

УДК 159.9: 378(045)

РОГАЧОВА Тетяна

Ph. D, викладач кафедри суспільствознавчих наук Кошицького технічного університету (Словаччина)

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СТУДЕНТІВ НА ПЕРШОМУ РОЦІ НАВЧАННЯ У ВНЗ: ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ТА МОЖЛИВОСТІ ПОДОЛАННЯ

Статтю присвячено аналізу питань пристосування студентів-першокурсників до навчання у вищій школі. Актуальність цієї тематики обумовлена важливістю розвитку кожного студента як людини, громадянина та майбутнього фахівця. Характеристика формату студентського життя зроблена у роботі крізь призму психологічних особливостей юнацького віку. Було виявлено низку проблем, що утруднюють адаптацію вчорашнього школяра до навчання у ВНЗ. З'ясовано причини та сутність цих проблем. Виокремлено головну передумову для успішної адаптації – усунення відчуття внутрішнього дискомфорту і блокування можливостей конфлікту студента з середовищем. Це завдання має лежати не тільки у площині інтересів окремого студента, а й вітілюватись у політиці ВНЗ. Це відкриває нові перспективи для подальшої розробки окресленої у статті проблематики.

Ключові слова: адаптація, вищій навчальний заклад, психологічна готовність, формат відносин у вищій школі.

Постановка проблеми. Професійне становлення є важливим аспектом життя сучасної людини. Усвідомлене ставлення до цього з'являється в людини під час навчання у ВНЗ. Перший рік навчання – одночасно переломний та ключовий етап студентського життя. Тому, успішна, ефективна, оптимальна адаптація першокурсників до нового формату діяльності та відносин у вищій школі, є запорукою подальшого розвитку кожного студента як людини, громадянина, майбутнього фахівця. Саме цим визначається дослідницька та практична значущість та актуальність обраної тематики.

Метою статті є аналіз причин та з'ясування сутності адаптаційних проблем у студентів першого курсу на початковому етапі навчання у ВНЗ.

Відповідно до мети роботи визначено такі **завдання**: 1) схарактеризувати стан дослідження питання адаптації студентів першого курсу до навчання у вищій школі; 2) виявити закономірності розвитку студента-першокурсника в проекції психології юнацького віку; 3) з'ясувати причини виникнення проблем у першокурсників з адаптацією до системи відносин у ВНЗ на початковому етапі навчання; 4) окреслити шляхи подолання суперечностей у пристосуванні

студентів першого курсу до формату навчання у вищих навчальних закладах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми адаптації студентів першого курсу до умов навчання у вищій школі розглянуті у психолого-педагогічних працях Е.А. Ямбурга, С.В. Красикова, М.М. Безруких, А.О. Реана, Е.В. Вигенберга, Г.Г. Овчинникова. У дослідженнях А.М. Алексюка, Б.Г. Ананьева, І.Д. Бежа, О.О. Бодальова, І.А. Зимньої, О.В. Киричука, Н.В. Кузьміної, В.Т. Лісовського, О.Г. Мороза, Д.Ф. Ніколенка, В.І. Носкова, П.І. Підкасистого, В.О. Сластьоніна, С.Д. Смирнова, Н.Ф. Гализіної, В.О. Якуніна та ін. вирішення завдань вищої освіти розглядаються в контексті психологічних особливостей студентського віку та психологічних явищ, які породжуються умовами вищого навчального закладу.

Вагомі наукові здобутки в розробці актуальних проблем психології вищої школи належать українським ученим. Так, зокрема, П.М. Пелех працював над проблемою профорієнтації старшокласників, яку він вважав важливим складником їхньої майбутньої професійної підготовки; психологічні засади формування особистості майбутнього вчителя в умовах педагогічного ВНЗ були предметом дослідження Д.Ф. Ніколенка; психологічне обґрунтування методів і прийомів навчання у вищій школі вивчав А.М. Алексюк; психолого-педагогічні умови професійної адаптації молодого педагога досліджував О.Г. Мороз; психологічні засади оптимізації взаємин викладачів і студентів вивчав В.В. Власенко та ін.

