

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ ВУЗА В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Аннотация. Начало обучения в вузе – очень значимый для первокурсников этап. Поэтому важно получать информацию о тех трудностях, с которыми сталкиваются студенты, и на этой основе организовывать их психологическое сопровождение. В статье поднимается проблема адаптации первокурсников вуза в системе новых межличностных отношений в условиях дистанционного обучения, вызванного распространением COVID-19. Указанная проблема еще не нашла достаточного отражения в современных исследованиях. В настоящем исследовании раскрываются психологические особенности групп первокурсников; характеризуются проблемы и трудности, возникающие у студентов в процессе приспособления; предлагается опыт работы автора с первокурсниками в плане повышения их уровня социально-психологической адаптации; ставится вопрос о направлениях работы по успешному социально-психологическому приспособлению начинающего студента в условиях дистанционной формы обучения. В материалах статьи представлено исследование социально-психологической адаптации первокурсников в вузе в условиях дистанционного обучения, проведенное на базе Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ и показавшее, что студенты ощущают недостаток живого общения с преподавателями и однокурсниками, испытывают трудности обучения в домашней обстановке и в усвоении некоторых дисциплин. Результаты применения психологических методик, направленных на диагностику адаптированности юношей и девушек к учебной группе, констатировали невысокий уровень адаптированности испытуемых, что проявлялось в неблагоприятном положении в коллективе, проблемах в общении и установлении отношений с сокурсниками и преподавателями. Представленный в статье материал призван помочь преподавателям высшей школы, кураторам групп организовать психологическое сопровождение студентов первого курса в условиях дистанционного обучения, вызванного распространением COVID-19.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, адаптация первокурсника в вузе, трудности социально-психологической адаптации, психологическое сопровождение.

Введение

Проблема адаптации студентов-первокурсников в условиях вуза существовала всегда, а объявленная Всемирной организацией здравоохранения пандемия коронавируса COVID-19 и последовавший затем перевод образования всех уровней на дистанционную форму обучения еще более усугубил ее.

Анализ психолого-педагогической литературы показывает, что различные аспекты адаптации студентов первого курса в вузе в условиях пандемии еще недостаточно отражены в современных исследованиях. Данные вопросы затрагивают в своих работах Т. А. Безенкова, Е. В. Олейник, Д. А. Муталова, А. В. Мананникова [12], Н. И. Юртаева [14] и др.

Социальная адаптация первокурсника в вузе – это сложный процесс, включающий в себя социально-психологическую, профессиональную и дидактическую адаптацию [2]. Остановим свое внимание на социально-психологическом аспекте приспособления в условиях дистанционной формы обучения.

Социально-психологическая адаптация – это «вхождение личности в систему внутренних отношений, что связано активным приспособлением к этим отношениям, приобретением и включением в структуру личности умений и навыков межличностных отношений в коллективе» [1, с. 31]. Это всегда включение личности в систему взаимоотношений в группе [6; 7].

Следует отметить, что человек сложнее всего адаптируется к людям, чем к деятельности или окружающим предметам [11], именно поэтому приспособление личности к группе влияет на все другие стороны адаптации.

Студенческая группа первокурсников отличается разнородностью, отсутствием сложившихся взаимоотношений, недостаточной целостностью, самоутверждением, борьбой за лидерство. Именно в такой период «притирки» многие юноши и девушки пытаются начать жизнь «с чистого листа», раскрыть свой личностный потенциал, завоевать уважение у нового окружения.

Вхождение в новую вузовскую среду вызывает определенные трудности, носящие как объективный, так и субъективный характер:

- а) переживания, связанные с уходом из школьного коллектива [9];
- б) интеграция личности со студенчеством, принятие его ценностей, стандартов поведения [4];
- в) затруднение межличностных контактов с преподавателями, невозможность решения про-

блем личного характера [14].

На этом этапе для студента очень важно приспособиться к группе и выработать собственный стиль поведения, т. к. это является основой профессионального становления.

В условиях дистанционного обучения, вызванного распространением COVID-19, значимость сплочения группы первокурсников возрастает, т. к. происходит снижение непосредственных контактов между студентами.

1. Результаты исследования социально-психологической адаптации студентов-первокурсников в условиях дистанционного обучения

Диагностика особенностей социально-психологической адаптации студентов проводилась осенью 2020 года с первокурсниками (98 человек) в условиях дистанционного обучения, вызванного распространением COVID-19.

В ходе проведения опроса студентов нами было выявлено, что основными мотивами выбора вуза среди респондентов выступают: государственный статус образовательного учреждения, возможность трудоустройства, желание стать педагогом (психологом).

