

Эффективная адаптация студентов первого курса - залог успешного обучения и профессионального определения личности.

Лякишева О.В. , Казакова С.Б.
lolgol@yandex.ru

Санкт-Петербургское Государственное Образовательное Учреждение
СПО «Медицинский техникум №2»

Одной из проблем, связанных с получением профессионального образования вчерашними школьниками, являются трудности, с которыми сталкиваются студенты в адаптационный период. Именно на первом курсе у студента происходит перестройка всей системы ценностно-познавательных ориентаций личности, вырабатываются новые способы познавательной деятельности и формируются определенные типы межличностных отношений. И чем эффективнее пройдет адаптация студентов в высшем или среднем учебном заведении, тем выше будет психологический комфорт, учебная мотивация, направленность и характер учебной деятельности на старших курсах. Актуальность проблемы определяется задачами оптимизации процесса "вхождения" вчерашнего школьника в новую для себя систему отношений.

Ключевые слова: адаптация, студент-первокурсник, учебно-познавательный процесс

Effective Adaptation of the First-year Students is the Key to Successful Learning and Professional Orientation of personality

Lyakisheva O.V., Kazakova S.B. lolgol@yandex.ru

St. Petersburg State educational institution CPE "Medical College № 2"

One of the problems related to obtaining vocational education by the schoolchildren, is the difficulties which the first-year students face in the adjustment period. It is the first year when the system of values and cognitive orientation of the students are changed, new ways of their cognitive activity are developed and certain types of interpersonal relationships are formed. And the more effective adaptation of the students in higher or secondary education the higher psychological comfort, learning motivation, orientation and the nature of training activities for senior courses will be. The urgency of the problem is

defined by the tasks of the optimization process of the "occurrence" of the schoolchildren into the new system of relations.

Keywords: adaptation, first-year student, training and cognitive process

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

Каждый человек за свою жизнь переживает несколько периодов адаптации. Сложность адаптации при переходе от общего к профессиональному образованию заключается не только в смене социального окружения, но и в необходимости принятия ответственности за свои решения, возникновении тревоги по поводу правильности сделанного выбора профессии. Для студентов первого курса это означает способность соответствовать требованиям и нормам учебного заведения, а также способность развиваться в новой для себя среде, реализовывать свои способности и потребности, не приходя с этой средой в противоречие. Если процесс адаптации не происходит вовремя, то развитие неудовлетворенности обучением в профессиональном учебном заведении и нарушений психических функций (мышление, память, внимание, восприятие) происходит по принципу усиливающей обратной связи: чем больше накапливается нарушений, тем больше они усугубляют процесс дальнейшей дезадаптации. Искаженное или недостаточно развитое представление о себе ведет к нарушению адаптации, что может сопровождаться повышенной конфликтностью, непониманием своей социальной роли, снижением работоспособности, ухудшением состояния здоровья. Случаи глубокого нарушения адаптации могут приводить к развитию болезней, срывам в учебной, профессиональной деятельности, антисоциальным поступкам. Признаками неуспешной адаптации являются снижение работоспособности, усталость, сонливость, головные боли, доминирование подавленного настроения, возрастание уровня тревожности, заторможенность или, напротив, гиперактивность, которая сопровождается нарушениями дисциплины, систематическое невыполнение домашних заданий, пропуски занятий, отсутствие мотивации учебной деятельности и как итог - отчисление из профессионального учебного заведения. Таким образом, исходя из вышеизложенного, адаптированный человек – субъект жизнедеятельности способный к дальнейшему развитию. Такой субъект может использовать данную ему социальную ситуацию для решения задач сегодняшнего дня и формирования предпосылок движения вперед.

Целью нашего исследования являлось определение возможной корреляции между прохождением адаптационного периода студентов первого курса и их успешностью в получении знаний по выбранной специальности.

В задачи исследования входило:

- Определение критериев качества прохождения адаптационного периода;
- Проведение сравнительного анализа: эмоционального состояния студента и успешности его в обучении; степенью комфортности нахождения обучающегося в учебной среде и мотивацией на получение выбранной специальности;
- Проведение сравнительного анализа интеллектуального уровня студентов и успешности его в обучении;
- Получение обратной связи от студентов об эффективности проведенных адаптационных мероприятий, с целью коррекции программы по адаптации первокурсников в дальнейшем.

Объектом исследования являлись студенты первого курса в количестве 120 человек.

Прохождение адаптационного периода студентов первого курса 2011 года базировалось на основе разработанной нами программы по адаптации студентов первого года обучения.

