**Адаптация студентов первокурсников на базе ТИЖТа (филиала ОмГУПСа)**

*Теоретические аспекты развития и формирования адаптации у студентов – первокурсников.*

Современное общество и каноны современного образования диктуют высокие требования к личности студента, которые в период первого курса активно формируются. Студент – первокурсник среднего профессионального образования достаточно активно должен войти в данную роль. Ведь от протекания процесса адаптации будет зависеть не только становление студента как личности, но и как успешного специалиста своего профиля. С первых шагов еще недавние школьники вынуждены приспосабливаться к необычным для себя условиям и новой роли студента [2].

Проблема адаптации студентов – первокурсников, занимает значительное место в психолого-педагогических дисциплинах, побуждающая и по сей день многие дискуссии: «Почему подросток не хочет учиться?», «Как выстраивать педагогический процесс?», «Как подготовить школьника к будущей роли студента?» и многие другие значимые вопросы, которые сейчас актуальны. На сегодняшний момент достаточно интересный опыт прохождения адаптации у студентов первокурсников, в связи с очно-дистанционной формой организации образовательного процесса.

При изучении психолого-педагогической литературы, посвящённой адаптации студентов первого курса в системе среднего профессионального образования, мы столкнулись с наличием достаточного количества материала, освещающего данную тематику. В настоящее время накоплено большое количество данных, свидетельствующих о деструктивном воздействии различных факторов на деятельность и функциональное состояние подростков в следствие различий установок и возможностями студента первокурсника [5].

Понятие «адаптация» было применено в 1865 г. немецким физиологом Г. Аубертом для обозначения изменения чувствительности при длительном воздействии для обозначения изменения чувствительности при длительном воздействии адекватного раздражителя [6].

Существует множество определений феномена адаптации. В обобщенном виде адаптация понимается как приспособление, необходимое для адекватного существования в изменяющихся условиях, а также как процесс включения индивида в новую социальную среду, освоение им специфики новых условий [1]. Если мы говорим об адаптации студента-первокурсника, то мы в первую очередь должны иметь в виду социальную адаптацию. «Социальная адаптация - это процесс и одновременно результат внутренней и внешней гармонизации личности со средой, процесс активного приспособления личности, управляющей потребностями человека и требованиями среды. Показателями адаптации человека являются его сбалансированные взаимоотношения с окружающими людьми, успешность в деятельности, гармоничность в поведении [4].

Адаптация студента – это процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном пространстве. Степень социальной адаптации первокурсника в образовательной организации СПО определяет множество факторов: индивидуально-психологические особенности человека, его личностные, деловые и поведенческие качества, ценностные ориентации, академическая активность, состояние здоровья, социальное окружение, статус семьи и другие аспекты. Студенческая жизнь начинается с первого курса, поэтому успешная адаптация студентов нового набора к жизни и учебе является залогом дальнейшего развития каждого студента, как человека, так и будущего специалиста [4].

В условиях ТИЖТа (филиала ОмГУПСа) г. Тайги, специально планируется система мероприятий, способствующая успешной адаптации первокурсников. К числу наиболее важных мероприятий относятся работа по формированию и комплектованию групп, чтение курса «Основы профессиональной деятельности», индивидуальная и групповая работа преподавателей в группах, организация для студентов индивидуальных консультаций на базе психологической поддержки, а также индивидуальная помощь со стороны классного руководства и работников института. В связи с сегодняшними реалиями жизни в условии пандемии все организационные воспитательные мероприятия на начало года запрещены. Тем самым мы можем говорить об отсутствие возможности полноценного сплочения коллектива, а также эффективном вхождении студента – первокурсника в успешную жизнь студенчества.

Огромная роль в адаптации студента в институте отводится классному руководителю. Ведь подросток впервые в жизни примеряет на себя роль студента, который должен обладать сформированными навыками и компетенциями, такими как самостоятельность, умение выстраивать учебные задачи, взаимоотношения с преподавателями, навыки самообслуживания и многими другими. Классный руководитель, как никто другой является наставником в формировании нового образа жизни. Роль классного руководителя у студента-первокурсника являются ведущей, так как он оказывает помощь первокурсникам в трудных ситуациях с первых дней пребывания, координируя и организуя их деятельность и перемещение в стенах образовательной организации СПО [3].

Взаимодействие с группой предполагает и работу самих студентов над умением объединяться и согласовывать свои действия. Задача студенческой группы – не поиск усредненного варианта включения в новые виды общения и деятельности, а создание условий для общего оптимального взаимодействия и продуктивного контакта. При такой задаче классным руководителям требуется лишь содействовать естественному процессу развития группы, от которой в большей степени зависит успешность адаптации первокурсников [1].