Первокурсники отмечают, что испытывают определенные трудности в учебной деятельности, связанные с дистанционным форматом обучения: недостаток живого общения с преподавателями и однокурсниками (73,4 %), сложность обучения в домашней обстановке (34,7 %), технические проблемы (35,7 %), трудности в усвоении некоторых дисциплин, непонимание материала (33,7 %).

Юноши и девушки указывают на неудовлетворенность студенческой жизнью в сложившихся условиях (66,3 %), недостаток очного общения с одногруппниками (59,2 %), отсутствие друзей в группе (18,4 %). Отметим, что потребность юношей и девушек в свободном общении очень важна на данном этапе возрастного развития.

Диагностика адаптированности юношей и девушек к учебной группе по методике «Адаптированность студентов в вузе» Т. Д. Дубовицкой и А. В. Крыловой [8] показала, что всего лишь 24,5 % респондентов не ощущают в новой группе дискомфорта, легко контактируют с однокурсниками, помогают друг другу, проявляют активность, принимают новые правила, что констатирует высокий уровень их адаптации.

У 53,1 % первокурсников выявлен средний уровень, а у 22,4 % молодых людей адаптированность к группе на низком уровне, что означает наличие трудностей в коммуникации, отражающихся в сдержанности в отношениях, изолированности, непонимании, непринятии взглядов со стороны однокурсников. Потеря привычного статуса в группе, а это происходит при вхождении в новый коллектив, часто вызывает изменения в области самооценки и самоотношения, что вызывает чувство подавленности, тревожности, неадекватное поведение, другими словами, возникает социально-психологическая дезадаптация.

Также первокурсники провели самооценку психологической адаптивности. Было выявлено, что у 32,7 % студентов высокий уровень по данному показателю, т. е. они достаточно легко сходятся с людьми, быстро осваиваются в новой обстановке, в новой деятельности. 48,9 % опрошенных отличаются средним уровнем психологической адаптивности, а 18,4 % – низким.

Следует отметить, что в прошлые годы процент студентов с высоким уровнем адаптированности был выше [2]. Выдвинем предположение, что полученные нами данные являются следствием дистанционного обучения, на котором первокурсники находятся в настоящее время. Юношам и девушкам не хватает «живого» общения в группе и с преподавателями.

2. Направления работы по социально-психологической адаптации первокурсников

Основными направлениями работы для успешного социально-психологического приспособления начинающего студента выступают психологическое сопровождение образовательного процесса [13], включающее в себя психодиагностику, развивающую и консультативную деятельность [1; 2]; формирование студенческого коллектива [3; 5] осуществляемое куратором.

Опыт нашей работы с первокурсниками показывает, что эффективным методом, позволяющим повысить уровень социально-психологической адаптации, является тренинг.

Во время проводимых нами занятий, в частности, в группах, обучающихся по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование», студенты познают себя, знакомятся друг с другом, приобретают навыки бесконфликтного общения, учатся выстраивать взаимоотношения в новой группе. Отметим, что все это позволяет не только сплотить коллектив, но и формировать общекультурные и профессиональные компетенции.

А каковы же особенности организации психологического сопровождения студентов первого

курса в условиях дистанционного обучения? Основными форматами работы с юношами и девушками являются:

- 1) анкетирование с использованием Google Forms;
- 2) психологическое тестирование через сеть Интернет, с помощью Интернет-ресурсов, направленное на изучение личностных особенностей первокурсников и их адаптированности в вузе;
- 3) индивидуальное и групповое консультирование (с использованием программ Zoom, Teams, Skype), а также по типу телефона доверия через электронную почту;
- 4) проведение тренинговой работы, направленной на самопознание и знакомство студентов друг с другом;
- 5) психологическое просвещение посредством создания видео-контента, прямых эфиров, вебинаров, электронных библиотек.

Главная черта психологического сопровождения – это работа в on-line режиме.

