

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

Проклова М. Н., студ. гр. ИТм – 31/1

Адаптация - это процесс, при котором организм приспособляется к условиям внешней среды.

Социальная адаптация представляет собой процесс интегрирования индивида в социальную группу, предполагающий принятие им групповых норм, ценностей, стандартов, стереотипов и требований.

В. А. Якунин понимает под адаптацией процесс взаимодействия человека и окружающей среды, в результате которого у него возникают модели и стратегии поведения, адекватные меняющимся в этой среде условиям.

Проблема адаптации актуальна для всех уровней образования. Первый "адаптационный опыт" индивид получает в группе детского сада, затем в первом классе школы. Следующий "переломный" момент - это переход от начальной школы к средней и, наконец, наступает момент профессионального самоопределения.

Адаптированность выражается как принятие и эффективный ответ на те социальные ожидания, с которыми встречается каждый в соответствии со своим возрастом и полом.

Выделяют три блока факторов, оказывающих влияние на адаптацию к обучению в вузе:

- социологический;
- психологический;
- педагогический.

Первокурсникам адаптироваться нужно:

- к учебному процессу;
- к новому коллективу;
- к новым условиям жизни;
- к новым отношениям с родителями.

Сложность адаптации при переходе от общего к профессиональному образованию заключается не только в смене социального окружения, но и в необходимости принятия решения, возникновении тревоги по поводу правильности самоопределения.

У студентов одновременно растут противоречия и возникают трудности в становлении самооценки, самосознания и формировании образа - "Я".

Причины трудностей адаптационного периода:

- отрицательные переживания, связанные с уходом из школьного коллектива;
- неопределенность мотивов выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней;
- поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
- отсутствие навыков самостоятельной работы, неумение конспектировать, работать с книгой;
- слабая база знаний из школьной программы.

Признаками неуспешной адаптации являются снижение работоспособности, усталость, сонливость, головные боли, доминирование подавленного настроения, возрастание уровня тревожности, заторможенность или, напротив, гиперактивность, сопровождающаяся нарушениями дисциплины, систематическое невыполнение домашних заданий, пропуски занятий, отсутствие мотивации учебной деятельности.

В настоящее время проблема адаптации студентов занимает одно из значимых мест в педагогической науке и практике. Успешная адаптация первокурсника в ВУЗе является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека и будущего специалиста.

Наук. кер. - Барвінський А. О., *доцент*

Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства : матеріали Всеукраїнської наукової конференції викладачів, аспірантів, співробітників та студентів, м. Суми, 21-22 квітня 2014 р. / Відп. за вип. О.М. Сушкова. — Суми : СумДУ, 2014. — С. 295-297.