

НІКОЛАЄНКО О.С.,
кандидат психологічних наук,
Сумський державний університет
ім. А.С.Макаренка,
НІКОЛАЄНКО С.І.,
кандидат психологічних наук, доцент,
Державний вищий навчальний заклад
«Українська академія банківської
справи
Національного банку України»

ТРУДНОЩІ НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ТА ШЛЯХИ ПРИСКОРЕННЯ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НИХ

У статті розглядаються різні труднощі, викликані новими умовами навчання у вищих навчальних закладах в порівнянні зі школою. Адаптація до цих умов може бути прискорена, якщо забезпечити покращення її складових, стан яких може виявлятися експериментальним шляхом. Ключові слова: адаптація, суб'єктивні труднощі, об'єктивні труднощі, адаптованість.

В статье рассматриваются положения о разных сложностях, которые могут быть вызваны новыми условиями обучения в высших учебных заведениях в сравнении со школой. Адаптация к этим условиям может быть ускорена, если обеспечит улучшения ее составляющих, состояние которых можно определить экспериментальным путем. Ключевые слова: адаптация, субъективные сложности, объективные сложности, адаптированность.

The article deals with the problems of first year studying students, which are caused by the new conditions of learning in university. Adaptation to these conditions can be accelerated. To reach that the experimental research of adaptation components is necessary. Key words: subjective difficulties, objective difficulties, adaptability.

Актуальність дослідження і постановка проблеми. Адаптація студентів до навчання у вищому навчальному закладі (ВНЗ) сьогодні є актуальним завданням. З одного боку, якщо студент свідомо вирішує це завдання (педагоги могли б допомагати йому у цьому), то він вчиться здійснювати адаптацію, набуває власного досвіду, що в силу

нестабільності існування сучасного світу є важливим для підготовки до самостійного життя у ньому. З іншого боку, у ВНЗ останнім часом відбувається багато змін, які пов'язані з реформами за Болонською системою, а також із змінами в політиці, а з ними і змінами ціннісних орієнтирів, що спричиняють вимоги пов'язані із вміннями до адаптації у навчанні як студентів так і викладачів. Крім цього в науці обговорюється питання про необхідність нових підходів до розуміння того, яким повинно бути навчання. На думку сучасних вчених воно повинно бути розвиваючим, тобто зорієнтованим не тільки на засвоєння мінімуму знань, а і на розвиток здатності до отримання необмеженої кількості інформації, якщо вона важлива для виконання функціональних обов'язків. Навчання такого змісту може відбуватися продуктивно тільки за умови, якщо викладачі і студенти вміють швидко пристосовуватись, адаптуватись до різних умов взаємодії із залученням всього педагогічного і психологічного потенціалу.

Про актуальність проблеми адаптації до навчання і адаптивності взагалі на сучасному етапі свідчать песимістичні, астеничні, невротичні настрої переважної більшості молоді і особливо студентської. Їх проявом є переживання безнадійності, а також є смаки і почуття меланхолічного негативного характеру. Проявом цих настроїв є також зацікавленість студентської молоді проблемами виживання і кінцевості буття, які пропонуються сучасними релігіями і філософськими концепціями для їх обговорення і пізнання. Отже, саме в системі вищої освіти треба створити умови для розвитку адаптивних вмінь.

Адаптація до навчання – це об'єктивно складне явище бо охоплює надзвичайно різні аспекти. На перший погляд вона включає адаптацію до навчального закладу і до умов навчання у ньому, адаптацію до викладачів, адаптацію до групи, адаптацію до лекцій з різних предметів, адаптацію до семінарських занять, адаптацію до самостійної роботи, адаптацію до особливого способу життя, пов'язаного із професійним становленням і

умовами його забезпечення в конкретно-історичний період. Зокрема, в методиці, яку ми використали для свого дослідження, йдеться про такі складові як адаптація до розуміння навчального матеріалу, адаптація до співробітництва і взаємодії з викладачем, адаптація до способів виконання завдання, адаптація до процесу навчання, адаптація до навантажень і будь-якої праці. Ці складові адаптації до навчання у ВНЗ потребують вивчення для подальшого удосконалення вирішення проблеми реформування вищої освіти у відповідності з новими вимогами часу до молодих спеціалістів, серед яких найважливіше місце займає саме вміння до адаптації.