Заключение

Таким образом, социально-психологическая адаптация первокурсников – это проблема, от решения которой зависит становление юношей и девушек как профессионалов, поэтому важно своевременно выявлять трудности и факторы дезадаптации студентов, а также проводить работу по сплочению студенческих групп. Представленные форматы работы с юношами и девушкам позволят преподавателям высшей школы, кураторам групп организовать психологическое сопровождение студентов первого курса в условиях дистанционного обучения, вызванного распространением COVID-19.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андриенко О. А. Педагогические условия повышения эффективности социальной адаптации первокурсников в профессиональном лицее : дис. ... канд. пед. наук. Магнитогорск, 2009. 188 с.
2. Андриенко О. А., Безенкова Т. А., Олейник Е. В. Воспитательная деятельность куратора в период адаптации студентов-первокурсников вуза // Перспективы науки и образования. 2019. № 2 (38). С. 95–107.
3. Башкирова О. А. Роль куратора в адаптации первокурсников в вузе // Омские социально-гуманитарные чтения – 2016 : материалы IX Междунар. науч.-практ. конф. / отв. ред. Л. А. Кудринская. Омск : Омский государственный технический университет. 2016. С. 145–149.
4. Власова Т. А. Социально-психологическая адаптация студентов младших курсов к условиям обучения в вузе // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2009. № 1. С. 13–22.
5. Глушенков А. М., Царева А. В. Куратор студенческой группы как субъект управления системой воспитательной работы вуза // Academia. Педагогический журнал Подмосковья. 2016. № 4 (10). С. 9–15.
6. Даниленко Л. П. Особенности социально-психологической адаптации студентов при вхождении в вузовскую среду // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2020. № 1. С. 101–109.
7. Дворникова И. Н., Хашева Г. Н. Психологическая помощь студентам-первокурсникам в социально-психологической адаптации к обучению в вузе // Исследователь года 2020: сб. ст. III Междунар. науч.-исследоват. конкурса / под ред. А. Б. Черемисина. Петрозаводск : Международный центр научного партнерства «Новая Наука». 2020. С. 85–90.
8. Дубовицкая Т. Д., Крылова А. В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2010. № 2. URL: http://psyedu.ru/journal/2010/2/Dubovitskaya_Krilova.phtml (дата обращения: 26.01.2020).
9. Йулдашева С. М. Теоретические аспекты социально-психологической адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе // Достижения науки и образования. 2019. № 2 (43). С. 57–59.
10. Корнилова А. Г., Петрова С. Ф. Социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников в университете // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 62-2. С. 128–131.
11. Малек Е. В. Особенности формирования личности в пространстве информационной культуры // Традиционные национально-культурные и духовные ценности как фундамент инновационного развития России. 2018. № 1 (13). С. 29–31
12. Олейник Е. В., Муталова Д. А., Безенкова Т. А., Мананникова А. В. Изучение проблемы адаптации студентов вуза в условиях самоизоляции к on-line обучению с применением дистанционных образовательных технологий // Современное педагогическое образование. 2020. № 5. С. 69–72.
13. Родина Н. А., Чайковский А. Е., Михайлова Е. Е., Далдышкина Л. И. Психологическая помощь студентам в адаптации к вузовской жизни // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. № 5 (73). С. 107–112.
14. Юртаева Н. И. Трудности адаптации студентов-первокурсников // Педагогика и современное образование: традиции, опыт и инновации: сб. статей XIII Междунар. науч.-практ. конф. Пенза, 2020. С. 178–181.

O. A. Andrienko (Orsk, Russia)

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION FIRST-YEAR UNIVERSITY STUDENTS IN THE CONDITIONS OF DISTANCE LEARNING

Abstract. The beginning of training at university is a very significant stage for first-year students. Therefore, it is important to receive information about the difficulties faced by students, and on this basis to organize their psychological support. The article raises the problem of adaptation of first-year university students in the system of new interpersonal relations in the conditions of distance learning caused by the spread of COVID-19, which has not yet been sufficiently reflected in modern research. The work reveals the psychological characteristics of groups of first-year students. The problems and difficulties encountered by students in the process of adaptation are characterized. The author's experience of working with first-year students to improve their socio-psychological adaptation is proposed in the article. The question of the directions of work on the successful socio-psychological adaptation of a novice student in the conditions of distance learning is raised. The author presents a study of socio-psychological adaptation of freshmen to the University in terms of distance learning conducted on the basis of the Orsk humanitarian-technology Institute (branch) OSU, which showed that students lack live interaction with teachers and fellow students are experiencing difficulty learning at home and in the assimilation of certain disciplines. The results of psychological methods aimed at diagnosing the adaptability of young men and women to the study group, state its low level, which is manifested in an unfavorable situation in the team, a problem in communication and establishing relationships with fellow students and teachers. The material presented in the article is intended to help teachers of higher education, curators of groups to organize psychological support of first-year students in the conditions of distance learning caused by the spread of COVID-19.

Keywords: social and psychological adaptation, adaptation of a first-year student at a university, difficulties of social and psychological adaptation, psychological support.