При поступлении в образовательную организацию СПО у всех абитуриентов есть определенные установки и стереотипы, которые в процессе обучения трансформируются. Новый коллектив, преподаватели, требования, правила, проживание в общежитии с посторонними людьми, неумение пользоваться личным временем и денежными средствами приводит к возникновению проблем в обучении, общении со сверстниками, преподавателями. Проходит достаточно много времени для того, чтобы подросток смог приспособиться к новым условиям.

При изучении специальной психолого-педагогической литературы, мы выделили два вида социальной адаптации студентов-первокурсников:

1. Социально-психологическая адаптация, под которой понимается приспособление индивида к группе, взаимоотношения с ней, выработка собственного стиля поведения. У подростка формируется потребность быть взрослым, осознавать себя личность, отличной от других людей. Отсюда огромное желание к самоутверждению, самореализации, самоопределению, которые могут стать причиной неадекватных реакций.
2. Социально-профессиональная адаптация – это вхождение в специальность и общество, то есть овладение нормами и функциями будущей профессии [5].

При адаптации студента-первокурсника ученые выделяют следующие стадии:

* Начальная стадия, когда индивид осознают, как он должен вести себя в новой для него социальной среде, но еще не готов признать и принять систему ценностей новой среды и стремится придерживаться прежней системы ценностей;
* Стадия терпимости, когда индивид, группа и новая среда проявляют взаимную терпимость к системам ценностей и образцам поведения друг друга;
* Аккомодация - признание и принятие индивидом основных элементов системы ценностей новой среды при одновременном признании некоторых ценностей индивида, группы новой социокультурной средой;
* Ассимиляция, то есть полное совпадение систем ценностей индивида, группы и среды [5].

Таким образом, адаптация происходит на протяжении всего периода обучения студента, но самым главным фундаментов в формировании позиции студента, является обучение на первом курсе. Поэтому крайне важно создать оптимальные условия для успешной адаптации студентов.

*Анализ адаптационных процессов студентов-первокурсников Тайгинского института железнодорожного транспорта (филиала ОмГУПСа)*

В Тайгинском институте железнодорожного транспорта в период с 25.10.20 – 10.11.2020 г. студенты первого курса проходили опрос на исследование трудностей в адаптации студентов к условиям обучения и проживания в общежитии. За указанный период в опросе приняло участие 298 респондентов. Данный опрос проходил в режиме дистанционного обучения, в период, когда обучающиеся находились дома. Использовали платформу сетевого программного комплекса «Управление учебным процессом» через систему тестирования. Нами была разработана анкета «Адаптация первокурсников», в которую вошли вопросы по выявлению уровня удовлетворённости подростка системой обучения и условий проживания в общежитии, степенью удовлетворенности выбором профессии, взаимоотношениями в коллективе. Так, на первый вопрос *«Нравится ли учиться в ТИЖТе?»* 85% студентов-первокурсников дали утвердительный ответ: они удовлетворены своим выбором, не разочаровались в выборе профессии. Лишь 2% обучающихся отметили, что им не нравится обучаться в институте. 13% студентов не определились со своим целостным восприятием, тем самым испытывая сомнения.

Для выявления эмоционального состояния у обучающихся нами был предложен следующий вопрос *«С каким чувством вы идете в ТИЖТ?».* С радостью посещают учебное учреждение 25% студентов, с равнодушием - 13% студентов, с неохотой – 2% опрошенных, по-разному 60% студентов. Как видно, из получившихся результатов 60 % опрошенных достаточно серьезно отнеслись к своему эмоциональному состоянию во время учебы. Ведь не всегда у нас преобладает эмоционально приподнятое настроение, на которое влияют многие факторы: самочувствие, взаимоотношение со сверстниками, педагогами, наличие усталости в конце учебного дня. Те подростки, которые отметили равнодушие и чувство неохоты испытывают эмоциональные трудности при нахождении в техникуме.

На вопрос *«Какие отношения сложились в группе с большинством одногруппников?»* у 87 % опрошенных сложились доброжелательные отношения. 12 % подростков дистанцируются от коллектива, отмечают нейтральные отношения, 1% обучающихся не общаются со сверстниками и имеют явные коммуникативные проблемы. Таким образом, 13% обучающихся имеют трудности в коммуникации со сверстниками.

Для анализа личностного и эмоционального комфорта обучающихся нами был предложен вопрос *«Вам комфортно находиться в Вашей группе?»,* где могли мы зафиксировать уровень комфорта подростка в сложившейся группе. Анализ результатов выявил, что 92% опрошенных испытывают комфорт, лишь 7 % опрошенных не всегда комфортно, и только 1% опрошенных фиксирует дискомфорт. Тем самым, мы фиксируем, что 8% студентов испытывают проблемы нахождения в группе.

