

Церковна Маріанна Вікторівна
Харківська державна академія культури
Старший викладач кафедри соціальної психології
Церковний Альберт Олександрович
Харківська державна академія культури
Кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології
м. Харків, Україна

«НАСКРІЗНИЙ» НАВЧАЛЬНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ВНЗ

В останні роки потреба у високоякісній вищій освіті стає все більш актуальною. Саме від ефективності вищої освіти багато в чому залежать перспективи розвитку кожної країни, її економічний і соціальний прогрес.

Як зазначалося ще в 1991 році в Доповіді ЮНЕСКО про стан справ у світовій освіті: «Нині загально визнано, що політика, спрямована на боротьбу з бідністю, скорочення дитячої смертності та поліпшення здоров'я суспільства, захист навколишнього середовища, зміцнення прав людини, поліпшення міжнародного взаєморозуміння і збагачення національної культури не дадуть ефекту без відповідної стратегії в галузі освіти» [3].

У міжнародному співтоваристві сформувався досить стійка думка, що однією з найважливіших цінностей сучасного суспільства є людина, що здатна до пошуку і освоєння нових знань і прийняття нестандартних рішень. Саме ці якості бажано формувати в процесі навчання в загальноосвітній і у вищій школі.

При цьому необхідно враховувати, що навчальний процес у вищій школі має ряд особливостей. Вже на першому курсі студенти стикаються з новими формами організації навчального процесу та з необхідністю формування нових навичок організації своєї праці. У багатьох першокурсників недостатньо сформовані навички самостійної роботи у зв'язку зі набутою за час навчання в загальноосвітній школі звичкою отримувати знання в готовому вигляді. Крім

того, студент стикається з новими видами навчальної діяльності, з новими формами контролю (у тому числі з блочно-модульною системою), з новими колективами (студентським та викладацьким), з новим статусом і роллю в групі, часто – з новим місцем проживання, режимом праці та відпочинку, сну і харчування і т. п. Очевидно, що діапазон неминучих проблем дуже широкий. Тому при навчанні наявність у ВНЗ ефективних засобів адаптації студента є однією з пріоритетних завдань.

Проблема адаптації досліджується вітчизняними та зарубіжними психологами досить широко. Сучасні уявлення про адаптацію ґрунтуються на класичних роботах І.П. Павлова, Г. Сельє, І.М. Сеченова, П.К. Анохіна, К. Бернара.

У нашій роботі ми розглядаємо тільки проблеми, що пов'язані з соціальними та психологічними аспектами адаптації.

Вивченням проблеми адаптації до навчання у ВНЗ займалися багато вчених, серед яких можна відзначити таких, як М.М. Бедрушек, А.В. Варезнікова, А.А. Вігенберг, Є.В. Котляровський, С.В. Красиков, В.Б. Ластовченко, Г.Г. Овчинникова, І.І. Пономаренко, Е.А. Ямбург та ін.

При всій різноманітності поглядів на процес соціальної адаптації, більшість дослідників вважають її основними функціями прийняття суб'єктом норм і цінностей нової соціального середовища, повне включення в нові форми соціальної взаємодії, узгодження вимог і очікувань, встановлення повноцінних формальних і неформальних зв'язків в новому середовищі.

У результаті успішної адаптації формується стан, в якому особистість продуктивно включається в провідну діяльність, задовольняє основні потреби, які пов'язані з середовищем адаптації, переживає стан самореалізації та самоповаги.

Прийнято розрізняти два типи соціальної адаптації. Перший характеризується активним впливом індивіда на соціальне середовище, в цьому варіанті людина не тільки освоює сформовані форми взаємодії людей, ustalені норми, цінності, а й може прагнути змінити ті, які представляються їй неправильними. Другий тип адаптації характеризується пасивним, конформним

сприйняттям цілей і цінностей групи, соціального оточення. При складанні програм підвищення адаптації необхідно враховувати особливості протікання кожного типу адаптації.

У процесі соціальної адаптації, суб'єкт може вибрати різні форми адаптаційного поведінки. Наприклад, Л.П. Кузнецова основними формами адаптаційного поведінки вважає конформізм, інновацію, ритуалізм, ретритізм і бунт [5, с. 42 - 43].

Процес соціальної адаптації до навчання у вузі включає організаційний аспект, що передбачає вивчення структури, норм і вимог навчального закладу; правовий аспект, що передбачає вивчення прав і обов'язків у ролі студента; професійний аспект, що передбачає розуміння особливостей професії; побутової аспект, що передбачає звикання до режиму діяльності, вирішення житлових питань, а також питань харчування та дозвілля; соціально-психологічний аспект, що передбачає встановлення ділових і особистих відносин зі студентами, з викладачами та адміністрацією, формування власної ролі в групі.

Як бачимо, ряд завдань в рамках адаптації можуть бути вирішені шляхом надання інформації студенту з боку адміністрації ВНЗ, викладацького складу та студентів старших курсів. Але завдання, що пов'язані з формуванням усвідомленого, позитивного і творчого ставлення до себе і до того, що відбувається навколо, вимагають специфічних дій.