REFERENCES

1. Andrienko O. A., Pedagogicheskie usloviya povysheniya effektivnosti sotsial'noi adaptatsii pervokursnikov v professional'nom litsee : dis. ... kand. ped. nauk, Magnitogorsk, 2009, 188 p.
2. Andrienko O. A., Bezenkova T. A., Oleinik E. V. Vospitatel'naya deyatelnost' kuratora v period adaptatsii studentov-pervokursnikov vuza, *Perspektivy nauki i obrazovaniya* [Perspectives of science and education], 2019, no. 2 (38), pp. 95–107.
3. Bashkirova O. A. Rol' kuratora v adaptatsii pervokursnikov v vuze, Omskie sotsial'no-gumanitarnye chteniya – 2016 : materialy IX Mezhdunar. nauch.-prakt. konf., otv. red. L. A. Kudrinskaya, Omsk, Omskii gosudarstvennyi tekhnicheskii universitet, 2016, pp. 145–149.
4. Vlasova T. A. Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov mladshikh kursov k usloviyam obucheniya v vuze, *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Bulletin of Chelyabinsk State Pedagogical University]. 2009, no. 1, pp. 13–22.
5. Glushenkov A. M., Tsareva A. V. Kurator studencheskoi gruppy kak sub"ekt upravleniya sistemoi vospitatel'noi raboty vuza, *Academia. Pedagogicheskii zhurnal Podmoskov'ya*, 2016, no. 4 (10), pp. 9–15.
6. Danilenko L. P. Osobennosti sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii studentov pri vkhozhenii v vu-zovskuyu sredu, *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya: Psikhologicheskie nauki* [Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychology], 2020, no. 1, pp. 101–109.
7. Dvornikova I. N., Khasheva G. N. Psikhologicheskaya pomoshch' studentam-pervokursnikam v sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii k obucheniyu v vuze, *Issledovatel' goda 2020*, sb. st. III Mezhdunar. nauch.-issledovat. konkursa, pod red. A. B. Cheremisina, Petrozavodsk, Mezhdunarodnyi tsentr nauchnogo partnerstva "Novaya Nauka", 2020, pp. 85–90.
8. Dubovitskaya T. D., Krylova A. V. Metodika issledovaniya adaptirovannosti studentov v vuze [Elektronnyi resurs], *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological-Educational Studies], 2010, no. 2, URL: http://psyedu.ru/journal/2010/2/Dubovitskaya_Krilova.phtml.
9. Iuldasheva S. M. Teoreticheskie aspekty sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii studentov-pervokursnikov k obucheniyu v vuze, *Dostizheniya nauki i obrazovaniya* [Achievements of Science and Education], 2019, no. 2 (43), pp. 57–59.
10. Kornilova A. G., Petrova S. F. Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov-pervokursnikov v universitete, *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya* [Problems of modern pedagogical education], 2019, no. 62-2, pp. 128–131.
11. Maleko E. V. Osobennosti formirovaniya lichnosti v prostranstve informatsionnoi kul'tury, *Traditsionnye natsional'no-kul'turnye i dukhovnye tsennosti kak fundament innovatsionnogo razvitiya Rossii* [Traditional national-cultural and spiritual values as innovative development basis of Russia], 2018, no. 1 (13), pp. 29–31.
12. Oleinik E. V., Mutalova D. A., Bezenkova T. A., Manannikova A. V. Izuchenie problemy adaptatsii studen-

тов вуза в условиях самоизоляции к on-line обучению с применением дистанционных образовательных технологий, *Sovremennoe pedagogicheskoe obrazovanie* [Modern Pedagogical Education], 2020, no. 5, pp. 69–72.

13. Rodina N. A., Chaikovskii A. E., Mikhailova E. E., Daldyshkina L. I. Psikhologicheskaya pomoshch' studentam v adaptatsii k vuzovskoi zhizni // *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika* [Society: Sociology, Psychology, Pedagogics], 2020, no. 5 (73), pp. 107–112.

14. Yurtaeva N. I. Trudnosti adaptatsii studentov-pervokursnikov, Pedagogika i sovremennoe obrazovanie: traditsii, opyt i innovatsii: sb. statei XIII Mezhdunar. nauch.-prakt. konf, Penza, 2020, pp. 178–181.

Андрюенко О.А. Социально-психологическая адаптация первокурсников вуза в условиях дистанционной формы обучения // *Гуманитарно-педагогические исследования*. 2021. Т. 5. № 1. С. 30–34.

Andrienko O. A. Social and Psychological Adaptation First-year University Students in the Conditions of Distance Learning, *Gumanitarno-pedagogicheskie issledovaniya* [Humanitarian and pedagogical Research], 2021, vol. 5, no. 1, pp. 30–34.

Дата поступления статьи – 21.01.2021; 0,47 печ. л.

Сведения об авторах

Андрюенко Оксана Александровна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии и педагогики Орского гуманитарно-технологического института (филиала) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Оренбургский государственный университет», Орск, Россия; andrienko-oa@mail.ru

Author:

Oksana A. Andrienko, PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology and Pedagogy, Orsk Humanitarian-Technological Institute (branch) of Orenburg State University, Orsk, Russia; andrienko-oa@mail.ru
