

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2022.64.81.011

Особенности психологической адаптации первокурсников к образовательной среде института

Кобазова Юлия Владимировна

Кандидат психологических наук,
доцент кафедры педагогики и методики начального образования,
Технический институт,
Северо-восточный федеральный университет,
678960, Российская Федерация, Нерюнгри, ул. Кравченко, 16;
e-mail: tifsvfu-neru@yandex.ru

Аннотация

В статье рассматриваются результаты изучения особенностей социально-психологической адаптации первокурсников к образовательной среде Технического института (филиала) Северо-восточного федерального университета в Нерюнгри. Данные исследования позволяют выявить современное состояние социально-психологической адаптации обучающихся первых курсов к образовательной среде института. На основании полученных результатов исследования адаптации студентов первых курсов к образовательной среде, мы выявили достаточно высокий уровень адаптации первокурсников. Выявлена значимая положительная связь между высоким уровнем психологической адаптации первокурсников и высоким уровнем удовлетворенности образовательным процессом в вузе, адаптивностью к учебной группе. Определяется значимая положительная взаимосвязь между высоким уровнем адаптации первокурсников и их восприятия сложившейся атмосферы в процессе занятий, как положительной, комфортной. Существует значимая положительная связь между низким уровнем тревожности и высоким уровнем адаптивности по критерию «адаптированности к учебной деятельности» и «адаптивность к учебной группе». Выявлена положительная значимая взаимосвязь между высоким уровнем значений по критерию «самооценка» и низкими значениями по критерию «уровень реактивной тревожности». Определяется значимая положительная взаимосвязь между высоким уровнем самооценки и адаптивностью к учебной группе, адаптацией к учебной деятельности. Анализ результатов эмпирического исследования выявил, что успешная социально-психологическая адаптация студентов к обучению предполагает высокую самооценку студентов, удовлетворительное психологическое состояние, принятие и соответствие социальным ожиданиям, нормам и правилам, требованиям в процессе обучения, эффективная коммуникация с одноклассниками, преподавателями, реализация личностного потенциала.

Для цитирования в научных исследованиях

Кобазова Ю.В. Особенности психологической адаптации первокурсников к образовательной среде института // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 4А. С. 111-118. DOI: 10.34670/AR.2022.64.81.011

Ключевые слова

Социально-психологическая адаптация студентов, образовательная среда, трудности адаптации студентов, педагогика, психология.

Введение

Адаптация современного студента к обучению в вузе влечет за собой стимулирование его личностного развития в процессе подготовки к профессиональной деятельности. Суть адаптации человека заключается в оптимальном приспособлении к требованиям окружающей среды. Если субъект переходит в другую среду (предметная адаптация), с непривычными условиями жизни, сталкивается с изменениями среды, то это подрывает устойчивость; создает несоответствие между характеристиками субъекта и объекта, что может привести к функциональным расстройствам и утрате целостности системных отношений между ними.

Для процесса адаптации к новой обстановке или ситуации важно, чтобы система или ее отдельные элементы восстановили равновесие. Процесс адаптации рассматривается как активный, целенаправленный процесс разрешения конфликтов, возникающих при взаимодействии с новой природной или социальной средой. Механизмом высвобождения адаптации является смена среды, в результате которой привычные нормы поведения становятся менее эффективными, что, в свою очередь, порождает потребность в преодолении возникающих трудностей. Мы разделяем мнение авторов, считающих, что концепция человека как приспособляющегося существа ограничена и должна быть заменена анализом действий и саморазвитием [Скитейкина, 2021].

Основная часть

Различные аспекты процесса адаптации студентов к вузовскому обучению изучались многими отечественными и зарубежными учеными. Зарубежные исследователи J.K. Norem, R.S. Lazarus, A.L. Kristof, D.G. Myers изучали проблему адаптации в образовательном процессе.

Отечественные психологи и педагоги Л.А. Антипова, Г.И. Александров, Ю.А. Александровский, Д.А. Андреева, О.В. Буховцева, В.А. Петровский, Е.В. Ю.П. Кошелева, Е.М. Корж, Корепанова, О.В. Калмыкова, С.В. Сергеева, Е.М. Судакова, О.Н. Долгова, А.А. Кузьмишкин, Г.Ю. Авдиенко рассматривали процесс адаптации к образовательной организации высшего образования.