Процес адаптації до навчання для когось може відбуватись непомітно і в короткі терміни з гарним позитивним у всіх відношеннях результатом. Але таких меншість. Для інших, які проявляють байдужість і неухважність до проблеми адаптації, цей процес буде відбуватись складно, бо переважно стихійно, мимовільно і тому непродуктивно. А може бути і так, що молода людина прагне для себе швидкої адаптації в короткі терміни, вона хотіла б бути гарно адаптованою, але навіть за умови свідомого серйозного ставлення до проблеми, вона не може обійтись без допомоги психолога, педагога, або іншої людини, тобто не може сама собі допомогти бо має низький рівень адаптивних здібностей. В неї на основі цього виникає невдоволеність собою і ситуацією. Щоб мати можливість реально допомагати таким студентам потрібно займатися вивченням складових і особливостей їх адаптації до навчання із залученням результатів і наукових досліджень.

Щодо молоді взагалі, яка створює матеріальні цінності і зайнята у всіх сферах життєдіяльності суспільства, то ця проблема адаптації є також надзвичайно актуальною і потребує окремого глибокого вивчення бо має свої особливості.

Метою даного дослідження стало отримання таких результатів, які підтвердили б нашу гіпотезу про те, що потрібно діяти в усіх можливих напрямках для адаптації до навчання у ВНЗ, щоб забезпечувати

підвищення рівнів адаптивності першокурсників, їх пристосування до виниклих об'єктивних і суб'єктивних труднощів у зв'язку з початком навчання у ВНЗ. В результаті ми прагнули довести, на основі фактичного матеріалу отриманого в нашому експериментальному дослідженні, що до вирішення проблеми забезпечення адаптації потрібно підходити комплексно з урахуванням її складових і через їхнє забезпечення в організації навчання. Для забезпечення розвитку адаптивності, як ми вважаємо, потрібно з'ясувати показники і якісну характеристику поведінки тих, хто демонструє, проявляє високий рівень адаптивності в навчанні. Тоді буде зрозуміло, що для високого рівня адаптації до навчання у ВНЗ потрібно відпрацьовувати, формувати у студентів певні відповідні особливості поведінки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій щодо проблеми. Останнім часом досить велика кількість різноманітних досліджень щодо проблеми адаптації пропонується в науковій психолого-педагогічній літературі. Адаптація розглядається науками, або як процес, або як результат пристосування до умов життя у надзвичайно мінливому світі. В психології та педагогіці її вважають головним пояснювальним принципом і сучасної освіти, і формування особистості у вихованні, і процесу удосконалення свідомості за рахунок засвоєння знань, вмінь, навичок у навчанні. Йдеться не тільки про психологічну адаптацію, а і про соціальну, біологічну і екологічну і будь-яку іншу адаптацію пов'язану із різними сферами життєдіяльності людини. Отже, тільки спільними зусиллями педагогів і психологів, інших вчених можна попередити виникнення та поширення десоціалізації і дезадаптації серед людей в сучасних умовах. Про це свідчать дослідження опубліковані останнім часом.

Багато досліджень, зокрема, присвячено проблемі адаптації студентської молоді до нових умов навчання у ВНЗ у зв'язку із реформою вищої школи на основі положень Болонської Декларації про систему організації навчання у ВНЗ.

Сьогодні в українській психолого-педагогічній науці серед багатьох вчених піднімається так чи інакше проблема нових підходів до організації навчання і адаптації до нових умов навчання, які пропонується створити в рамках цих підходів, на основі нових ідей, принципів, правил, методів освіти. Серед цих авторів зокрема можна назвати таких як Д. О. Андрєєва, Н. О. Алімов, Г. О. Балл, Р. Р. Бибріх, Т. М. Буякас, Н. П. Гнатюк, Л. К. Грішанов, М. І. Дяченко, В. І. Загвязінський, Л. О. Кандибович, Г. В. Кудрявцева, А. І. Кузьмінський, І. О. Мілославська, Л. М. Мітіна, М. В. Молоканов, В. І. Набаров, Р. О. Нізамов, О. Г. Морозова, Л. Е. Орбан-Лебрик, В. О. Петровський, Л. Г. Подоляк, О. О. Свенцицький, В. І. Секун, Л. В. Тарабаркіна, Ю. М. Швалб, Т. М. Щеглова, В. І. Юрченко і багато інших.

