

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

УДК - 378.1

Помазкова Виктория Валерьевна,

магистрант,

Московский городской педагогический университет,

г. Москва, Россия

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ В УСЛОВИЯХ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ КОЛЛЕДЖ-ВУЗ

Аннотация. *Можно найти достаточно много публикаций об адаптации студентов вузов-бывших выпускников общеобразовательных школ, и совсем мало кто задумывается «А как проходит адаптация выпускников в колледжей в вузе?». Считается, что они уже профессионально определились в своем направлении и у них-то как раз проблем меньше всего. Однако, социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников является крайне важным, сложным и многогранным процессом, особенно в условиях перехода от колледжа к университету. Этот период может быть непростым и вызывать различные эмоциональные и психологические трудности у студентов, поскольку они сталкиваются с новым окружением, новыми людьми и новыми требованиями. В данной статье мы рассмотрим особенности социально-психологической адаптации студентов-первокурсников в условиях преемственности колледж-вуз.*

Ключевые слова: *адаптация, стресс, тревога, диагностика, психолого-педагогическое сопровождение, социализация.*

Преемственность колледжа и вуза оказывает серьезное влияние на процесс социально-психологической адаптации студентов-первокурсников. Объединение данных учебных заведений создает возможность более плавного перехода от одной ступени образования к другой и предполагает, что студенты-первокурсники должны обладать определенными знаниями и навыками, которые они приобрели на предыдущем этапе обучения в колледже. Это позволяет снизить уровень стресса у студентов, так как они

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

уже имеют представление о структуре и организации образовательного процесса, иногда уже знают отдельных преподавателей, которые обучали их в колледже. Тем не менее, несмотря на эти предпосылки, многие студенты сталкиваются с трудностями в процессе адаптации. Какие же «подводные камни» могут встретиться на пути студента-первокурсника, который закончил профильный колледж.

В колледж приходят учиться бывшие выпускники 9 класса основной школы, т.е. подростки. На данном этапе их обучения в колледже сохраняется система классного (группового) руководителя, аналогичного школе, а преподаватели учитывают в процессе обучения возрастные особенности учащихся – студентов колледжа. Вуз может отличаться от колледжа в требованиях к успеваемости, повышенной степени самостоятельности и ответственности за выполнение заданий. Это может стать вызовом для первокурсников, которым придется адаптироваться к новым требованиям и преодолевать возможные трудности.

Одной из основных трудностей студентов-первокурсников является привыкание к новой учебной нагрузке. Вуз предлагает более широкий спектр дисциплин, повышенную академическую нагрузку и более сложные требования к выполнению заданий. Университетское образование представляет собой более сложный уровень обучения, где студентам приходится самостоятельно заниматься исследовательской работой, писать научные статьи и анализировать сложные тексты. Не все студенты сразу могут привыкнуть к такому объему самостоятельной работы, что может привести к стрессу и затруднить их адаптацию [1].

Кроме того, студенты-первокурсники сталкиваются с новыми социальными ролями, которые обусловлены изменениями в социальной структуре коллектива, новыми взаимоотношениями со сверстниками и преподавателями, а также повышенной личной ответственностью. Некоторые студенты могут испытывать затруднения в установлении новых контактов и включении в социальные группы, что также может повлиять на их успех в учебе и общей адаптации. Студенты переходят из колледжа в университет, где встречают новых людей, сталкиваются с новыми правилами, требованиями, традициями вуза. В колледже студенты могли иметь устоявшиеся дружеские связи, а в университете

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

им придется начинать все с нуля. Это может вызывать чувство неуверенности и тревоги, некоторые студенты могут испытывать чувство одиночества или изоляции в первые месяцы адаптации [2].

Студенты могут испытывать страх неудачи или несоответствия новым ожиданиям. Важно помнить, что такие эмоции являются нормальными и временными.