По мнению Н.А. Тетерина, И.В. Козина, В. А. Чичкалюк, важным результатом адаптации является личностное развитие субъектов. Успешная адаптация способствует быстрой адаптации студентов к новым для них требованиям и стилям обучения, выстраиванию позитивных взаимоотношений с преподавателями и однокурсниками, актуализации мотивов самореализации в творческой, общественно значимой работе, спорте, научной деятельности студентов. Исследовательская деятельность становится благодатной почвой для личного и профессионального саморазвития [Чичкалюк, 2017].

Колмогорова Л.А. выявила особенности адаптации и мотивации обучения первокурсников к различным видам профессионального самоопределения. Мещеряков Б.Г. и Соболев Г.И. рассматривают специфику социально-психологической адаптации студентов.

По мнению Антиповой Л.А. адаптация предполагает трансформацию отношений человека с окружающей средой, изменение отношения к содержанию и организации своей деятельности.

Она описала педагогические технологии, способствующие успешной адаптации студентов к вузовскому обучению [Антипова, 2017].

Для теоретического осмысления проблемы мы выделили ряд адаптационных трудностей, препятствующих успешной адаптации, которые мы классифицировали в четыре группы: мотивационные, коммуникативные, когнитивные и регулятивные.

Под мотивационными трудностями мы понимаем: преобладание внешних мотивов над внутренними, низкий уровень познавательной мотивации, неразвитость мотивов, связанных с овладением профессией, отсутствие интереса к изучению отдельных дисциплин, амбивалентность мотивов.

Под коммуникативными трудностями мы понимаем: неумение общаться со сверстниками, проблемное взаимодействие с педагогами, чрезмерная резкость в общении, отсутствие гибкости, низкий уровень коммуникативных навыков, слабо развитые организаторские способности, неумение работать в группе (команде) [Корж, 2020].

Под когнитивными трудностями мы понимаем: недостаточные общие навыки обучения, необходимым для успешной учебы в вузе, и к слабо развитой способности к самооценке и рефлексии.

Под нормативными трудностями мы понимаем: низкий уровень самоорганизации, слабый самоконтроль, несамостоятельность.

В данном исследовании адаптация рассматривается в нескольких аспектах: адаптация студентов к учебной деятельности и адаптация к своему учебному коллективу [Дубовицкая, Крылова, 2010]. Исследование будет способствовать развитию индивидуальных образовательных траекторий студентов, позволяющих оптимизировать их личностное развитие. В исследовании рассматриваются специфические трудности, возникающие при адаптации первокурсников к обучению в вузе. Перед нами стоят следующие задачи: диагностировать виды и психологические особенности адаптационных трудностей; определить уровень адаптации первокурсников к учебной деятельности и учебной группе.

Методы исследования: нами проведено исследование уровня социально-психологической адаптации студентов первых курсов ТИ(ф) СВФУ в г. Нерюнгри и изучение значимых критериев адаптации. В исследовании приняло участие 70 респондентов, студентов первых курсов в возрасте от 18 до 26 лет.

Полученные эмпирические данные позволили выявить текущее состояние психологической безопасности студентов в вузе и выявить их взаимосвязь с личностными характеристиками испытуемых. Статистическая значимость определялась по критерию r Пирсона ($p < 0,05$).

С целью изучения уровня социально-психологической адаптации студентов первых курсов ТИ(ф) СВФУ в г. Нерюнгри нами использовались следующие методики: «Диагностика общей самооценки личности» (Г.Н. Казанцева), «Методика самооценка психологической адаптивности», «Шкала тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина» методика «Исследование адаптированности студентов в вузе» [там же].

Результаты

Изучая психофизиологические реакции организма на процесс адаптации, студенты отмечают, что чувствуют себя здоровым и бодрым – 75% студентов. Большую часть времени находятся в приподнятом настроении 46% студентов. Считают, что в большинстве случаев у них преобладает спокойное, ровное состояние – 54% студентов. Легко и быстро переходят от

покоя к интенсивной деятельности 42% студентов, на среднем уровне могут это делать 29% студентов. Быстро засыпают и пробуждаются 56% студентов, делают это с трудом 16% первокурсников. Ощущают, что полны энергией – 67% первокурсников. Ощущают душевный покой – 75% респондентов, чувствуют ситуативную тревогу – 12% студентов. Депрессивных тенденций у студентов не выявлено.

