

УДК 378.091.2'3

МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ЩОДО ЗНИЖЕННЯ НАПРУЖЕННЯ АДАПТАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ У СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО УМОВ НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

А. М. Грозав, О. О. Перепелиця

Буковинський державний медичний університет

METHODICAL APPROACHES TO LOWERING OF STRESS OF ADAPTATIONAL PROCESSES IN FIRST YEAR STUDENTS TO CONDITIONS OF LEARNING CONDITIONS IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

A. M. Hrozav, O. O. Perepelytsia

Bukovyna State Medical University

Проведено дослідження особливостей адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у ВНЗ. Запропоновано методичні підходи до організації педагогічного процесу, що сприяють зниженню напруженості адаптаційних процесів першокурсників. Рекомендуємо викладачам звертати увагу студентів на засвоєння організаційних засад Болонської системи, нових навчальних норм, системи оцінювання, способів і прийомів самостійної роботи, особливостей технологій навчання у вищій школі. За наявності додаткових консультацій слід виробляти у першокурсників навички самостійної роботи, використовуючи доступне навчально-методичне забезпечення, формувати інтерес студентів до обраної професії шляхом використання реальних чи змодельованих проблемних завдань, ситуаційних задач та профільно орієнтованих практичних робіт.

Study of adaptation problem to conditions of learning in freshmen in HEI was conducted. Methodical approaches to organization of pedagogical process that contribute to lowering of freshmen adaptation stress were proposed. For active work of teachers in initial period of training we recommend to draw students' attention to mastering of organizational principles of Bologna system, of new educational standards, evaluation system, methods and techniques of self-study, characteristics of learning technologies in higher education. With the background of additional consultations skills of self-study should be developed in freshmen using training and methodical support; shape interest in students for their chosen profession through the use of real or simulated problems, situational problems and profile-oriented practical work.

Вступ. Вступ до навчального закладу у значної частини колишніх абітурієнтів після періоду успіху настає реальний і досить складний для більшості першокурсників період адаптації, що триває, як правило, весь семестр. На жаль, не кожен першокурсник самостійно в стані мобілізувати свої можливості для успішного входження в нове оточення та якісно інший ритм життєдіяльності, що спричинений напруженістю та жорстким режимом навчання, збільшенням обсягу самостійної роботи, підвищеними вимогами з боку професорсько-викладацького складу і самовідповідальністю загалом. Студенти зустрічаються з чималими проблемами, що пов'язані з руйнуванням роками виробленого стереотипу і пов'язаними з ним емоційними переживаннями [1, 2]. Не-

достатня психологічна та практична підготовленість студентів-першокурсників до вузівських форм і методів навчання викликає у них почуття розгубленості, незадоволення та призводить до стресових реакцій, нервових зривів, зниження розумової працездатності студентів і, як наслідок, негативного ставлення до навчання й низької успішності [3, 4].

Дослідженню проблеми адаптації першокурсників до нових умов навчання у ВНЗ присвячено багато праць. Педагогічні аспекти адаптації студентів розглядаються в працях С. Гури, В. Сорочинської, В. Штифурак, визначення чинників, що впливають на адаптивний процес, – у роботах А. Д. Андрєєвої, Л. Н. Гаценко, Л. А. Ефімової, узагальнення практичного досвіду викладачів стосовно проблеми адаптації до нових умов навчальної діяльності – у дослідженнях Л. Г. Вяткіна, Л. С. Космогорової, Т. А. Ле-

© А. М. Грозав, О. О. Перепелиця

онтъєвої, Ж. П. Філіпової та ін. Увага дослідників, переважно, зосереджена на вивченні чинників, у тому числі й особистісних властивостей, які спричинюють процес дезадаптації першокурсників. Основною причиною дезадаптації вважають неузгодженість між інтелектуальним, творчим, особистісним потенціалом студента, з одного боку, і можливостями його реалізації, з іншого [5–7].

Основна частина. Усвідомлюючи багатогранність проблеми, ми зосередили увагу тільки на її окремих аспектах, зокрема зробили спробу об'єднати методичні підходи, що застосовують викладачі кафедри медичної та фармацевтичної хімії Буковинського державного медичного університету на заняттях для зведення до мінімуму наслідків дезадаптації першокурсників. Мета роботи – оцінити особливості адаптації студентів-першокурсників та визначити допоміжні заходи для забезпечення ефективної навчальної діяльності студентів у період адаптації.

