенности адаптации студентов, с которыми в старших классах проводились профориентационные занятия. Работы Т.И. Катковой, Ю.В. Стафеевой посвящены процессу адаптации студентов в вузах конкретного типа (экономических, педагогических) [2].

Понятие «адаптация» было использовано в 1865 г. немецким физиологом Г. Аубертом для обозначения изменения чувствительности при длительном воздействии адекватного раздражителя. Оно стало одним из центральных понятий в науках о жизни–философии, физиологии, медицине, психологии. Существует множество определений феномена адаптации. В обобщенном виде адаптация описывается как приспособление, необходимое для адекватного существования в изменяющихся условиях, а также как процесс включения индивида в новую социальную среду, освоение им новых условий [3].

К половине XX века ученые пришли к выводу, что существует глубокая взаимозависимость между различными видами адаптации человека. Социальная адаптация стало пониматься как «готовность выполнению различных социальных ролей, устойчивость социальных связей».

Социальная адаптация - процесс интеграции человека в общество, в результате которого достигается формирование самосознания и ролевого поведения, способности к самоконтролю и самообслуживанию, адекватных связей с окружающими [4].

Социальная адаптация–это процесс и одновременно результат внутренней и внешней гармонизации личности со средой, процесс активного и приспособления личности, уравнивающего потребности человека и требования среды. Показателями адаптации человека являются его сбалансированные взаимоотношения с окружающими людьми, успешность в деятельности, гармоничность в поведении [5]

Адаптация в высшем учебном заведении – это усвоение существующих норм и правил вуза, установление взаимодействия студентов в учебной группе, с преподавателями и сотрудниками вуза. Социальная адаптация студентов в вузе делится на:

а) профессиональную адаптацию, под которой понимается приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе; б) социально-психологическую адаптацию — приспособление индивида к группе, взаимоотношениям с ней, выработка собственного стиля поведения. Иначе говоря, «под адаптационной способностью понимается способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды (как социальным, так и физическим) без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой».

Исследователи различают три формы адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза:

1) адаптация формальная, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к структуре высшей школы, к содержанию обучения в ней и к ее требованиям;

2) общественная адаптация, т. е. процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;

3) дидактическая адаптация, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе.

Адаптация студентов к учебному процессу (по данным изучения регуляторной функции психики) заканчивается в конце 2-го — начале 3-го учебного семестра. Некоторые исследователи выделяют следующие этапы адаптации студентов: физиологическая адаптация к учебному процессу (занимает около 2 недель), психологическая адаптация (длится до 2 месяцев), социально-психологическая адаптация (продолжается до 3 лет) .

Поскольку у молодых людей, поступивших в вуз, слабо развиты адаптивные возможности, то, попав в новые условия обучения, они испытывают большие психологические и физические перегрузки. Процесс адаптации первокурсника протекает по следующим уровням:

1. Приспособление к новой системе обучения.
2. Приспособление к изменению учебного режима.
3. Вхождение в новый коллектив.

В процессе адаптации студентов-первокурсников к обучению в ВУЗе выявляются следующие трудности:

1. Переживания, связанные с уходом из школьного коллектива;
2. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии;
3. Неумение осуществить психологическую саморегуляцию (отсутствие навыков самостоятельной работы; конспектирования, работы с первоисточниками, словарями, каталогами);
4. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
5. Страх публичных выступлений перед однокурсниками и авторитетными вузовскими преподавателями;
6. Социально-экономические проблемы у иногородних студентов: обеспечение себя жильем и финансовыми средствами, незнание города, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких.

В адаптации личности студента-перокурсника к новой для него социокультурной среде вуза можно выделить следующие стадии [6]:

*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 вуза и стремятся придерживаться прежней системы ценностей. *Стадия терпимости*, когда индивид, группа и новая среда проявляют взаимную терпимость к системам ценностей и образцам поведения друг друга. *Аккомодация*, т.е. признание и принятие индивидом основных элементов системы ценностей новой среды при одновременном признании некоторых ценностей индивида, группы новой социокультурной средой. *Ассимиляция*, т.е. полное совпадение систем ценностей индивида, группы и среды.

#### **Список литературы**

1. Мусурманова О.М. Повышение педагогической компетенции субъектов образовательного процесса в сфере педагогического менеджмента //Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук, 2018. № 3. С. 92-95.
2. Полванова Д.Т. Социальная адаптация студентов младших курсов к обучению в вузе // International scientific review of the problems of pedagogy and psychology? 2018. С. 121-123.
3. Кибанов А.Я., Дуракова И.Б. Управление персоналом организации. Актуальные технологии найма, адаптации и аттестации. Учебное пособие. М.: КноРус, 2012.
4. Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь. М., 2002. С. 267//
5. Молодцова Т.Д. Диагностика адаптации студентов первого курса к требованиям вуза // международный журнал экспериментального образования, 2012. № 5.
6. Земцова Е.М. Адаптация студентов младших курсов к вузу как основа будущей конкурентоспособности специалиста. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: образование. Педагогические науки. № 26, 2012.