Виклад основного матеріалу. Виникнення потреб у молодих людей в адаптації до навчання у ВНЗ зумовлено тим, що у них, школярів недавнього минулого, упродовж останніх десяти чи одинадцяти років навчання у школі, склався стійкий анатомо-фізіологічний і соціально-психологічний стереотип. Перебування в сім'ї, звичні побутові умови, постійні вчителі, коло товаришів, особливості роботи конкретної школи – все це так чи інакше вплинуло на юнака чи дівчину, формувало певні звички, погляди, життєві орієнтири, відображалося на формуванні певних рис характеру. Із вступом до вищого навчального закладу різко змінюються об'єктивні чинники впливів на особистість; змінюються оточення і спілкування; у багатьох немає можливості щоденно спілкуватися з батьками, рідними; іншими стають побутові умови (мешкання в гуртожитку, харчування в столовій та ін.). Все це спочатку викликає захоплення у молодій людині, адже вона тепер самостійна, має відносну свободу від нагляду і впливу старших. Як студент молода людина тепер має інший статус, який вимагає поваги з боку оточуючих [2].

Але в подальшому, поступово, починають проявлятися, закономірно виникати нездоланні перші труднощі в житті і в навчанні до яких потрібно

пристосуватись. Ці труднощі породжують або підсилюють процеси адаптації.

Про об'єктивні труднощі навчання мова йде із-за того, що виникають нові умови життя (якщо студенти починають жити на квартирі чи в гуртожитку), або нові умови навчання (якщо молода людина продовжує жити в сім'ї батьків, але починає навчатися у ВНЗ), що ведуть до руйнування уже сформованих стереотипів (при цьому руйнування може відбуватись швидко чи повільно в залежності від людини, її ініціативи і активності). Ці зміни нерідко негативно позначається на навчанні і самопочутті молодої людини і ведуть до розчарувань щодо нової ситуації життя. Подібні труднощі є об'єктивними так як вони визначаються середовищем, обставинами, наприклад, особливостями діяльності конкретного ВНЗ.

Суб'єктивні труднощі навчання викликані індивідуальними особливостями анатомо-фізіологічного, психічного і соціального розвитку учасників навчання, що проявляються в навчанні, у взаємодії студента з іншими людьми. Вони теж можуть безпосередньо впливати на адаптацію і викликати необхідність пристосуватись до навчання. У переважній більшості особистість може адаптуватися до цих труднощів самостійно, спираючись на власний досвід. Та все ж і тут незайвою була б цілеспрямована педагогічна допомога з боку старших тим більше, що вона не вимагає великих витрат часу і зусиль. Для цього лише бажаним було б уважне ставлення до студента, який, потрапляючи на початку семестру кожного разу в коло нових викладачів і зіткнувшись з новими обставинами, відчуває психологічний дискомфорт, незручність, ніяковість, невпевненість. Для психологічної адаптації в цьому випадку варто організувати і провести одну-дві ділові ігри «Знайомство», під час яких дати змогу студентам познайомитися між собою, а також з викладачами і навчально-допоміжним персоналом, з яким студенти мають спілкуватися під час навчання [2, 9].

Отже, труднощі при переході до навчання у ВНЗ поділяють на суб'єктивні і об'єктивні. Суб'єктивні труднощі навчання, до яких може під час адаптації звикати або пристосовуватись молода людина як суб'єкт навчання в ролі студента, і об'єктивні труднощі, які теж потребують змін в діях і реакціях, а також нестандартних рішень, визначають особливості, унікальність змісту і результату процесу її адаптації до навчання у ВНЗ.