Виклад основного матеріалу дослідження. Термін «студент» – латинського походження і в перекладі означає той, що старанно працює, займається, тобто опановує знання. Студентство – це період найбільш активного розвитку моральних і естетичних почуттів, становлення і стабілізації характеру і, що особливо важливо, оволодіння повним комплексом соціальних ролей дорослої людини: громадянських, професійних та ін. [1]. З цим періодом також пов'язаний початок «підприємницької активності», під якою розуміється включення людини до самостійної виробничої діяльності, початок кар'єри та створення власної сім'ї. Це період перетворення мотивації, всієї системи ціннісних орієнтацій та інтенсивне формування спеціальних здібностей у зв'язку з професіоналізацією – центральний період у становленні характеру та інтелекту.

Студентський вік характеризується і тим, що в цей період досягаються багато оптимумів розвитку інтелектуальних і фізичних сил [4]. Але нерідко одночасно проявляються «ножиці» між цими можливостями і їхньою дійсною реалізацією. Безперервно зростаючі творчі можливості, розвиток інтелектуальних і фізичних сил, які супроводжуються також розквітом зовнішньої привабливості, приховують в собі й ілюзії, що це зростання сил триватиме «вічно», що

вся краще у житті ще попереду, що всього задуманого можна легко досягти. Характерною рисою морального розвитку в цьому віці є посилення свідомих мотивів поведінки [3].

Юність – пора самоаналізу і самооцінок. Самооцінка здійснюється шляхом порівняння ідеального про *Я* з реальним. Але ідеальне *Я* ще не вивірене і може бути випадковим, а реальне *Я* ще всебічно не оцінено самою особистістю. Це об'єктивна суперечність в розвитку особистості молодого людини може викликати у нього внутрішню невпевненість в собі і супроводжується іноді зовнішньою агресивністю або відчуттям незрозумілості [6].

Студент, як і будь-який суб'єкт психолого-педагогічного аналізу, може бути охарактеризований з трьох сторін: 1) *із психологічної*, яка є єдністю психологічних процесів, станів і властивостей особистості і відображає спрямованість, темперамент, характер, здібності, від яких залежить психологічний розвиток особистості студента. Тобто відповідає за діалектичний процес виникнення і вирішення суперечностей у особи, а також за здатність активної роботи над собою; 2) *із соціальної*, в якій втілюються суспільні відносини, якості, породжувані приналежністю студента до певної соціальної групи, національності тощо; 3) *із біологічної*, яка, в основному, залежить від спадковості та вроджених задатків, але у конкретних межах змінюється під впливом умов життя. Як правило, вона включає безумовні рефлекси, інстинкти, фізичну силу, статуру, риси обличчя, колір шкіри, очей, зріст [7].

З'ясування сутності цих сторін розкриває якості і можливості студента з позиції його вікових та особистісних характеристик. Студентство – це юнацький вік, коли в людини відзначається найвища швидкість оперативної пам'яті і переключення уваги, вирішення вербально-логічних задач. Таким чином, студентський вік характеризується досягненням найвищих результатів, які базуються на всіх попередніх процесах біологічного, психологічного, соціального розвитку.

Разом з тим, фахівці в області вікової психології і фізіології відзначають, що здатність людини до свідомої регуляції своєї поведінки в 17-19 років розвинута не повною мірою. Часто спостерігаються невмотивований ризик, невміння передбачити наслідки своїх вчинків, в основі яких можуть бути не завжди гідні мотиви. Помітно зміцнюються ті якості, яких не вистачало в повній мірі в старших класах, – цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, самостійність, ініціатива, вміння володіти собою. Підвищується інтерес до моральних проблем (цілі, способу життя, обов'язку, любові, вірності та ін.).