Проведено анкетування та спостереження за навчально-пізнавальною діяльністю студентів I курсу БДМУ впродовж першого семестру навчання. Дослідження охоплено 390 першокурсників, з них 326 студентів спеціальності “Лікувальна справа” та 64 студенти спеціальності “Педіатрія”. Серед опитуваних навчається 222 дівчини і 104 хлопці на спеціальності “Лікувальна справа” та 47 дівчат і 17 хлопців на спеціальності “Педіатрія” віком від 17 до 20 років. Математична обробка результатів здійснювалась за допомогою програми “Statistica”.

Результати спостережень та анкетувань засвідчили, що у багатьох першокурсників не сформувалися такі риси особистості, як готовність до навчання, здатність навчатися самостійно, контролювати і оцінювати себе, володіти своїми індивідуальними особливостями пізнавальної діяльності, правильно планувати та розподіляти свій час.

Знання індивідуальних особливостей першокурсників полегшує викладачам роботу щодо здійснення заходів для психологічно комфортного процесу адаптації. Тому серед першокурсників проведена диференціація за індивідуально-типологічними особливостями (І. Купа, 2011) й виділено 4 групи студентів. Для студентів першого типу властиві високий рівень інтелекту і досягнень (оцінки “добре” і “відмінно”), висока активність на заняттях, доброзичливість і безконфліктність у стосунках з викладачами, одногрупниками. Серед репрезентативної вибірки до цієї групи віднесено 7,06 % студентів спеціальності “Лікувальна справа” та 3,1 % студентів спеціальності “Педіатрія”. Ця група юнаків та дівчат легко адаптується

до нових умов, не відчуває особливих труднощів у навчанні й швидко виробляє стратегію своєї поведінки. Для студентів другого типу дезадаптація проявляється у край епізодично, прояви її ситуативні – невиконання домашніх завдань, неухважність, лінь. У цілому студент є успішним, стосунки з викладачами, одногрупниками доброзичливі, конфлікти, якщо й мають місце, то швидко вирішуються. Активність студенти цієї групи проявляють переважно лише тоді, коли їм цікаво або приносить яку-небудь вигоду. Серед репрезентативної вибірки до групи першокурсників цього типу віднесено 21,2 % студентів спеціальності “Лікувальна справа” та 20,3 % студентів спеціальності “Педіатрія”. Ця категорія студентів для успішної адаптації потребує розв’язання проблем, пов’язаних з руйнуванням шкільних стереотипів. Для студентів третього типу дезадаптація виявляється досить часто, що проявляється у невиконанні домашнього завдання, відволіканням під час занять, розсіяністю, забудькуватістю. Студенти цієї групи малоактивні, вчать “з-під палиці”; оцінки, переважно, “задовільні”. Часто спостерігається незадоволення оцінкою, виставленою викладачем, проте це не порушує взаємовідносини. Серед першокурсників до цієї групи віднесено 50,3 % студентів спеціальності “Лікувальна справа” та 71,9 % студентів спеціальності “Педіатрія”. Ця група студентів важко адаптується через свої індивідуальні особливості і потребує особливої уваги з боку викладачів. У групі студентів четвертого типу дезадаптація має стійкий характер. Стан тривожності майже постійно призводить до внутрішнього дискомфорту, дратівливості, негативізму, студент найчастіше не виконує завдання, пасивний під час занять, відволікається, міцно займає позицію “неуспішного”. Результати навчання таких студентів свідчать про серйозні проблеми. До цієї групи першокурсників віднесено 21,5 % студентів зі спеціальності “Лікувальна справа” та 4,69 % зі спеціальності “Педіатрія”. Ця категорія студентів для зниження напруження адаптаційних процесів потребує чітко спланованих заходів з боку викладачів.

Результати проведеного дослідження дозволили зробити висновки про ступінь пристосування студентів до нових умов навчання. Встановлено, що за перший місяць навчання тільки 28,3 % студентів спеціальності “Лікувальна справа” та 23,4 % спеціальності “Педіатрія” не мають труднощів в організації власної навчально-пізнавальної діяльності, 71,8 % студентів спеціальності “Лікувальна справа” та 76,6 % студентів спеціальності “Педіатрія” слабо підготовлені до нових режимів навчального процесу і потре-

бують постійної уваги й допомоги з боку викладачів. Щоб ця допомога реалізовувалась не ситуативно, а була ефективною і цілеспрямованою, під час роботи зі студентами 1-го курсу особливу увагу звертаємо на ряд умов, які зумовлюють успішну адаптацію вчорашніх школярів до студентського життя. Перша умова – знання студентів про структуру курсу та, в цілому, організацію навчального процесу у ВНЗ. Ця умова реалізується шляхом ознайомлення на першому занятті першокурсників з організаційними засадами курсу та, в цілому, Болонської системи (“Введення у курс”). На вступному занятті викладачі доносять інформацію студенту про відмінності в системі шкільного навчання та вищої школи щодо організації навчального процесу, структури занять, особливості розкладу тощо.