Нами было проанализировано психологическое состояние после занятий. Так на вопрос *«Как Вы можете охарактеризовать своё состояние после занятий?»* В конце рабочего дня, любой человек должен испытывать определенный прилив сил, испытывать определенную радость, в связи с тем, что скоро будет дома. В опросе лишь 60% студентов испытывают радость и довольство (стабильный психоэмоциональный компонент) в конце учебного дня. Спокойствие и печаль испытывают 32% подростков: весьма характерна некая озабоченность учебным процессом. Нервозность и тревожность отмечают 8% студентов. Как видно из предыдущего вопроса, те же 8% испытывают некий эмоциональный дискомфорт.

На вопрос *«Справляетесь ли Вы со всеми учебными заданиями в заданный срок?»,* получили следующие результаты. Полностью с учебными заданиями (домашними и классными) справляются 40% студентов, тем самым испытывают большую склонность к учебной деятельности; 30 % обучающихся отметили, что справляются, но с трудом. 24% подростков испытывают трудности с выполнением заданий, а 6 % не успеваю в заданный срок. Тем самым, здесь первокурсники отмечают проблемы с успеваемостью, на которую влияет несформированность учебной мотивации, умении грамотно выстраивать режим дня и многое другое. Из данного вопроса, вытекает следующий вопрос *«Какие проблемы возникли во время учебы?»*. На данный вопрос 66% студентов, отметили что у них нет никаких проблем. Остальные студенты-первокурсники фиксирует следующие трудности: нехватка времени, проблемы с выполнением домашнего задания, требования преподавателей, требования чрезмерной дисциплины, недопонимание со стороны педагогов, выполнение классной работы, большой объем информации и многое другое.

В связи с тем, что основная доля студентов-первокурсников проживает в общежитии, мы не могли не рассмотреть данное направление. На вопрос *«С какими трудностями Вы столкнулись в общежитии?»* 96% студентов отметили, что у них нет проблем с проживанием в общежитии. Они имеют достаточно сформированный процесс самообслуживания, либо у них низкий порог личностных притязаний. Остальные 4% респондентов, ответили следующие трудности: нет взаимопонимания со сверстниками, сложности с самообслуживанием, технические проблемы, недостаток личного пространства.

Данные результаты опроса, помогли выявить подростков с трудностями коммуникации, личностного самоопределения, проблемами личностной самоидентификации, а также студентов с низкой учебной мотивацией. В дальнейшем нами будет разработана программа на формирование личностной самоидентификации у студентов, показавших сложности в адаптации.

**Библиографический список:**

1. Демьяненко, Н.В. Понятие социальной адаптации студентов-первокурсников к обучению в высшем учебном заведении / Демьяненко Н.В., Ермакова Я.В., Куровский В.Н. // Молодой ученый. — 2016. — № 8. — С. 942-944. - Текст: электронный – URL: https://moluch.ru/archive/112/28060/ (20.11.2020).
2. Зинина, С.М. Содержание мотивации студентов технического вуза и особенности развития профессиональной идентичности / С.М. Зинина // Гуманизация образования. - 2016. - № 2. - С. 4-12. - Текст: непосредственный
3. Маркова, Е.К. Особенности социально-психологической адаптации студентов вуза / Е.К. Маркова, Н.А. Птицына, Н.В. Юдина // Отеч. журн. социал. работы. – 2014. – № 4. – С. 141-144. - Текст: непосредственный
4. Никольский, А. В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека: учебник для вузов / А. В. Никольский. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 303 с. — (Высшее образование). Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.urait.ru/bcode/446058 (дата обращения: 22.11.2020).
5. Потеряева, О.Б. Проблемы социально-психологической адаптации студентов первого курса к обучению в вузе (на примере студентов УРФУ) / Потеряева О.Б., Дубровская Е.А. // Политика и общество. – 2015. – № 7. – С. 906-913. - Текст: электронный – URL: https://science.urfu.ru/ru/publications/проблемы-социально-психологической-адаптации (25.11.2020).
6. Сластенин В.А. Психология и педагогика: учебник для бакалавров / В. А. Сластенин [и др.] — Москва : Издательство Юрайт, 2015. — 332-334 с. — (Бакалавр. Академический курс).— Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/383024 (дата обращения: 23.11.2020).

**Автор:**

**Шнайдер Александра Михайловна, психолог**

**Тайгинский институт железнодорожного транспорта - филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Омский государственный университет путей сообщения»**