Студентство – це особлива соціальна категорія, специфічна спільність людей, організаційно об'єднаних інститутом вищої освіти. Студентський вік – це період становлення особистості, період прояву

різноманітних інтересів, розвитку пізнавальної та професійної мотивації, формування стійкого ставлення до майбутньої професії.

Соціальну адаптацію студентів у ВНЗ можна поділити на: а) *професійну* адаптацію, під якою розуміють пристосування до характеру, змісту, умов та організації навчального процесу, формування навичок самостійності; б) *соціально-психологічну* адаптацію, що виявляється у пристосуванні індивіда до групи, взаємовідносин з нею, формування власного стилю поведінки [2].

Таким чином, під адаптацією у цій статті буде розумітися здатність людини пристосовуватися до різноманітних вимог середовища без відчуття внутрішнього дискомфорту та без конфлікту з середовищем. Адаптація є передумовою активної діяльності й необхідною умовою її ефективності. Саме у цьому проявляється позитивне значення адаптації для успішного функціонування індивіда у різних соціальних ролях.

Дослідники розрізняють три форми адаптації студентів-першокурсників до умов ВНЗ: 1) *формальна* адаптація, яка стосується пізнавально-інформаційного пристосування студентів до нового оточення, до структури вищої школи, до змісту навчання у ній, до її вимог та до своїх обов'язків у ній; 2) *суспільна* адаптація, тобто процес внутрішньої інтеграції груп студентів-першокурсників та інтеграція цих груп зі студентським оточенням в цілому; 3) *дидактична* адаптація, що виявляє підготовку студентів до нових форм та методів навчальної діяльності у вищій школі [5].

Вступ до вищого навчального закладу та перші місяці навчання у ньому пов'язані у студентів-першокурсників з труднощами, що виникають при переході до нових умов. Відбувається різка зміна багаторічного звичного стереотипу, результати якої можуть обумовити низьку успішність, труднощі у комунікації, пониження рівня навчальної мотивації. Студент-першокурсник мимовільно порівнює вищий навчальний заклад зі школою. Нова ситуація вимагає від нього перебудови усієї його діяльності. Вчорашній школяр стикається з новими вимогами, з багатогранністю студентського життя. У нього виникає необхідність у паралельному відвіданні навчальних занять, самостійному опрацюванні різних джерел інформації з дисциплін, що вивчаються протягом семестру, а також брати активну участь у студентському житті [14].

Слід констатувати той факт, що сучасна загальноосвітня школа не готує належним чином своїх вихованців до навчання у ВНЗ. Вона забезпечує їх необхідними знаннями, але не знайомить їх зі специфікою освітнього процесу у вищій школі. Перш за все, серйозною проблемою для першокурсників є не сформованість у них механізмів самоорганізації. В умовах відсутності у ВНЗ систематичної перевірки та контролю за відвідуванням занять і засвоєнням навчальної інформації, фіксується нерациональне використання ними

часу, що виявляється у спокусі використати його не з навчальною метою.

Таким чином, більш вільний характер організації навчання у ВНЗ та злам стереотипів шкільного формату відносин, призводять до наступної проблеми: низького рівня професійного самовизначення першокурсників, що безпосередньо впливає на процес адаптації. При цьому слід зазначити, що початкові провідні мотиви вступу першокурсників до вищого навчального закладу дуже різноманітні. Це й інтерес до професії, і перспективи знайти роботу після навчання, і престижність вищої освіти, і матеріальний фактор тощо. На наше переконання, більш легко адаптується до студентського життя та молодь, яка мотивована інтересом до професії, наявністю здібностей до неї. Слабка адаптація (а, подекуди, й дезадаптація) виявляється в студентів, які керувалися зовнішніми мотивами, такими, наприклад, як небажання йти до армії, прагнення продовжити безтурботний період життя, бажання батьків тощо [4].