Для вивчення особливостей процесу адаптації, що виникає на першому році навчання у ВНЗ, ми провели психологічне дослідження з використанням методики «Самооцінка адаптованості» (модифікований варіант методики С.І. Болтівця). [7]

За допомогою спеціальної психологічної методики ми змогли зокрема дослідити рівень адаптованості студентів та її складових таких як адаптація до розуміння навчального матеріалу, адаптація до викладача, адаптація до способів виконання завдання, адаптація до процесу навчання, адаптація до навантажень і будь-якої праці у навчанні. Методика передбачає відповіді на 8 питань, кожне з яких має п'ять варіантів для вибору. Перший із запропонованих варіантів відповідає низькому рівню адаптації до того чи іншого компонента адаптації до навчання. П'ятий із запропонованих варіантів відповідає найвищому рівню адаптації до того чи іншого компонента адаптації до навчання. Таким чином, методика дозволяє виявити особливості деяких видів і компонентів, як складових адаптації до навчання і рівень адаптивності як окремо відносно кожного компонента, так і щодо адаптації до навчання в цілому. Зокрема через вибір варіанту піддослідним виявляється рівень адаптації до розуміння навчального матеріалу, рівень адаптації до викладача і його готовності надати допомогу у вивченні предмету, рівень адаптації щодо вирішення завдань і задач по предмету, внаслідок розуміння зразку його виконання, рівень адаптації щодо інтересу і зацікавленості навчанням, рівень адаптації щодо загальної працездатності у навчанні. Є група питань (їх всього чотири), відповіді на які прямо вказують на особливості

психоемоційного стану і на рівень досягнення адаптації молодшої людини до нової ситуації навчання. Це зокрема питання про настрій, про головні болі і про сон.

У процесі вивчення результатів тестування і їх змістовного аналізу виявилось, що адаптованість до навчання, як досягнутий результат від процесу адаптації, у студентів другого курсу досягла в середньому третього рівня. При цьому, автори тесту розрізняють чотири рівня сформованості адаптованості: перший рівень, якщо відсутня адаптація, тобто незавершена, другий рівень, коли спостерігається початковий первинний рівень адаптації, третій рівень, коли досягається помірний рівень адаптації і до четвертого – коли адаптація стає вираженою. Серед опитаних студентів (близько 30%) були такі, які досягли найвищого рівня, що, як потім виявилось, має високий рівень кореляції з їх успішністю у навчанні.

Характеристикою адаптованості до ситуації є прояв емоційного стану, настрою, самопочуття і активності. За отриманими даними студенти, які на протязі першого курсу здійснювали адаптацію до навчання у ВНЗ і вже вчаться на другому курсі, вважають, що їх настрій відрізняється врівноваженістю, спокоем, впевненістю і навіть часто виникає радість після вдалої відповіді на семінарі. Це свідчить, що адаптація так чи інакше відбулася. Студенти відкидають також варіанти відповіді, де йдеться про наявність головних болів і відсутність нормального сну. Вони вважають, що їх сон добре відновлює сили і звідси відсутність будь-якого погіршення самопочуття і схильності до стресу чи депресії. Про активність як показник адаптованості з'ясовується через питання про працездатність. На основі вибору варіантів відповідей можна зробити висновок про прояв такої вікової особливості юнацького віку як активна життєва позиція і про домінування схильності діяти, та про прагнення бути активним. Але разом з тим студенти додають, що в ситуації навчання часто вимагається напружено працювати у зв'язку з ненормованою великою кількістю

завдань, які потрібно виконати в короткі терміни і тому їх працездатність є дуже динамічним показником, то погіршується від виснаження, то підвищується за рахунок задоволеності результатами та можливості відпочити. Звідси зрозуміло, що для адаптованості потрібно уважно дозувати кількість завдань, тому що перенавантаження веде до психічного та фізичного виснаження і погіршує продуктивність засвоєння знань у навчанні.

Інші питання методики стосуються складових адаптації таких як адаптація до розуміння навчального матеріалу, адаптація до викладача, адаптація до способів виконання завдання, адаптація до процесу навчання. Щодо питання про розуміння навчального матеріалу, то 90% респондентів обирають варіант, де йдеться про те, що є розуміння матеріалу, але одночасно є і складнощі пояснення його під час відповіді без опори на конспект. Отже, щоб підвищити рівень цієї складової адаптації можливо потрібно дозволити студенту-першокурснику під час відповіді на семінарі спочатку звернутися до конспекту, а потім дати власні пояснення. Допомога викладача в цей час теж є незайвою, про це свідчить вибір варіанта відповіді на відповідне питання. Як правило опитані студенти на це питання обирали другий варіант відповіді, в якому йдеться про те, що вони розраховують на підтримку викладача у навчанні. Доповнення викладача додає впевненості для студента щодо правильності відповіді і створює доброзичливу атмосферу на занятті необхідну для плідної співпраці, викликає у студента відчуття самоповаги і бажання і надалі готуватися до семінарів. Цікавим в методиці є питання про те чи сприяють адаптації до навчання засвоєні способи виконання завдання. Тільки деякі із опитаних (5%) не вміють, як вони зізнаються, скористатися способами, якими вони оволоділи, або зразками виконання дій, які можна спостерігати у інших. Саме цим, очевидно, пояснюється, як ми говорили, високий, третій, рівень адаптованості до навчання в цілому. На питання про зацікавленість навчанням спостерігався надзвичайно широкий діапазон