Друга умова – відсутність впливу стереотипів шкільного навчання. Доведено, що формування нового стереотипу поведінки упродовж першого року навчання призводить до дезадаптаційного синдрому в 35–40% першокурсників. [3]. Значною мірою стереотип шкільного навчання виявляється в організації навчальної роботи стосовно сприйняття й осмислення навчального матеріалу. Значна частина молодих людей приходять до ВНЗ із найвіщим переконанням у тому, що їх абсолютно всього повинен хтось навчити, адже у школі основна робота з осмислення нових знань відбувалась на уроці під керівництвом вчителя, а домашня робота учнів зводилася, переважно, до повторювання і завчання, а не до розуміння матеріалу. Тому більшість першокурсників, зокрема студенти III і IV типу, недостатньо володіють логічними операціями осмислення нового матеріалу, і змушені використовувати репродуктивне мислення, а значить не здатні приймати оптимальні рішення в нестандартних ситуаціях. Крім того, лекції у ВНЗ мають лише установчий, орієнтувальний характер, а викладення матеріалу під час лекції і його закріплення на практичних або семінарських заняттях часто розділені тривалим проміжком часу. Тому нами проводиться робота щодо ознайомлення студентів з новими технологіями навчальної діяльності (кредитно-модульна технологія навчання, інформаційні технології навчання, проблемне навчання, диференційоване навчання, особистісно-орієнтоване навчання), а також розкриття закономірностей і методичних прийомів сприйняття і осмислення виучуваного матеріалу.

Третьою умовою успішної адаптації є наявність у студентів навиків самостійної роботи. Першокурсники не вміють конспектувати лекції, працювати з підручниками, першоджерелами, аналізувати інфор-

мацію великого обсягу. Тому для вироблення навичок самостійної роботи до кожної теми студентам пропонуються опорні конспекти, методичні вказівки для підготовки до практичних занять та методичні вказівки для самостійної позааудиторної роботи, в яких детально висвітлені алгоритм дій для розуміння та засвоєння навчального матеріалу. Усю навчально-методичну інформацію для студентів висвітлено на сайті дистанційного навчання “Moodle”.

Четвертою умовою швидкого входження в навчальний процес ВНЗ є належна шкільна підготовка з хімії. Для групи студентів із дефіцитом особистої відповідальності й навчальної активності (II-IV типи) викладачами кафедри організуються додаткові консультації (індивідуальні, групові), в тому числі й у суботні дні, які дозволяють ліквідувати прогалини у знаннях. Тематика групових консультацій у суботні дні пов’язана з прогалинами у знаннях студентів зі школи і висвітлена на сайті дистанційного навчання “Moodle”.

П’ятою умовою успішної адаптації студента є позитивне ставлення до обраної професії. Тому завданням викладачів є надання допомоги першокурсникам у професійній адаптації – формування у студентів інтересу до обраної професії, прагнення досконало оволодіти нею. Кроком кафедри в цьому напрямку є використання реальних чи змодельованих проблемних завдань, ситуаційних задач та профільно орієнтованих практичних робіт (“Визначення осмотичної резистентності еритроцитів”, “Визначення рН слини”, “Визначення йонів Кальцію, Калію, Хлору, Цинку в слини”), які формують професійно спрямовану мотивацію до процесу навчання, підвищує відповідальність студента за якість свого навчання.

Заходи, які здійснюють викладачі кафедри щодо полегшення процесу адаптації студентів до нових умов навчання у ВНЗ, є важливим кроком щодо успішного здійснення навчальної діяльності студента. Результативність цієї роботи доводить зростання показників успішності в кінці I семестру, порівняно з першим місяцем навчання у ВНЗ – якісна успішність зростає на спеціальності “Лікувальна справа” в 1,7 рази ($p < 0,001$), на спеціальності “Педіатрія” у 2 рази ($p < 0,001$) (рис. 1).

