

## **АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*БНТУ, Минск*

Исследование адаптации имеют длительную историю, и ведет свое начало из естественных наук: биологии, физиологии, медицины. Значительно позже понятие адаптации было перенесено в социологию и психологию [1, с. 24].

Адаптация студентов рассматривается как непрерывный процесс и результат приспособления индивида к меняющимся социальным условиям (А.Л. Свенцицкий, А.Л. Робалде, А.Л. Мацкевич), как приспособление к новым условиям учебной деятельности (О.Ф. Алексеева, В.Г. Асеев, Т.Н. Ронгинская, М.С. Яницкий). При этом адаптация не сводится к приспособлению к новым условиям в вузе - она предполагает развитие личности студента [2].

Важным является вопрос о структуре вузовской адаптации. В.В. Лагерев выделяет ряд основных составляющих адаптации: социально-психологическую, психологическую и деятельностьную. Социально-психологическая адаптация отражает изменение социальной роли студента, усвоение норм и традиций, сложившихся в вузе. Психологическая отражает перестройку мышления, речи, внимания, памяти, зрительного восприятия, воли, способностей. Деятельностная составляющая отражает приспособление к учебному ритму, методам и формам работы, приобщение к учебному труду [3], то есть по своей сути является дидактической адаптацией. Таким образом, вузовская адаптация, предполагает и приспособление студента как субъекта профессиональной деятельности. В структуре

вузовской адаптации В.И. Ковалева и В.Н. Дружинин выделяют три компонента адаптации студентов, описывая их как виды адаптации [4], педагогическая адаптация – приспособление студентов к новой системе обучения, необходимости усваивать знания; психофизиологическая адаптация – ломка прежнего динамического стереотипа, формирование новых установок, навыков и привычек; профессиональная адаптация – вхождение в профессиональную среду, усвоение норм и ценностей. Включенность профессионального компонента в вузовскую адаптацию является необходимым элементом дальнейшей производственной адаптации. Присутствие в структуре вузовской адаптации профессионального и социального компонентов подтверждается в работах М.А. Будякиной, Ю.М. Забродина, Л.Н. Захаровой, В.В. Лагерева, В.В. Новикова, А.А. Реана, А.А. Русалиновой, А.Л. Свенцицкого, В.Д. Шадрикова [5]. Таким образом, обобщая, мы делаем вывод, что в структуре вузовской адаптации выделяются следующие компоненты адаптации: дидактический, социальный, профессиональный.

На начальном периоде вузовской адаптации в связи с освоением студентами новой информации (об условиях среды, деятельности) претерпевают изменения их представления о предстоящей деятельности и об особенностях новой социальной среды. Затем изменяется самооценка и уровень притязаний личности. Далее на основе новых представлений о деятельности и среде перестраивается или подстраивается структура опыта. Корректируется направленность личности на себя, на свою деятельность и свое социальное окружение. Классическим разделением этапов адаптации является рассмотрение первичной и вторичной адаптации. Первичная адаптация охватывает период первоначального включения студента в учебный

процесс, в среду университета и в коллектив; вторичная – последующий период профессионального становления [6].

Описывая закономерности явления социально-психологической адаптации, группа авторов под руководством А.А. Деркача выделила пять этапов адаптации. Подготовительный этап адаптации, состоящий преимущественно в аккумуляции релевантной информации о предметных и социальных условиях предстоящей деятельности. В зависимости от индивидуально-психологических свойств и мотивационной сферы личности этот этап может протекать или в активно-целенаправленной, или в пассивной форме. Этап стартового психического напряжения связан с состоянием нервно-психического переживания подготовительных действий (событий) и первоначального вхождения в новые условия профессиональной деятельности. В это время происходит внутренняя мобилизация психических и психофизиологических ресурсов человека, обеспечивающая необходимые предпосылки для функционирования в новых условиях. Следующим этапом адаптации является этап острых психических реакций входа, на котором адаптант начинает ощущать на себе воздействие изменившихся факторов предметной и социальной среды (например, впервые столкнувшись с необходимостью принятия решения в новых условиях). Характерным для данного этапа адаптационного процесса является переживание состояния фрустрации, вызывающее конструктивные (например, адекватное замещение способа удовлетворения потребности, переоценка ситуации) или деструктивные реакции (агрессивность или бегство от ситуации). В случае благоприятного развития адаптационного процесса наступает этап завершающего психического напряжения, характеризующийся своеобразной подготовкой психики человека к актуализации прежних режимов