Як зазначає І.М. Меньшикова, «Важливо підкреслити, що за сприятливого перебігу адаптація призводить особистість до стану адаптованості, під якою розуміють оптимальну реалізацію внутрішніх можливостей, здібностей людини і її особистісного потенціалу в значущій сфері. Виходячи з цього, можна стверджувати, що сприяючи процесу адаптації студентів – ми сприяємо їх особистісному розвитку» [6].

На жаль, такі прості прийоми як щира розмова, включення у спільну діяльність і позитивно забарвлений комунікативний простір не завжди бувають ефективні. Досить часто пропонують у якості методів адаптації роботу з методичними посібниками, навчальні курси, які спрямовані на формування

навичок спілкування, і, так само, включення в заняття ігор та тренінгових вправ для розвитку рефлексивних і комунікативних умінь. Все ж, частіше за все, ці методи мають позитивний, але локальний ефект.

У ряді ВНЗ рішення проблеми адаптації студентів визнається настільки важливим, що нею займається створена психологічна служба [6]. Вона включає наступні напрямки діяльності: «психологічне просвітництво, психологічне консультивання, прикладну психодіагностику, психокоректувальну і розвиваючу роботу, соціально-диспетчерську діяльність» [6].

Не викликає сумнівів, що даний підхід має необхідну глибину і різноплановість аналізу та опрацювання проблеми адаптації, але в даний час він не є загальноприйнятою практикою у ВНЗ.

На наш погляд, в даний час ефективним і доступним методом адаптації є соціально-психологічний тренінг. У першу чергу, це пов'язано з тим, що він націлений на «розвиток здатності індивіда ефективно взаємодіяти з оточуючими його людьми, розвиває такі особистісні якості як чутливість, сприйнятливості до психічних станів інших, до їх настанов і прагнень, а так само має благотворний вплив на згуртування колективу» [4].

Деякі дослідники [2] вважають, що «головне завдання соціально-психологічного тренінгу – допомогти кожному учаснику виразити себе індивідуальними засобами», і стверджують, що при проходженні різних блоків тренінгу (згуртування, комунікативні навички, особистісний ріст, психогімнастика) у студентів-першокурсників відбувається зміна настанов, «з'являється досвід позитивного ставлення до себе і до оточуючих» [2]. Але, на наш погляд, відносно невисокі процентні показники позитивної динаміки є відображенням того факту, що тренінг був проведений в короткий часовий інтервал.

Традиційно тренінг розглядався як ефективний інструмент активізації процесу навчання. Водночас, аналізуючи відгуки про ефективність бізнес-тренінгів, фахівці приходять до висновку про те, що «від одного тренінгу не можна чекати довготривалого ефекту» [1]. Саме тому сучасні керівники частіше віддають перевагу регулярним (раз на 3 - 4 місяці) тренінгам або постійному

коучингу [7]. Це пояснюється тим, що в рамках тренінгу можливе формування набору навичок, які потрібні учасникам у цей період. Очевидно, що при зміні ситуації виникатимуть інші потреби і запити.

Ми вважаємо можливим провести паралелі з процесом адаптації до навчання. Справа в тому, що адаптація має фазний характер, обумовлений різноманітністю і специфікою ситуацій, що виникають у студентів на всьому періоді навчання у ВНЗ. Якщо узагальнити набір проблем, про які говорять студенти різних курсів, то можна прийти до висновку, що:

- 1-й курс характеризується кризою очікування;
- 2-й курс - кризою ідентичності;
- 3-й курс - кризою самовизначення;
- 4-й курс - кризою становлення;
- 5-й курс - кризою працевлаштування.

З усього вищесказаного ми робимо висновок, що, так як адаптація студентів – це процес, розтягнутий у часі (4 – 5 років навчання), найбільш ефективним інструментом оптимізації буде «наскрізний» навчальний тренінг, в завдання якого входить формування тих умінь і навичок, які необхідні студентам для вирішення актуальних проблем.

Література

1. Агламишьян В. Как повысить квалификацию. Техника безопасности для бизнес-тренингов [Электронный ресурс] URL: http://www.begin.ru/main/news_and_articles/articles/2606
2. Беляева О.А. Тренинг как метод социально-психологической адаптации студентов педагогического колледжа. [Электронный ресурс] URL: http://www.rusnauka.com/ONG/Psihologia/5_beljaeva%20o.a..doc.htm
3. Доклад ЮНЕСКО о положении дел в мировом образовании за 1991 год. — Париж, 1991. — 108 с.
4. Доронина Н.Н. Адаптация первокурсников в вузе как психолого-воспитательная проблема [Электронный ресурс] URL: http://www.rusnauka.com/29_NIOXXI_2012/Psihologia/5_118647.doc.htm

5. Кузнецова Л.П. Основные технологии социальной работы. — Владивосток: ДВГТУ, 2002. — 92 с.
6. Меньшикова И.Н. Проблема адаптации студентов в рамках психологической службы вуза [Электронный ресурс] // Прикладная психология и психоанализ: электрон. науч. журн. 2010. N 4. URL: <http://www.ppip.idnk.ru/index.php/-4-2010/69--q-q.html>
7. Преимущества и недостатки бизнес-тренингов [Электронный ресурс] URL: http://biznes-online.com/2010/04/22/prjeimushhjestva_i_njedostatki_biznjes_t.html