Висновки. Швидка та якісна адаптація студентів-першокурсників є необхідною умовою для їх успішного навчання та подальшого розвитку кожного студента як майбутнього фахівця. Для успішної адаптації студентів першокурсників до умов навчання у ВНЗ слід: 1) на вступному занятті ознайомити першокурсників з організаційними засадами курсу та, в

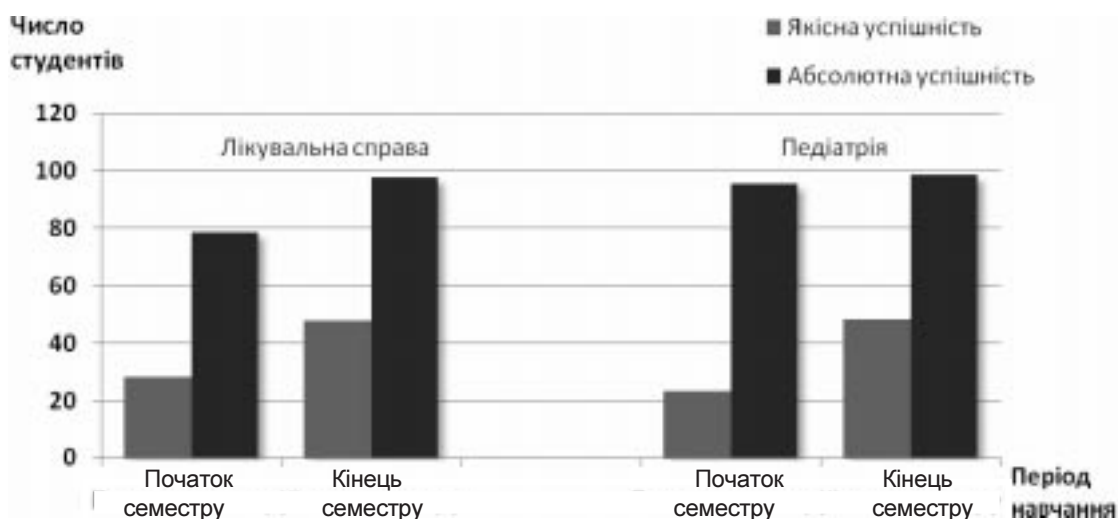


Рис. 1. Успішність студентів-першокурсників із медичної хімії в різні періоди навчання.

цілому, Болонської системи; 2) будувати технологію пізнавальної діяльності з урахуванням здобутих у школі прийомів і методів навчальної праці; 3) виробляти навички самостійної роботи, використовуючи доступне навчально-методичне забезпечення; 4) для студентів з дефіцитом особистої відповідальності й навчальної активності організувати консультативну роботу у суботні дні; 5) формувати інтерес студентів до обраної професії шляхом викорис-

тання реальних чи змодельованих проблемних завдань, ситуаційних задач та профільно орієнтованих практичних робіт.

Чисельні дослідження проблеми адаптації студентів до умов навчання у ВНЗ в умовах сучасної системи освіти потребують узагальнення і впровадження в педагогічний процес у вигляді методичних рекомендацій щодо зниження напруженості адаптаційних процесів студентів-першокурсників.

Література

1. Зданевич Л. В. Як живеться студентів? / Л. В. Зданевич // Гуманітарні науки. – 2005. – № 2. – С. 174–179.
2. Педанов Ю. Ф. Проблеми формування світогляду майбутніх спеціалістів у вищих навчальних закладах I-II рівнів акредитації як підготовка до впровадження кредитно-модульної системи освіти на відповідних кафедрах вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації / Ю. Ф. Педанов, О. П. Славуа, А. І. Гоженко // Медична освіта. – 2013. – № 3. – С. 74–76.
3. Середняцька І. І. Стресостійкість як спосіб попередження конфліктів у студентської молоді / І. І. Середняцька // Педагогічна думка. – 2005. – № 4. – С. 21–24.
4. Скрипник В. В. Особливості перебігу та самосприяття соціально-психологічної адаптації студентів-першо-

курсників / В. В. Скрипник // Психологія і суспільство. – 2005. – № 2. – С. 87–93.

5. Казміренко В. П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молоді до навчання у ВНЗ та майбутньої професії / В. П. Казміренко // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 6. – С. 76–78.

6. Середняцька І. Стресостійкість як спосіб попередження конфліктів у студентської молоді / І. Середняцька // Педагогічна думка. – 2005. – № 4. – С. 21–24.

7. Подоляк Л. Г. Психологія вищої школи : навчальний посібник / Л. Г. Подоляк, В. І. Юрченко. – К. : Філ-студія, 2006. – 320 с.

Отримано 19.09.14