функционирования, привычных способов поведения в связи с предстоящим возвращением к привычной жизни. Завершающая стадия процесса адаптации, получившая название этапа острых психических реакций выхода, состоит из комплекса эмоциональных и поведенческих реакций, связанных с вхождением в уже знакомую среду обитания и профессиональной деятельности [7].

Анализ научной литературы позволяет выделить наиболее значимые компоненты процесса адаптации студентов к учебной деятельности: деятельностный, дидактический, социальный, мотивационный и эмоциональный. Содержание компонентов представлено на рисунке 1.

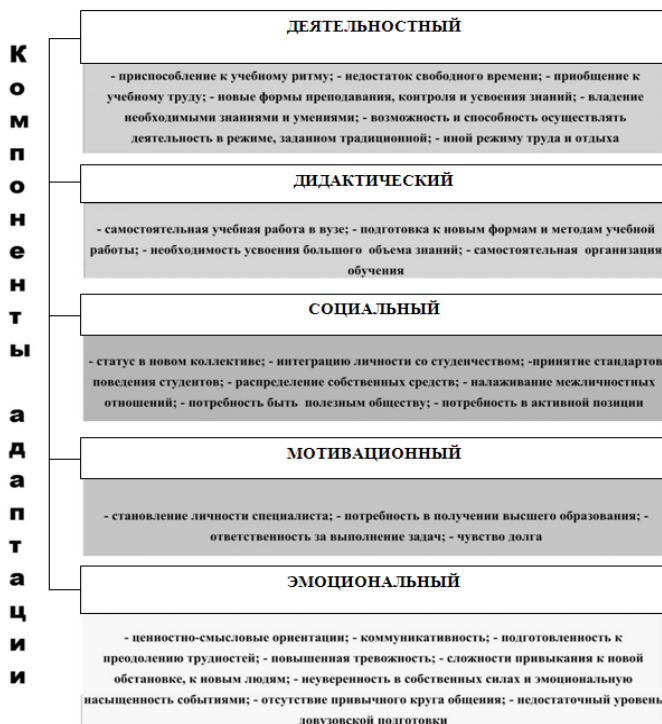


Рисунок 1 – Компоненты адаптации

## ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева, Д.А. Влияние адаптации студентов на учебную активность / Д.А. Андреева // Проблемы активности студентов. – Ростов: РГУ, 1975. 165с.
2. Алексеева, О.Ф. Сравнительное изучение особенностей адаптации здоровых людей и больных ишемической болезнью сердца к различным видам стресса / О.Ф. Алексеева, Н.А. Аминев, Т.П. Хованская // Психологический журнал, 1993. - №6. – с.78-85
3. Лагерев, В.В. Адаптация студентов к условиям обучения в техническом ВУЗе и особенности организации учебно-воспитательного процесса первокурсниками / В.В. Лагерев – М.: 1991. – 135с.
4. Колызаева, Н.Г. Формирование адаптивных характеристик личности у студентов на начальном периоде обучения / Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук – Л.: 1989. – 15с.
5. Реан, А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. / А.А. Реан, А. Р. Кудашев, А.А. Баранов – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – 479с.
6. Бабахан, Ю.С. Самооценка студента как показатель его способности к учебной адаптации. Психологические и социально-психологические особенности адаптации студента / Ю.С. Бабахан – Ереван, 1973. – с.21-25.
7. Терещенко, А.Г. Изменение особенностей психических процессов у студентов в связи с адаптацией к учебной деятельности. // Адаптация учащихся и молодежи к трудовой и учебной деятельности. – Иркутск, 1986. – с. 89-103.