Программа включала в себя следующие аспекты:

1. Групповые занятия с целью знакомства участников группы и формирования сплоченности в коллективе.
2. Групповая и индивидуальная диагностика эмоционально-личностных и познавательных качеств студента, с целью выявления его возможных трудностей при адаптации.
3. Групповая диагностика, направленная на изучения психологического климата в коллективе и степени комфортности каждого участника группы, а также социометрическое исследование внутригрупповых отношений.
4. Индивидуальные и групповые консультации, с целью снижения уровня тревожности и формированию адекватной самооценки.
5. Итоговое тестирование студентов в конце учебного года на успешность прохождения адаптационного периода.

Успешную адаптацию студентов можно рассматривать как их включенность:

- в новую социальную среду;
- в учебно-познавательный процесс;

- в новую систему отношений.

Включенность в новую социальную среду можно оценить по тому, как - активно или пассивно участвуют студенты в общественной жизни и внеаудиторных мероприятиях училища.

Сводная таблица участия студентов первого курса во внеаудиторных мероприятиях

Виды мероприятий	В конференциях	В концертах	В конкурсах	В оформлении плакатов и альбомов	В акциях за здоровый образ жизни
Количество участников	26,6%	31,6%	11,6%	35%	21,6%

По итогам анкетирования 81,6 % студентов первого курса участвовали во внеаудиторных мероприятиях учебного заведения, что свидетельствует о высокой социальной активности и включенности в новую социальную среду.

Насколько успешно студенты адаптируются к учебно-познавательному процессу зависит:

- ✓ от уровня интеллектуального развития;
- ✓ от волевых процессов;
- ✓ от мотивации к обучению.

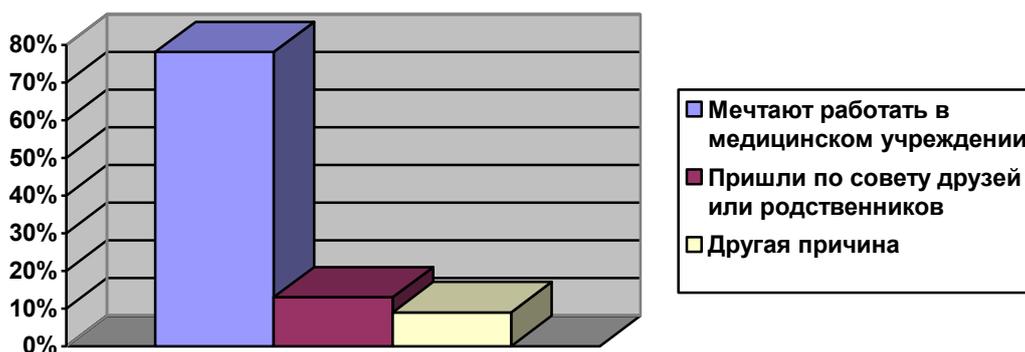
Для диагностики познавательных процессов студентов использовались следующие методики:

- Корректирующая проба Бурдона (исследует концентрацию, объём, устойчивость и истощаемость внимания).
- Методика «Исключение понятий» (исследует уровень процессов обобщения и отвлечения, позволяет оценить сформированность понятийной сферы).
- Методика «Сложные аналогии» (позволяет оценить уровень логически-понятийного мышления, проследить причинно-следственную связь между понятиями).
- 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.
- Методика «10 слов» (предназначена для исследования и оценки объёма и устойчивости памяти).

- Запоминание пар слов с логической связью и без логической связи (диагностирует возможности механической и ассоциативной памяти).

Результаты диагностики показали, что 78% учащихся имеют высокую степень обучаемости и способность к успешному усвоению знаний. 22% учащихся имеют низкую степень обучаемости.

Исследование мотивации к обучению проводилась путём анкетирования студентов. 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.

Таким образом, на основании полученных данных, можно утверждать, что мотивационный уровень студентов нового набора является высоким для 77%. С 23% студентов необходима дополнительная работа по профессиональной мотивации.

И, наконец, включенность студентов в новую систему отношений зависит от личностных психологических особенностей каждого студента, взаимоотношений в семье, предыдущего опыта общения в коллективе.

Изучение личностных особенностей студентов проводилось при помощи следующих методик:

- проективный тест «Дерево» (исследует тревожность, сферу конфликтов, адекватность самооценки, ведущие потребности и др.);
- тест Айзенка (исследует степень тревожности, потребность в общении, эмоциональную устойчивость);
- тест Леонгарда (определяет ведущий тип акцентуации характера);

Кроме того, проводилось социометрическое исследование в каждой группе первого курса и определение степени комфортности нахождения в коллективе каждого студента- первокурсника, выявление формальных и неформальных лидеров.

Анализ полученных данных позволил выявить основные дезадаптивные характеристики студентов-первокурсников:

1. Инфантильные черты личности, которые проявляются:
 - в неумении учащегося брать на себя ответственность не только за свои действия и поступки, но и за свои чувства и эмоции;
 - в отсутствии активных действий в преодолении трудностей в сочетании с завышенным уровнем притязаний;
 - слабые волевые черты.
2. Неумение выстраивать конструктивные доброжелательные отношения, повышенная конфликтность, ранимость или чрезмерная замкнутость.
3. Неустойчивая или неадекватная самооценка.