Чтобы успешно преодолеть эти трудности и осуществить социально-психологическую адаптацию, студенты-первокурсники могут применять следующие стратегии:

1. Поддержка со стороны. Необходимо создать благоприятную образовательную среду, где каждый студент будет чувствовать себя комфортно и уверенно. Важно обратиться за помощью и поддержкой к своим родителям, друзьям, преподавателям или специалистам в университете. Они могут помочь студентам справиться с эмоциональным стрессом и дать советы по адаптации. Образовательные учреждения должны предоставить студентам необходимую информацию и ресурсы, помочь им разобраться в новых правилах и требованиях, а также создать ненавязчивую атмосферу поддержки со стороны преподавателей и администрации

2. Грамотное планирование и организация. Студенты должны научиться рационально планировать свое время и организовывать учебную деятельность. Это поможет им справиться с большим объемом учебных материалов и снизить уровень стресса. Проведение специальных тренингов и консультаций может помочь студентам развить навыки саморегуляции, управления временем и стратегий учебного процесса.

3. Активное участие в студенческой жизни. Важно активно участвовать в студенческой жизни, принимать участие в различных мероприятиях и клубах. Это поможет студентам находить новых друзей и установить социальные связи. Например, можно организовать специальные мероприятия для первокурсников, где они могут познакомиться с другими студентами и преподавателями, а также получить ответы на свои вопросы и советы по адаптации.

Важным аспектом адаптации является создание условий для социального взаимодействия студентов. В колледже и вузе студенты должны иметь возможность

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

общаться с другими студентами как внутри, так и вне учебных занятий. Например, можно создать клубы, сообщества или организовать различные мероприятия, чтобы студенты могли находить общий язык и строить дружеские отношения. Организация менторской программы, где опытные старшекурсники будут помогать первокурсникам, может оказаться полезной для их адаптации. Это поможет первокурсникам чувствовать себя частью студенческого сообщества и повысит их комфорт в новой среде.

4. Позитивное мышление. Важно помнить о самоэффективности студентов-первокурсников. Они должны верить в свои способности и быть уверенными в своих силах, чтобы успешно преодолевать препятствия и достигать поставленных целей. В этом поможет развитие позитивной психологии и мотивационной работы со студентами, а также проведение индивидуальных и групповых консультаций для помощи в преодолении трудностей. Студенты должны развивать позитивное мышление и уверенность в себе. Они должны помнить, что адаптация - это процесс, который требует времени, и что они способны успешно справиться с ним [4].

В целом, социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников в условиях преемственности колледж-вуз – это сложный процесс, требующий поддержки со стороны университета и развития у студентов навыков саморегуляции и социального взаимодействия. Адаптация может быть длительной и трудной, но при правильном подходе и поддержке она может быть успешно преодолена. При наличии подходящих условий и ресурсов, студенты могут успешно адаптироваться к новой среде и достичь успеха в своем обучении и развитии [3].

Важно помнить, что каждый студент уникален и его адаптация может происходить индивидуально, в различном темпе. Студенты должны быть терпеливыми к изменениям, чтобы достичь успеха в своей учебной и социальной жизни, и готовыми преодолевать препятствия на пути в профессиональной деятельности.

Список литературы

1. Кукулите Т. Г. Психологические аспекты адаптации первокурсников к обучению в вузе // Ученые записки Санкт-Петербургского университета технологий управления и экономики. 2009. - № 2 (24).

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

2. Резник С.Д., Черниковская М.В., Носова Е.В. Адаптация студентов-первокурсников к условиям обучения в университете: опыт, проблемы, перспективы // Вестник Кемеровского государственного университета. Сер. «Гуманитарные и общественные науки». 2017. - № 2. - С. 36–41.
3. Соколова Ю. А. Генезис понятия «адаптация» // Интеллект. Инновации. Инвестиции. 2014. - №3. – Текст: электронный. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/genezis-ponyatiya-adaptatsiya...>(дата обращения 23.04.2024).
4. Чучелина Е.В. Психологические факторы социально-психологической адаптации студенческой молодежи в условиях вуза: автореф. дис. канд. психол. наук. Самара, 2007. - 24 с.