

## СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ В ТЕХНИКУМЕ

*Некрасова В.А.*

Иркутский государственный университет, педагогический институт, г. Иркутск, Российская Федерация

*В статье представлены результаты экспериментальной работы по реализации педагогических условий адаптации первокурсников в техникуме. Изучение адаптации обучающихся первого курса в техникуме.*

**Ключевые слова:** адаптация; дезадаптация; социально-психологическая адаптация; внутренняя психологическая адаптированность; эмоциональное состояние; коммуникативные способности.

## SOCIO-PEDAGOGICAL CONDITIONS OF ADAPTATION FRESHMEN IN COLLEGE

*Nekrasova V.A.*

Irkutsk state University, Pedagogical Institute,  
Irkutsk, Russian Federation

*The article presents the results of experimental work on the implementation of pedagogical conditions of adaptation of freshmen in College. The study of adaptation of first-year students in College.*

**Keywords:** adaptation; disadaptation; social and psychological adaptation; internal psychological adaptation; emotional condition; communication skills.

Понятие адаптация пришло в научный оборот из физиологии, где рассматривалось как приспособление организма к раздражителям. В настоящее время понятие адаптация является общенаучным и по-

нимается как свойство любой живой саморегулируемой системы, обеспечивающее ее устойчивость к условиям среды, как непосредственный процесс приспособления к условиям среды и одновременно как результат деятельности по достижению динамического равновесия между системами, которые адаптируются [2].

Адаптация – это приспособление самоорганизующихся систем к изменяющимся условиям среды [1, с. 26].

В научной литературе существует множество точек зрения на составляющие студенческой адаптации. Адаптация первокурсника к техникуму рассматривается в различных аспектах: социально-психологическом (И.В. Дубровина, С.А. Беличева, Л.С. Иванова и др.), психофизиологическом (М.М. Безруких, С.П. Ефимова, Н.В. Дубровинская, Д.А. Фарбер, С.В. Феоктистова, А.Л. Сиротюк и др.), психогигиеническом (В.Р. Кучма и др.) [3, с. 156].

### Критерии и уровни адаптации у обучающихся техникума

Критерии	Условия	Показатели	Диагностический инструментарий
Внутренняя психологическая адаптированность	Психическая сфера	Тревожность Фрустрация Агрессивность Ригидность	Методика «Диагностика самооценки психических состояний» (Г. Айзенка)
Эмоциональное состояние	Педагогическая сфера	Стремление к общению Умение устанавливать контакт с людьми Умение взять инициативу в свои руки Желание расширить круг знакомых Умение отстаивать свое мнение Желание учиться в данном образовательном учреждении	Методика «Шкала личностной тревожности» (И.Д. Спилбергер и Ю.Л. Ханина)
Коммуникативные способности	Социальная сфера	Достоверность Адаптивные способности Коммуникативные способности	Методика «Многоуровневый личностный опросник «адаптивность»» А.Г. Маклаков, С.В. Чернынина

К социально-психологическим новообразованиям данного возраста относятся: выраженность стремлений личности к устойчивым отношениям с людьми и содержательному общению, рост инициативности, легкости и выразительности в контактах. Студенческая группа является первичным коллективом, которая должна создавать условия для содержательного общения и реализации инициатив каждого студента. Но, как правило, коммуникации в юношеском возрасте выходят за пределы формального коллектива, контакты выстраиваются во множестве неформальных групп и виртуальных средах [4]. В настоящее время уровневое образование позволяет расширить свободы образовательного выбора студентов, у них появились право и обязанность выстраивать различными способами образовательный маршрут учебной деятельности профессионального становления. Учебные программы стали ориентированы на компетенции студентов, а социальным замыслом образования становится развитие личностного потенциала студентов, развития его способностей: целеполагания и рефлексии [5].

Проверка эффективности социально-педагогических условий адаптации обучающихся техникума осуществляется в течение 2018–2019 гг. Целью данного экспериментального исследования является определение влияние социально-педагогических условий на благоприятную адаптацию.

Задачи экспериментального исследования:

1. Выделение экспериментальной и контрольной группы;
2. Выбор методов исследования;
3. Определение социально-педагогических условий, влияющих на адаптацию;
4. Организация, проведение и анализ результатов эксперимента.

Исследование проводилось на базе ГБПОУИО «ИАТ» (Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области «Иркутский авиационный техникум»). Исследовательская работа проводилась с обучающимися первого курса.

В исследовании на констатирующем этапе приняли сорок человек, которые составили контрольную и экспериментальную груп-

пы нашего исследования. Экспериментальная работа состояла из трех взаимосвязанных этапов: констатирующего, формирующего и контрольного.

На этапе констатирующего эксперимента были определены критерии и уровни адаптации у обучающихся техникума, к данным критериям мы отнесли: внутренняя психологическая адаптированность, эмоциональное состояние, коммуникативные способности.

Для исследования социально-педагогических условий адаптации было проведено комплексное исследование, включающее в себя следующие диагностики:

1. Методика «Диагностика самооценки психических состояний» (Г. Айзенка.). Цель: выявление уровня тревожности, фрустрации, агрессивности, ригидности.

Методика состоит из сорока высказываний, все они сгруппированы в четыре блока. Каждый из блоков соответствует одному из четырех определяемых психических состояний (тревожности, фрустрации, агрессивности, ригидности).

2. Методика «Шкала личностной тревожности» (И.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина). Цель: выявление личностной и ситуативной тревожности.

Методика предназначена для информативного способа самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность, как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика личности). Это наиболее приемлемая методика, позволяет измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние.

