

*Морозова Ю.В. Особенности адаптации студентов первых курсов вуза // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2017. – № 12 (декабрь). – АРТ 555-эл. – 0,1 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

**РУБРИКА: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

**УДК 159.9.075**

**Морозова Юлия Валерьевна**  
студентка 1 курса, факультета психологии  
*Научный руководитель:* Куликова Т.И., к.п.н., доцент  
ФГБОУ ВПО «Тульский Педагогический Университет  
им. Л.Н.Толстого»  
г. Тула, Российская Федерация  
e-mail: [yulechka.morozova.1994@mail.ru](mailto:yulechka.morozova.1994@mail.ru)

**ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ  
КУРСОВ ВУЗА**

*Аннотация:* В статье рассмотрены понятия адаптации и адаптационной способности, представлены основные формы адаптации студентов и их особенности.

*Ключевые слова:* адаптация, адаптационная способность, формы адаптации студента.

**Morozova Yuliya**  
1st year student, faculty of psychology  
Supervisor: Kulikova T., PhD, associate Professor  
FGBOU VPO "Tula Pedagogical University  
the L. Tolstoy"  
Tula, Russian Federation

## **FEATURES OF ADAPTATION OF FIRST-YEAR STUDENTS OF THE UNIVERSITY**

*Abstract:* the article considers the concepts of adaptation and adaptive capacity, are the main forms of adaptation of students and their characteristics.

*Key words:* adaptation, adaptive capacity, adaptation of the student.

После поступления в вуз перед первокурсниками открывается множество новых возможностей, появляются новые друзья и перспективы, творческие мероприятия, для кого-то появляется и новая жизнь в общежитии вдали от дома. Однако вместе с этим студенты сталкиваются с немалым количеством трудностей, что приводит к появлению стресса и эмоциональной напряженности. Студенты адаптируются к новым учебным условиям, коллективу, правилам и распорядку вуза.

Адаптация - приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям. У каждого из студентов свой характер, творческий потенциал, возможности и багаж знаний – каждый из них индивидуальность. В связи с этим, процесс адаптации проходит у всех студентов по-разному, потому что каждый обладает своей собственной адаптационной способностью. «Под адаптационной способностью понимается способность человека приспособливаться к различным требованиям среды (как социальным, так и физическим) без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой» [3, с. 12].

Исследователи различают три формы адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза:

1) адаптация формальная, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к

структуре высшей школы, к содержанию обучения в ней, ее требованиям, к своим обязанностям;

2) общественная адаптация, т.е. процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников, и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;

3) дидактическая адаптация, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе [4, с. 17].

Для еще недавних школьников новые условия и требования вуза сложны для восприятия. Перед ними сразу открывается много нового и неизведанного: оформление стипендии, справок, посещение кружков и секции, правила поведения в учебном заведении или общежитии. Раньше большую часть организаторской работы решали родители на собраниях, теперь же от студента требуется проявление самостоятельности. Процесс адаптации к иной для школьника среде строится на получении новой информации, необходимой для правильной ориентации в среде учебного заведения, на умении управлять своим поведением, на активности и внимательности первокурсников.

Появляется новый педагогический и студенческий коллектив, который еще совсем незнаком. Нередко у студентов появляются трудности в общении, понимании друг друга. Через процесс коммуникации проходит все время обучения, и от того какая атмосфера сложилась в группе или с определенным преподавателем зависит и качество полученных знаний. Особенностью юношеского возраста, в котором находятся студенты, является принятие его сверстниками. Поэтому так важна помощь кураторов и старших товарищей в развитии у первокурсников коммуникативных навыков, умений взаимодействия в группе и с преподавательским составом.

Многие первокурсники на первых порах обучения испытывают большие трудности, связанные с отсутствием навыков самостоятельной учебной работы, они не умеют конспектировать лекции, работать с учебниками, находить и добывать знания из первоисточников, анализировать информацию большого объема, четко и ясно излагать свои мысли. Адаптация студентов к учебному процессу (по данным изучения регуляторной функции психики) заканчивается в конце 2-го – начале 3-го учебного семестра [1, 2].

Таким образом, мы можем сказать, что адаптация студентов первых курсов к новым условиям жизнедеятельности, связанная с переходом в другой социальный статус, является сложным процессом, который существенно влияет на эмоционально-психологическое состояние, физическое здоровье, творческие и учебные успехи. В этот период очень важно оказать помощь и поддержку студентам, как со стороны кураторов и педагогов учебного заведения, так и со стороны родителей. У каждого первокурсника период приспособления к новым условиям занимает различное количество времени, и от того насколько успешна будет адаптация, зависит качество получаемых студентом знаний и его психофизическое самочувствие, а также уверенность в выборе будущей профессии.

#### **Список использованной литературы:**

1. Леонтьев В.Г. Психологические механизмы мотивации – Новосибирск, 1992.

2. Пейсахов Н.М. Психологические и психофизиологические особенности студентов – Казань, 1997.

3. Разумовская Е. Социализация студенческой молодежи // Учитель. - 2005. -№2. - С.11-12.

4. Ткачева Г.В. Научно-дидактические условия учебной адаптации студентов на начальном этапе обучения. Современное образование: преемственность и непрерывность образовательной системы «школа - вуз». - М.: Прогресс, 2003. -240 с.

*Дата поступления в редакцию: 18.12.2017 г.*

*Опубликовано: 18.12.2017 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник»,  
электронный журнал, 2017*

*© Морозова Ю.В., 2017*