Исследование эмоционального состояния студентов и внутригрупповых отношений показало, что наличие высокой степени тревожности и ярко выраженной потребности в общении учащихся первого курса в сочетании с низким индексом агрессивности способствовало внутригрупповому сплочению. Так же в рамках программы по адаптации были проведены мероприятия, направленные на формирование сплоченности в коллективе.

Степень комфортности нахождения в группах составила 8,2 балла (из 10 возможных) в конце ноября 2010 года и 8,5 баллов в мае 2011 года. Высокий балл степени комфортности нахождения в образовательном учреждении и повышение этого балла в конце учебного года говорит об успешном прохождении психологической адаптации.

По результатам тестирования со студентами проводились индивидуальные консультации. На каждого студента первого курса заведена индивидуальная карта психолого-педагогического сопровождения, на основании которой можно провести сравнительный анализ данных полученных методом психологической диагностики и результатов успеваемости и посещаемости учащихся первого курса.

Выводы:

1. Критериями для оценки успешного прохождения адаптации являются:

- Степень участия студентов во внеаудиторных мероприятиях;
- Посещаемость студентами учебных занятий;
- Успеваемость студентов.

2. Причиной неуспеваемости в 92% является низкая посещаемость студентом учебных занятий, которая находится в прямой зависимости от эмоционального состояния учащегося. Не только высокий уровень тревожности, конфликтов с однокурсниками или преподавателями, но и всплеск положительных эмоций (например, влюбленность) в сочетании с низкой учебной мотивацией или инфантильными чертами личности приводит к тому, что студент перестаёт посещать образовательное учреждение.

3. Чем выше степень комфортности нахождения в группе и больше индекс групповой сплоченности, тем чаще студенты обращаются за помощью к своим сокурсникам и более активно помогают отстающим. Интеллектуальный уровень учащегося является вторичным фактором, влияющим на успешность адаптации и как следствие, успеваемости студента.

4. При получении обратной связи (анкетирование проводилось анонимно) от студентов, было выявлено, что 89% учащихся устраивает психологический климат в учебном учреждении, который они оценили такими словами, как: «доброжелательность», «легкость», «активность», «комфортность», «поддержка», «интерес», «понимание», «искренность», «дружелюбие», «открытость», что подтверждает успешное прохождение психологической адаптации. Тем не менее, физиологическая адаптация проходила менее успешно. 67% студентов отметили, что чувствовать себя более комфортно в образовательном учреждении им мешали нестабильная температура в некоторых аудиториях, отсутствие вентиляции в жаркие дни, невозможность полноценного питания в течение учебного дня, что естественно влияло на посещаемость и успеваемость.

Таким образом, выявление и коррекция трудностей адаптационного периода в профессиональном образовательном учреждении в рамках реализации программы по адаптации студентов первого курса, позволит значительно увеличить эффективность учебного процесса и формирование нравственной, ответственной личности, способной к профессиональной самореализации.

Список литературы

1. Андреева Д.А. О понятии адаптация. //Человек и общество: ЛГУ, 1973, с. 62-69

2. Бабанский Ю.К. Оптимизация учебно-познавательного процесса. // Просвещение, 1982. – 192 с.
3. Выготский Л.С. Психология.– М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.– 1008 с. – (Серия "Мир психологии").
4. Годник, С. М. Трудности первокурсников: что о них полезно знать педагогам высшей и средней школы / Воронеж. гос. ун-т; С. М. Годник, В. С. Листенгартен. – Воронеж, 1997. – 51 с.
5. Дьяченко М.И, Кандыбович Л.А.. Психологические проблемы готовности к деятельности.– Минск: Изд-во БГУ, 1976.– С. 73–162.
6. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э. Кризисы профессионального становления личности // Психологический журнал.–1997.– № 6.– С. 35–44.
7. Куратору, работающему с первокурсниками: Метод. пособ. / Сост. Л.И. Станиславчик.– Барановичи: БГВПК, 2001.- 150 с.
8. Куршакова Т.Ю., Томилова В.М. Пути совершенствования и развития воспитательной системы Вуза. – Пермь, 2003. Материалы областной конференции.
9. Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии).– Ереван: АН Арм. ССР, 1988.– 263 с.
10. Потапов С.О. Практическая психология. – М.: АСТ-ПРЕСС, 1999, – 333 с.
11. Чурикова И.Э. Особенности адаптации студентов в условиях педагогического колледжа. – Рязань: РГПУ имени С.А.Есенина, 2004. – С.63-64.
12. Яницкий М.С. Основные психологические механизмы адаптации студенческой деятельности: Автореф. канд. дис. Иркутск, 1995. – 24 с.