3. Методика «Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность»» А.Г. Маклаков, С.В. Чернянина. Цель: выявить адапционные возможности индивида.

Данная методика позволяет определить, насколько испытуемый адаптирован к той среде, в которой находится, и над какими вопросами адаптации ему предстоит еще работать.

Результаты диагностики по методике «Диагностика самооценки психических состояний» (Г. Айзенка.). Были получены следующие результаты: у 40% опрошенных – низкий уровень тревожности, 55%

имеют средний уровень. Большинство респондентов не тревожны и лишь у немногих прослеживается тревожность допустимого уровня. Низкий уровень тревожности может послужить фактором, недостаточно ответственного отношения студентов к учебе, средний – о допустимом уровне переживаний, переживаний эмоционального дискомфорта, связанного с ожиданием неблагоприятия.

У большинства опрошенных средний уровень фрустрации. Это свидетельствует о высокой самооценки, устойчивости к неудачам и отсутствия страха перед трудностями.

По полученным данным уровня агрессивности, можно проследить следующее: у 70% наблюдается средний уровень агрессивности (говорит об умеренной враждебности по отношению к другим людям), у 10% низкий и 20% имеют высокий уровень, что говорит о несдержанности, трудностях в общении с людьми, демонстрации превосходства по отношению к сверстникам.

У 50% респондентов выявлен средний уровень ригидности, т. е. переключаемости с одной деятельности на другую, изменчивости поведения, взглядов, убеждений. У 45% ригидности нет, легкая переключаемость. Анализ результатов исследования по данной методике говорит об усталости студентов-первокурсников и психоэмоциональном напряжении на фоне высоких требований к их учебным способностям.

Результаты диагностики по методике «Шкала личностной тревожности» (И.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина). Уровень тревожности ниже среднего у 30% исследуемых и умеренная тревожность у 50% испытуемых. Высокий уровень тревожности у 20% испытуемых. Испытуемые с умеренной тревожностью не всегда могут похвастаться самообладанием и уравновешенностью. Иногда они замечают за собой чувство беспричинной тревоги, беспокойства. В целом, способны справиться с нахлынувшим беспокойством, в ситуации сильного переутомления (как физического, так и психологического) тревожность может повышаться, негативно влияя на выполнение повседневных дел.

Результаты диагностики по методика «Многоуровневый личностный опросник «адаптивность»» А.Г. Маклаков, С.В. Черняни-

на. По результатам методики было выявлено, что 95% испытуемых с удовлетворительной адаптацией. У большинства респондентов преобладают адаптационные способности. Большинство лиц этой группы обладают признаками различных акцентуаций, которые в привычных условиях частично компенсированы и могут проявляться при смене деятельности. Успех адаптации во многом зависит от внешних условий среды. Лица данной группы требуют постоянного контроля. Высокий уровень коммуникативных способностей.

Таким образом, адаптация первокурсников будет успешной, если будут созданы социально-педагогические условия: педагогические условия – успешное овладение предусмотренными программой знаниями, умениями и навыками; учебной деятельностью; социальные условия – сформированность навыков эффективного взаимодействия со сверстниками и взрослыми; развитие социально приемлемых и одобряемых личностных качеств; психологические условия – сформированность мотивации обучения, волевой регуляции поведения и деятельности, внутренней позиции студента, эмоционально-личностный комфорт [3, с. 156].

### *Список литературы*

1. Двойникова Е.Ю. Психологические особенности адаптации студентов с разной стратегией решения учебно-профессиональных задач: дис. ... канд. психол. наук. Ростов-на-Дону, 2016. 25 с.
2. Осипова С.И., Баранова И.А. Психолого-педагогическое сопровождение и поддержка студентов первого курса в условиях информатизации учебного процесса // Сибирский педагогический журнал. 2011. №4. С. 58–68.
3. Седин В. И., Леонова Е.В. Адаптация студента к обучению в вузе: психологические аспекты // Высшее образование в России. 2009. № 7. С. 83–89.
4. Ушева Т.Ф. Роль преподавателя в вопросах рефлексивного сопровождения студентов в образовательном процессе // Вестник ЮУрГУ. Серия «Образование. Педагогические науки». 2017. Т. 9. № 1. С. 42–51.

5. Ушева Т.Ф. Педагогические аспекты рефлексивного сопровождения студентов. *Современные исследования социальных проблем*. 2017. Т. 8. № 2-2. С. 231–236.

### *References*

1. Dvoynikova E.Yu. *Psikhologicheskie osobennosti adaptatsii studentov s raznoy strategiyey resheniya uchebno-professional'nykh zadach* : dis. ... kand. psikhol. nauk. Rostov-na-Donu., 2016. 25 s.
2. Osipova S.I., Baranova I.A. *Psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie i podderzhka studentov pervogo kursa v usloviyakh informatizatsii uchebnogo protsessa* // *Sibirskiy pedagogicheskiy zhurnal*. 2011. №4. S. 58–68.
3. Sedin V.I., Leonova E.V. *Adaptatsiya studenta k obucheniyu v vuze: psikhologicheskie aspekty* // *Vysshee obrazovanie v Rossii*. 2009. № 7. S. 83–89.
4. Usheva T.F. *Rol' prepodavatelya v voprosakh reflektivnogo soprovozhdeniya studentov v obrazovatel'nom protsesse* // *Vestnik YuUrGU. Seriya «Obrazovanie. Pedagogicheskie nauki»*. 2017. Т. 9. № 1. S. 42–51.
5. Usheva T.F. *Pedagogicheskie aspekty reflektivnogo soprovozhdeniya studentov. Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem*. 2017. Т. 8. № 2–2. S. 231–236.