Окреслені вище проблеми є причиною виникнення низки труднощів, що перешкоджають успішній адаптації першокурсників до життєдіяльності та навчання у ВНЗ. Тому в цей період важливо забезпечити психолого-педагогічний супровід, тобто сукупність заходів, здатних забезпечити створення умов для прийняття студентом-початківцем оптимальних рішень в різноманітних ситуаціях життєвого (навчального) вибору.

В основі цього супроводу лежить підтримка, здійснювана при збереженні максимуму свободи та відповідальності студента за вибір варіанту вирішення актуальної для нього проблеми. Це достатньо складний процес взаємодії того, хто супроводжує і того, кого супроводжують у навчальному поступі, результатом якого є прогрес у розвитку того, кого супроводжують [9].

Отже, у процесі адаптації першокурсників до ВНЗ можна виокремити наступні труднощі: а) *негативні переживання*, пов'язані зі зміною для вчорашніх учнів звичного для них шкільного колективу, з його взаємною допомогою та моральною підтримкою; б) *невизначеність мотивації* вибору професії, недостатня психологічна підготовка до неї; в) *невміння здійснювати психологічну саморегуляцію* поведінки і діяльності, посилене відсутністю звички до повсякденного контролю ззовні; г) пошук *оптимального режиму праці* та відпочинку в нових умовах; д) налагодження побуту і *самообслуговування*, особливо при переході з домашніх умов до гуртожитку; е) *відсутність навичок самостійної роботи*, невміння конспектувати, працювати з першоджерелами, словниками, довідниками, покажчиками [11].

У одних студентів вироблення нового стереотипу сприйняття студентського життя проходить стрибкоподібно, у інших – рівно. Особливості цієї перебудови пов'язані з характеристиками типу вищої нервової діяльності, але вирішальне значення мають соціальні

чинники. Тому знання тими, хто надаватиме першокурсникам психолого-педагогічний супровід, індивідуальних особливостей студентів, на основі яких будується система включення їх у нові види діяльності і нове коло спілкування, дасть можливість уникнути дезадаптаційного синдрому, зробити процес адаптації рівним і психологічно комфортним. Усі ці труднощі різні за своїм походженням. Деякі з них – об'єктивно неминучі, інші – мають суб'єктивний характер і пов'язані зі слабкою підготовкою, дефектами виховання у сім'ї та школі.

Переважна кількість першокурсників на початку навчання зазнають вагомих труднощів, пов'язаних з відсутністю навичок організації самостійної роботи, вони не вміють конспектувати лекції, працювати з підручниками, знаходити та інтерпретувати інформацію з першоджерел, аналізувати навчальний матеріал у великому обсязі, чітко та ясно викладати свої думки [10].

За даними вивчення регуляторної функції психіки, адаптація студентів до навчального процесу закінчується наприкінці другого – на початку третього навчального семестру. Однією з головних причин, що ускладнюють адаптацію до формату навчання у ВНЗ, є брак часу для самостійної роботи. У зв'язку з цим, майже чверть студентів приходять на заняття невідготовленими.

Таким чином, одним з головних завдань роботи з першокурсниками є розробка і навчання їх методам раціоналізації й оптимізації самостійної роботи. Система навчання у вищій школі розрахована на високий рівень свідомості студента, побудованій на інтересі та потребі опанування знаннями та навичками майбутньої професії. У ній формально відсутня жорстка система щоденної шкільної перевірки, необхідність щодня готувати уроки. Система вузівського контролю допускає можливу неритмічність в роботі, нерідко орієнтуючи на штурм під час екзаменаційної сесії. Привчені до щоденної перевірки і контролю у школі, деякі першокурсники не вміють приймати прості рішення. У них недостатньо сформовані навички самоосвіти і самовиховання. Дослідження показують, що проблеми першого року навчання у ВНЗ виникають у студентів не завжди через слабку підготовку у середній школі, а через несформованість у них таких рис особистості, як готовність до навчання у новому форматі, здатність вчитися самостійно, контролювати і оцінювати себе, вміння правильно розподіляти свій робочий та вільний час.

