

развития тех качеств личности, которые нужны для продвижения к поставленной человеком цели.

УДК 37.015

Особенности адаптации студентов в вузе

Конопелько С.И.

Белорусский национальный технический университет

Термин «студент» латинского происхождения, в переводе на русский язык означает усердно работающий, занимающийся, то есть овладевающий знаниями. Факт поступления в вуз укрепляет веру молодого человека в собственные силы и способности, порождает надежду на полноценную и интересную жизнь. Однако необходим какой-то отрезок времени, в течение которого он адаптируется к новым условиям деятельности.

Адаптация (лат. adaptation – приспособление) – это совокупность физиологических, психологических и социальных реакций, лежащих в основе приспособления организма, личности и их систем к изменению окружающих условий жизни, направленных на создание предпосылок нормального функционирования в непривычных условиях обитания и деятельности.

Различают различные виды адаптации: физиологическая, биологическая, социальная и психологическая.

Говоря об адаптации студента, мы подразумеваем прежде всего психологическую адаптацию, т.е. приспособление к условиям и задачам вуза на уровне психических процессов и свойств, например повышение мыслительных и волевых качеств, а также социальную адаптацию, т.е. включение в студенческий коллектив, приспособление к новым условиям деятельности и места жительства. Адаптация проявляется не только в приспособленности организма к новым условиям жизни и деятельности, но и способах поведения, готовности к деятельности, позволяющих справиться с трудностями, овладеть новой деятельностью. Наблюдаются индивидуальные особенности процесса адаптации, различия по глубине, скорости и прочности. Эти особенности проявляются в разных пределах адаптационных возможностей.

Процесс адаптации основывается на расширении знаний и сведений, необходимых для правильной ориентировки, на умении управлять своим поведением в каждой конкретной ситуации, осуществляется на основе устойчивой мотивации. Исследования и наблюдения Я.Л. Коломинского за процессом адаптации студентов показали: чем быстрее они привыкают к новому укладу жизни, чем сплочённее становится студенческий коллектив первокурсников, тем эффективнее протекает процесс формирования профессионально важных качеств.