вибору відповідей, обирались всі п'ять їх варіантів приблизно в однаковій пропорції (по 20 %). Це означає, що внутрішня мотивація до навчання присутня далеко не у всіх студентів і що розуміння зовнішніх факторів, які породжують намагання, зусилля вчитися, є вирішальним для опитаних студентів. Всі ці фактори пов'язані із прагненням кожного стати конкурентоздатним, гарним спеціалістом, щоб завжди мати роботу, що відповідає більше зовнішній мотивації. Таке відповідальне ставлення молодих людей до своєї підготовки не відміняє необхідності формування інтересу до знань, до майбутньої професії як внутрішньої мотивації навчання, що є основою щастя людини в житті. Тому для подолання внутрішніх протиріч і досягнення справжньої адаптації до навчання потрібне уважне ставлення викладачів до проблеми забезпечення інтересу, зацікавленості знаннями, навіть якщо вони є по суті своїй дещо заформалізованими і видаються не цікавими для студентів.

Отже, адаптація до навчання у ВНЗ може бути високою за умови покращення об'єктивно нових обставин навчання, що веде до полегшення пристосування до об'єктивних труднощів і за умови врахування суб'єктивних труднощів – через підсилення сильних сторін особистості студента, покращення його проявів серед не зовсім знайомих людей і його відносин та зменшення впливу на результати навчання слабких сторін його особистості. Для прискорення терміну адаптованості і покращення її якості викладачам потрібно намагатися на лекціях доступно, по можливості, викладати навчальний матеріал, підтримувати студентів у їх відповідях на семінарах, коментуючи правильні судження, вчити на практиці використовувати засвоєні під час процесу навчання способи виконання завдань.

Нажаль такі позитивні результати адаптації до навчання у ВНЗ, що були виявлені під час нашого опитування, можна отримати не на всіх факультетах, і не в усіх студентських групах. Але такі результати нашого дослідження додають оптимізму щодо можливості адаптації до навчання

вже на перших курсах і конкретизують відповідь на питання про те, якими повинні бути особливості навчання на першому курсі з урахуванням наявності об'єктивних і суб'єктивних труднощів, що виникають з початком навчання у ВНЗ, щоб складові адаптації були реалізовані належним чином і підвищували її загальний рівень у навчанні.

Література

1. Жигайло Н. Психологічні проблеми адаптації студентів-першокурсників і шляхи їх вирішення / Н. Жигайло // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2004. – № 4. – С. 107-112.
2. Кузьмінський А.І. Педагогіка вищої школи.: Навч. посіб. – К.: Знання, 2005. – 486 с. – (Вища освіта ХХІ століття).
3. Левківська Г.П. Адаптація першокурсника в умовах ВЗО / Г. П. Левківська. – К.: Науко-методичний центр, 2001. – 128 с.
4. Левченко М.В. К вопросу об адаптации студентов младших курсов к условиям обучения в педвузе / М. В. Левченко // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студентов (Материалы симпозиума). – Ереван, 1973. – С. 82-87.
5. Мостова І. Першокурснику: поради психолога / І. Мостова – К.: Тандем, 2000. – 76 с.
6. Навчальний процес у вищій педагогічній школі / За ред. акад. О. Г. Мороза – К.: НПУ, 2000. – 337 с.
7. Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи: Навчальний посібник для магістрантів і аспірантів / Л. Г. Подоляк, В. І. Юрченко – К.: ТОВ «Філ-студія», 2006. – 320 с.
8. Селівестров С.І. Деякі проблеми адаптації студентів першого курсу у вищому навчальному закладі / С.І. Селівестров // Проблеми освіти. – 1997. – № 10. – С. 69-81.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов н/Д. Изд-во «Феникс», 1997 г. – 736 с.