Великі можливості для успішної діяльності першокурсників у вищій школі відкриває адаптація до нової системи контролю та оцінювання результатів навчання. Цьому сприяє вироблення кожним студентом власної тактики і стратегії навчання, які базуються на системі домінуючих мотивів, рівні домагань, самооцінці індивідів, їх здатності до свідомої регуляції поведінки і забезпечують формування

життєвих планів першокурсників. Процес реалізації цих планів у кожного студента йде по-своєму: одні краще пристосовуються до студентського формату відносин, інші – не здатні адаптуватись до навчання у ВНЗ. Завдання вищого навчального закладу полягає не у пошуку усередненого варіанту включення колишніх школярів до нових видів діяльності, а створення умов для оптимальної діяльності кожного.

Висновки та перспективи подальших розвідок. Проаналізувавши у загальному вигляді проблематику адаптації першокурсників до навчання у ВНЗ, нами було з'ясовано, що розробці цього питання присвячено низку досліджень вітчизняних та закордонних науковців та практиків у галузі педагогіки та психології. Наскрізною ідеєю у роботах вищезазначених авторів є думка про нерозривний взаємозв'язок успішної, ефективної, оптимальної адаптації першокурсників до нового формату діяльності та відносин у вищій школі та подальшим розвитком кожного студента як людини, громадянина та майбутнього фахівця.

Характеристика формату студентського життя зроблена у роботі крізь призму психологічних особливостей юнацького віку. Тому цей період демонструє наявність у індивіда досягнень багатьох оптимумів розвитку інтелектуальних і фізичних сил. Але прояв так званих «ножиць» між цими можливостями та їхньою дійсною реалізацією створює низку суперечностей, що породжують проблеми у першокурсника з адаптацією до нових умов життєдіяльності.

Нами було виявлено низку проблем, що утруднюють адаптацію вчорашнього школяра до навчання у ВНЗ, а з'ясування їх причин та сутності, дозволило запропонувати шляхи їхнього подолання. Зокрема, окреслено головну передумову для успішної адаптації студентів до формату діяльності у ВНЗ. Такою передумовою є усунення відчуття внутрішнього дискомфорту і блокування можливостей конфлікту з середовищем.

Протягом початкового етапу перебування у вищому навчальному закладі складається студентський колектив, формуються навички та вміння раціональної організації розумової діяльності, усвідомлюється інтерес та здатність до опанування обраною професією, виробляється оптимальний режим праці, дозвілля і побуту, формуються професійно значущі якості особистості.

Одним з найважливіших факторів для розвитку особистості студента-першокурсника є його інтелектуальний розвиток. Він свідчить про рівень показників розумової діяльності та уваги індивіда, а тому допомагає у адаптації особи до нового формату взаємовідносин.

Саме тому, від того, як вчорашній школяр пройде початковий період навчання у вищому навчальному закладі, буде залежати його майбутнє не лише як майбутнього фахівця, але й як учасника великого спектру взаємовідносин.