Рассматривая личностные трудности адаптации студентов через мотивационную составляющую, можно отметить, что 67% первокурсников испытывают чувство удовлетворения в процессе обучения. На занятиях чувствует себя комфортно – 79% респондентов. Отмечают, что в учебе могут в полной мере проявить свою индивидуальность, способности – 73% первокурсников. Считают, что прилагают все усилия, чтобы хорошо учиться – 85% респондентов.

Позитивно мыслят, рассчитывают на успех 62% студентов. Отмечают, что чаще всего им везет – 73% студентов. Уверены в себе 78% студентов. Отмечают неуверенность в себе 8% респондентов. Считают, что много достигнуто в будущем – 83% первокурсников. Не видят для себя перспектив – 4% студентов.

Коммуникативные трудности испытывают 12% первокурсников. Отмечают трудности с вхождением в новый коллектив 14% студентов. При этом, приятное общение с однокурсниками отмечают 92% респондентов. Чувствуют, что им комфортно в учебной группе 83% первокурсников. Любят бывать в новом обществе 64% студентов. Отмечают, что нравится знакомиться с новыми людьми 69% респондентов. Быстро сошлись со своими одноклассниками 65% первокурсниками. Временами чувствуют, что в их обществе существует потребность у других первокурсников – 57% студентов. Считают, что могут влиять на мнение однокурсников – 58% студентов. Отмечают, что однокурсники тянутся к ним – 75% первокурсников.

Чувствуют себя свободно в процессе обучения – 90% студентов. Чувствуют некоторую скованность – 8% первокурсников. Чувствуют поддержку педагогов на высоком уровне 57% первокурсников. Считают, что между ними и педагогами установлен положительный контакт 60% студентов. Отмечают, что им нравится институт и обучение в нем – 83% первокурсников. Испытывают состояние радости, от того, что все складывается так, как хотелось – 95% студентов.

Когнитивные трудности испытывают 18% студентов. Считают, что все делают хорошо – 67% респондентов. Новый материал запоминают и усваивают быстро на высоком уровне 34%, на среднем уровне 40% студентов. Новые навыки формируются быстро и усваиваются прочно у 42% студентов, на среднем уровне – 27% респондентов.

Довольны собой – 81% студентов. Испытывают чувство осмысленности своего существования – 71% респондентов. Ощущают полноту жизни – 75% первокурсников. Чувствуют удовольствие от жизни – 79% первокурсников. Чувствуют себя «автором своей жизни» – 87% респондентов. Считают, что находятся в согласии с самим собой – 84% первокурсников. Испытывают удовлетворение, что у них есть время для себя – 85% студентов.

Нормативные трудности испытывают 18% студентов. Успешно в срок справляются с учебными заданиями – 84% студентов. Считают себя успешными в обучении – 73% первокурсников. Результаты изучения инициативности в обучении выявили, что у большинства студентов данные характеристики сформированы на среднем (31%) и выше среднего уровне (25%). На высоком уровне инициативность сформирована у 23% студентов. Быстро осваиваются в новой обстановке 66% студентов.

Результаты методики «Самооценка психологической адаптивности» выявили, что, на

высоком уровне адаптировались к процессу обучения в институте – 57% студентов, на уровне выше среднего – 12%, на среднем уровне – 27% первокурсников. Низкий уровень адаптации отмечают – 4% студентов.

По методике «Исследование адаптированности студентов в вузе» можно сделать вывод, что шкале «адаптивность к учебной группе» 67% студентов отмечают высокий уровень адаптации, средний уровень выявлен у 29%, низкий уровень у 4% студентов. Высокий уровень по шкале «адаптированности к учебной деятельности» выявили 72% студентов, низкий уровень выявили 8% студентов.

Анализ статистической обработки результатов корреляционному анализу (r Пирсона) показал прямую зависимость между всеми критериями психологической безопасности, в том числе и с интегральным показателем.

Выявлена положительная связь, достаточно значимая связь между высоким уровнем адаптации по критерию «адаптированности к учебной деятельности» и критерием «удовлетворенность образовательным процессом в вузе» выявлена (коэффициент корреляции $r = 0,66$, уровень значимости $p=0,05$), критерием «адаптивность к учебной группе» и критерием «согласия с самим собой» (коэффициент корреляции $r = 0,78$, уровень значимости $p=0,05$), «ощущение авторства своей жизни» (коэффициент корреляции $r = 0,84$, уровень значимости $p=0,05$).

