

УДК616.89-003.96

## ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

В. М. Лісовий, В. А. Капустник, В. Д. Марковський, Г. М. Кожина

*Харківський національний медичний університет*

## DISORDERS OF THE EDUCATIONAL ADAPTATION OF THE FIRST- YEAR STUDENTS IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

V. M. Lisovyi, V. A. Kapustnyk, V. D. Markovskiy, H. M. Kozhyna

*Kharkiv National Medical University*

У статті проаналізовано результати комплексного дослідження адаптації студентів-першокурсників до навчальної діяльності, визначено основні чинники ризику виникнення та прояви дезадаптації.

In the article the results of the integrated study of the educational adaptation of the first-year students were analyzed, the main risk factors of the beginning and manifestations of the educational dedjustment were determined.

**Вступ.** Актуальність дослідження причин порушення адаптації студентів молодших курсів до навчальної діяльності у ВНЗ обумовлена тим, що перехід учорашніх школярів до нових форм навчальної роботи (від класно-урочної системи навчання до переважно самостійних занять) виявляється досить проблематичним. Однак недостатня психологічна та практична підготовленість багатьох випускників середньої школи до вузівських форм і методів навчання приводить не тільки до їх неуспішності. Невміння студентів самостійно перебудувати засоби навчально-пізнавальної діяльності відповідно до нових умов навчання, нові соціально-побутові умови викликають у них почуття розгубленості, незадоволення, негативне ставлення до навчання в цілому.

Треба зазначити, що дослідження механізмів порушень адаптації першокурсників до навчальної діяльності, визначення психофізіологічних, психічних і соціально-психологічних проявів дезадаптації, розробка заходів щодо їх запобігання та надання своєчасної професійної допомоги студентам є сьогодні однією з найменш досліджених проблем [1, 2, 4].

**Основна частина.** Адаптацію студентів до навчання у вищому навчальному закладі необхідно розглядати як динамічний, багатосторонній і комплексний процес формування навичок задоволення тих вимог, що пред'являються до студента в період навчання та виховання у вищій школі.

Існують об'єктивні та суб'єктивні показники ефективності адаптації студентів до навчання у ВНЗ. До

об'єктивних можна віднести: успішність власної діяльності (поточна та підсумкова успішність); стабільність у процесі навчання функціонального стану організму студента (відсутність різких порушень більшості психофізіологічних функцій); відсутність яскраво виражених ознак стомлення при виконанні навчальної діяльності. До суб'єктивних показників відносять задоволеність процесом навчання, а також сформованими в колективі відносинами (психологічним кліматом); прояв студентами активності в навчальній і суспільній діяльності [3, 5].

Для визначення основних чинників виникнення та проявів дезадаптації нами було проведено комплексне обстеження 912 студентів I курсу Харківського національного медичного університету обох статей у віці 17–24 років, з них 603 – вітчизняні студенти (1 група), 100 іноземних з російською мовою навчання (2 група) і 209 іноземних з англійською мовою навчання (3 група).

Одним із найважливіших соціальних чинників, який впливає на поведінку студента першого курсу, на його взаємини з однокурсниками і викладачами, є зміна соціальної ситуації, необхідність звикання до нових умов навчання, освоєння нової соціальної ролі – студента вищого навчального закладу.

Як показали результати дослідження, основними факторами, що негативно впливають на процес адаптації студентів-першокурсників, є несприятливі побутові умови, недостатнє і нерегулярне харчування, різка зміна життєвого стереотипу, входження в новий колектив, згуртування навчальної групи.

Згідно з отриманими даними, відрив від домашніх умов важко переносять 6,5 % вітчизняних студентів, 6,0 % російськомовних іноземних студентів, 14,4 % студентів-іноземців, які навчаються англійською мовою.

Не дотримуються звичного режиму дня (навчання і відпочинку) 52,4 % вітчизняних студентів і 51,1 % російськомовних іноземних студентів. Англомовні студенти є більш дисциплінованими: з них порушують режим дня тільки 34,0 %.