Список використаних джерел

1. Džupková H. Význam spoločenskovedných predmetov na technických univerzitách / H. Džupková // Úloha interdisciplinárneho vzdelávania v humanizácii technického prostredia. – Bratislava : STU, 2015. – S. 24-28.
2. Hrehová D. Niektoré metodické, odborné a všeobecné problémy akademickej a profesnej adaptácie študentov technickej univerzity / D. Hrehová // Grant Journal. Vol. 3. – no.2 (2015). – P. 32-36. Режим доступа: <http://www.grantjournal.com/issue/0302/PDF/0302hrehova.pdf>.
3. Kohlberg L. Moral stages and moralization: the cognitive-developmental approach // Moral development and behavior: theory, research, and social issues. – New-York etc., 1976. – P. 31-53.
4. Kyrychuk A., Roháčová T. Analýza problémov pripravenosti študentov prvého ročníka na štúdium na vysokej škole // Podmienky optimálnej školskej pripravenosti. – Komárno : Pedagogická fakulta Univerzity J. Selyeho, 2015. – S. 79-95.
5. Maslow A. H. A theory of metamotivation: the biological rooting of the value-life / A. H. Maslow // J. Humanistic Psychology. – 1967. – № 7. – P. 93-127.
6. Palaščáková D. Analýza problémov v systéme vzdelávania v Slovenskej republike / D. Palaščáková // Problémy a perspektívy adptačného procesu na vysokoškolské štúdium. – Košice : TU, 2014. – S. 49-91.
7. Zahatňanská M., Roháčová T. Hodnotové preferencie adolescentov / M. Zahatňanská, T. Roháčová // Človek v spoločnosti: Zborník recenzovaných vedeckých prác s medzinárodnou účasťou. – Košice : TU, 2012. – S. 213-224.
8. Особистісні кризи студентського віку: Зб. наук. ст. / Відп. ред. Т.М. Титаренко. – Луцьк : Ред.-вид. відділ «Вежа» Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2001. – 110 с.
9. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ. / Э. Эриксон – М., 1996. – 344 с.

Т. Розачова

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СТУДЕНТОВ
НА ПЕРВОМ ГОДУ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗе: ПРИЧИНЫ
ВОЗНИКНОВЕНИЯ И ВОЗМОЖНОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ**

Статья посвящена анализу вопросов адаптации студентов-первокурсников к обучению в высшей школе. Актуальность этой тематики обусловлена важностью развития каждого студента как человека, гражданина и будущего специалиста.

Характеристика формата студенческой жизни сделана в работе с учетом психологических особенностей юношеского возраста. Был выявлен ряд проблем, затрудняющих адаптацию вчерашнего школьника к обучению в ВУЗе. Выявлены причины и сущность этих проблем. Выделены главные предпосылки для успешной адаптации – устранение чувства внутреннего

дискомфорта и блокирование возможностей конфликта студента со средой. Эта задача должна лежать не только в плоскости интересов отдельного студента, но и в политике ВУЗов. Это открывает новые перспективы для дальнейшей разработки обозначенной в статье проблематики.

Ключевые слова: адаптация, ВУЗ, психологическая готовность, формат отношений в высшей школе.

T. Rohachova

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF FIRST-YEAR STUDENTS AT HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION: REASONS OF ITS DEVELOPMENT AND OVERCOMING POSSIBILITIES

The article is devoted to analysis of the problem of adaptation of first-year students to studying at higher school. The actuality of the subject is caused by a necessity of including "yesterday pupil" to the new way of the students' relationships in a higher educational institution. An adaptation to these relationships is a voice of future development of every student as a human, citizen and a future specialist.

As a result of consideration the research state of adaptation problem of first-year students in a high school it has been found out a number of pedagogical and psychological publications of Ukrainian and foreign scientists. The scientists note an importance of solving contradictions of students on the start-studying stage at a higher educational institution in a context of reforming modern higher-educational process.

We consider that problems of first-year studying at higher educational institution don't originate always because of low high-school study level. If a first-year student doesn't have such personal qualities as a readiness for studying in a new format, ability to self-education, ability to control and estimate himself, ability of planning his work and free time, he has an universal problem of youth students.

The article describes a characteristic of a students' lifestyle through the psychological specific features of their youth age. That is why this period shows that individual has available achievements of many optimums of intellectual and physical development.

It was detected many problems which complicate an adaptation of the former pupil for studying at a higher educational institution. Searching reasons and finding out entities of these problems allow to mark out the main prerequisites of successful adaptation, which is an elimination of inside discomfort feeling and blocking possibilities of the conflict between a student and the environment.

A solution of this problem has to be included to the interests of a certain student as well as to the policy of higher educational institution. It is opening up a new perspective for the future research designated in a subject of the article.

Key words: adaptation, high school, psychological readiness, the style of the relationships in a high school.

Надійшла до редакції 25.05.2016 р.