Определяется значимая положительная взаимосвязь (коэффициент корреляции $r = 0,76$, уровень значимости $p=0,05$) между высоким уровнем адаптации по методике «Самооценка психологической адаптивности» и критериями «ощущении свободной атмосферы в процессе обучения» (коэффициент корреляции $r = 0,86$, уровень значимости $p=0,05$), критерием «приятное общение с однокурсниками» (коэффициент корреляции $r = 0,78$, уровень значимости $p=0,05$).

Существует значимая положительная связь между низким уровнем тревожности и высоким уровнем адаптивности по критерию «шкале «адаптивность к учебной группе» и критерию «адаптированности к учебной деятельности». Коэффициент корреляции в данном случае составил $r = 0,72$ (уровень значимости $p=0,05$). Между высоким уровнем значений по критерию «самооценка» и низким уровнем значений по критерию «уровень реактивной тревожности» выявлена положительная значимая связь (коэффициент корреляции составил $r = 0,62$, уровень значимости $p=0,05$).

Определяется значимая положительная взаимосвязь (коэффициент корреляции $r = 0,76$, уровень значимости $p=0,05$) между высоким уровнем самооценки и критериями «адаптивность к учебной группе» (коэффициент корреляции $r=0,86$, уровень значимости $p=0,05$), критерием «адаптированности к учебной деятельности» (коэффициент корреляции $r = 0,69$, уровень значимости $p=0,05$).

Таким образом, мы выявили достаточно высокий уровень адаптации первокурсников, удовлетворенность образовательным процессом в процессе обучения.

Заключение

Результаты исследования социально-психологической адаптации к образовательной среде ТИ(ф) СВФУ в г. Нерюнгри выявили, что высокий уровень адаптации студентов тесно связан с ощущением авторства своей жизни, удовольствия от жизни, осмысленности жизни, положительным отношением к себе, успешность в обучении, ощущения свободы в процессе

обучения, приятного общения с однокурсниками, уверенностью в себе.

Анализируя результаты, можно сделать вывод о том, что чем более позитивно студенты оценивают себя, тем выше уровень учебной, коммуникативной, мотивационной, нормативной адаптации первокурсников.

Библиография

1. Антипова Л.А. Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов младших курсов к условиям обучения в вузе. Ставрополь: Логос, 2017. 104 с.
2. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.Я. Методика исследования адаптированности студентов в вузе // Психологическая наука и образование. 2010. № 2. С. 27-46.
3. Елагина А.С., Смирнова О.О. Development of institutions of psychological support in rural areas: opportunities and restrictions // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 4В. С. 257-265.
4. Елагина А.С., Смирнова О.О. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 238-244.
5. Корж Е.М. Проблема социально-психологической адаптации студентов вуза // Актуальные проблемы педагогики и психологии. М., 2020. С. 43-46.
6. Скитейкина Ю.А. Особенности социально-психологической адаптации студентов в вузе // Трибуна ученого. 2021. № 11. С. 407-411.
7. Смирнов О.А., Елагина А.С. Психологический феномен доверия в современных исследованиях // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 6А. С. 163-169. DOI: 10.34670/AR.2021.60.73.018
8. Чичкалюк В.А. Изучение уровня социально-психологической адаптации студентов 1 курса ИрГУПС // Система менеджмента качества: опыт и перспективы. 2017. № 6. С. 215-219.
9. Voronova L. et al. The Adapters public institute as a means of first-year students' pedagogical support during the period of adaptation to studying at a university // Proceedings of the Conference "Integrating Engineering Education and Humanities for Global Intercultural Perspectives". – Springer, Cham, 2020. – С. 641-651.
10. Baranov V. V. et al. Students adaptation to training in university in educational environment optimization terms // Modern Journal of Language Teaching Methods (MJLTM). – 2018. – Т. 8. – №. 7. – С. 67-75.