До факторів, які впливають на труднощі адаптації до навчання на I курсі, студенти відносять: зміну життєвого стереотипу (63,2 % вітчизняних студентів, 77,2 % російськомовних та 81,1 % англомовних іноземних студентів); труднощі в засвоєнні навчального матеріалу та збільшений обсяг навчального навантаження (83,2 % вітчизняних студентів, 45,2 % російськомовних та 31,1 % англомовних іноземних студентів); нову систему відносин із викладачами (15,1 % вітчизняних студентів, 38,0 % російськомовних і 57,9 % англомовних іноземних студентів); а також труднощі в адаптації до нового колективу (1,7 % вітчизняних студентів, 17,0 % російськомовних і 11,0 % англомовних іноземних студентів). При цьому навчальний матеріал як на заняттях, так і при самостійній роботі задовільно засвоює переважна більшість як вітчизняних, так і іноземних студентів.

Як показали результати дослідження, 30,1 % з усіх опитаних першокурсників категорично заперечують необхідність психологічної допомоги. Ще 25,9 % студентів вагаються з відповіддю. Решта 44,1 % першокурсників вважають, що психологічна допомога їм потрібна в першу чергу при вирішенні таких проблем, як подолання інформаційного стресу, адаптація до нових умов навчання, входження в новий колектив, згуртування навчальної групи; рішення особистісних проблем.

При цьому іноземні студенти виявляють більш високий рівень розладів адаптації до навчальної діяльності в порівнянні з вітчизняними студентами. Так, високий рівень дезадаптації, що вимагає вживання невідкладних заходів (психологічних і медичних), виявляють у себе 0,3 % вітчизняних студентів і 0,5 % студентів-іноземців, які навчаються англійською мовою; виражений рівень дезадаптації, що вимагає обов'язкового втручання психологів, проведення програми з реадаптації – 1,3 % вітчизняних студентів, 4,0 % російськомовних і 10,1 % англомовних іноземних студентів; помірний рівень дезадаптації, при якому корисно проведення консультативної роботи фахівців, – 26,2 % вітчизняних студентів, 48,0 % російськомовних і 50,2 % англомовних іноземців.

Як показали результати психодіагностичних досліджень, у 15,8 % іноземних студентів, які навчаються англійською мовою, виявлено клінічні прояви тривоги (за клінічною шкалою тривоги і депресії Гамільтона), у порівнянні з 7,0 % російськомовних іноземців і 4,6 % вітчизняних студентів. Субклінічні прояви тривоги виявлені у 16,3 % англомовних іноземців, 15,5 % російськомовних іноземців і 8,1 % вітчизняних студентів.

Клінічні прояви депресії характерні для 2,4 % іноземних студентів, які навчаються англійською, 7,0 % – російською мовою і 1,4 % вітчизняних студентів, а субклінічні прояви депресії – для 20,1 %, 16,0 % і 4,5 % відповідно.

Згідно з отриманими в ході роботи даними, як у вітчизняних, так і іноземних студентів, незалежно від мови навчання, мають місце якісні і кількісні гендерні відмінності у взаємозв'язках між емоційним станом і показниками точності і продуктивності розумової роботи. Так, для студентів-юнаків властива відсутність взаємозв'язку між точністю виконуваної роботи і показниками емоційного стану, у той час як у дівчат така картина не спостерігається. Точність здійснюваної розумової роботи залежить від самооцінки власної працездатності та самопочуття, а продуктивність істотно залежить від показника активності і самопочуття у дівчат і від працездатності, активності, тривоги, настрою – у юнаків.

Отримані результати дозволили нам констатувати більшу адекватність самооцінки свого стану у студентів-юнаків на відміну від студенток. У студенток існує складна, опосередкована залежність між особистісними та функціональними показниками, тоді як юнаки намагаються бути соціально пристосованими за рахунок витіснення факторів, що викликають тривогу і надконтроль, проте в разі ухвалення важливого рішення коливаються і схильні до невротичних захисних реакцій.

Результати нашого дослідження дозволили охарактеризувати основні прояви порушень адаптації у студентів молодших курсів.

**Психофізіологічні** порушення адаптації студентів проявляються у зниженні розумової працездатності, порушенні уваги, підвищеній стомлюваності, зниженні швидкості переробки інформації. Виразність психо-вегетативних реакцій зростає на другому курсі, що більш характерно для чоловіків.

Прояви **психічної** дезадаптації супроводжуються погіршенням психологічного самопочуття, зростанням астенизації, емоційними розладами, зміною активності, зниженням самооцінки здоров'я, впевненості в собі і пригніченим настроєм. На першому курсі значні зміни мають місце у жінок, а на другому – у чоловіків.