Features of psychological adaptation of first-year students to the educational environment of the institute

Yuliya V. Kobazova

PhD in Psychology,
Associate Professor of the Department of Pedagogy
and Methods of Primary Education,
Technical Institute of Northeastern Federal University,
678960, 16, Kravchenko str., Neryungri, Russian Federation;
e-mail: tifsufu-neru@yandex.ru

Abstract

The article discusses the results of the study of the socio-psychological adaptation of first-year students to the educational environment of Technical Institute of Northeastern Federal University in Neryungri. These studies allow us to identify the current state of socio-psychological adaptation of first-year students to the educational environment of the Institute. Based on the results of the study of the adaptation of first-year students to the educational environment, we have identified a fairly

high level of adaptation of first-year students. A significant positive relationship was revealed between the high level of psychological adaptation of first-year students and the high level of satisfaction with the educational process at the university, adaptability to the study group. A significant positive relationship is determined between the high level of adaptation of first-year students and their perception of the prevailing atmosphere in the course of classes as positive, comfortable. There is a significant positive relationship between a low level of anxiety and a high level of adaptability. A positive significant relationship was revealed between a high level of values according to the "self-esteem" criterion and low values according to the "level of reactive anxiety" criterion. A significant positive relationship is determined between a high level of self-esteem and adaptability to the study group, adaptation to educational activities. Successful socio-psychological adaptation of students to learning involves high self-esteem of students, satisfactory psychological state, acceptance and compliance with social expectations, norms and rules, requirements in the learning process, effective communication with classmates, teachers, realization of personal potential.

For citation

Kobazova Yu.V. (2022) Osobennosti psikhologicheskoi adaptatsii pervokursnikov k obrazovatel'noi srede instituta [Features of psychological adaptation of first-year students to the educational environment of the institute]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (4A), pp. 111-118. DOI: 10.34670/AR.2022.64.81.011

Keywords

Socio-psychological adaptation of students, educational environment, difficulties of adaptation of students, pedagogy, psychology.

References

1. Antipova L.A. (2017) *Psikhologo-pedagogicheskie aspekty adaptatsii studentov mladshikh kursov k usloviyam obucheniya v vuze* [Psychological and pedagogical aspects of the adaptation of undergraduate students to the conditions of study at the university]. Stavropol: Logos Publ.
2. Baranov, V. V., Ovchinnikova, L. P., Piralova, O. F., Maksimova, N. L., Shumeyko, A. A., Semenova, N. V., ... & Popova, O. V. (2018). Students adaptation to training in university in educational environment optimization terms. *Modern Journal of Language Teaching Methods (MJLTM)*, 8(7), 67-75.
3. Chichkalyuk V.A. (2017) Izuchenie urovnya sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii studentov 1 kursa IrGUPS [Studying the level of socio-psychological adaptation of 1st year students Irkutsk State University of Railways]. *Sistema menedzhmenta kachestva: opyt i perspektivy* [Quality management system: experience and prospects], 6, pp. 215-219.
4. Dubovitskaya T.D., Krylova A.Ya. (2010) Metodika issledovaniya adaptirovannosti studentov v vuze [Methods of studying the adaptability of students at the university]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological science and education], 2, pp. 27-46.
5. Elagina A.S., Smirnova O.O. (2017) Development of institutions of psychological support in rural areas: opportunities and restrictions. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 6 (4B), pp. 257-265.
6. Elagina A.S., Smirnova O.O. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 238-244.
7. Korzh E.M. (2020) Problema sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii studentov vuza [The problem of socio-psychological adaptation of university students]. In: *Aktual'nye problemy pedagogiki i psikhologii* [Actual problems of pedagogy and psychology]. Moscow.
8. Skiteikina Yu.A. (2021) Osobennosti sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii studentov v vuze [Features of socio-psychological adaptation of students at the university]. *Tribuna uchenogo* [Tribune of the scientist], 11, pp. 407-411.

9. Smirnov O.A., Elagina A.S. (2021) Psikhologicheskii fenomen doveriya v sovremennykh issledovaniyakh [The psychological phenomenon of trust in modern research]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 10 (6A), pp. 163-169. DOI: 10.34670/AR.2021.60.73.018
10. Voronova, L., Karpovich, I., Stroganova, O., & Khlystenko, V. (2020, March). The Adapters public institute as a means of first-year students' pedagogical support during the period of adaptation to studying at a university. In Proceedings of the Conference "Integrating Engineering Education and Humanities for Global Intercultural Perspectives" (pp. 641-651). Springer, Cham.