

УДК 159.923.2
МРНТИ 15.41.39

DOI 10.52301/1991-0614-2024-1-32-46

*А.А. Исаханова¹, Я.Б. Абеннова*¹*

*¹ Astana IT University,
г. Астана, Республика Казахстан
ms.ysmin@mail.ru*

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Аннотация. Данное исследование рассматривает проблему адаптации студентов первого курса в высших учебных заведениях. Переход индивида из школы в колледж или университет считается переломным личностным моментом. В этот период студент сталкивается с новой атмосферой, полную новых людей, правил и трудностей. Одной из таких проблем является адаптация к переходу от позиции «ученика» и «ребенка» до «студента» и «взрослого». Проблемы в развитии личностного роста характеризуются различными факторами: социальными, академическими, психологическими. Перечисленные барьеры могут иметь серьезное влияние не только на их академическую успеваемость и мотивацию, но также на их психологическое состояние в целом. Правильное выравнивание психологического состояния студента дает перспективу на устойчивое формирование возрастного потенциала будущего специалиста как волевой личности, способной к выдержке, построению своих личностных качеств, направленных на полную сформированность эмоционального, интеллектуального и, в будущем, профессионального роста.

Исходя из этих факторов, статья нацелена на углубленное изучение распространенных у студентов адаптационных проблем и на разрешение данных вопросов путем анализа и рассмотрения стратегических путей, которые помогут студентам преодолеть адаптационные проблемы. В дополнении к этому будет рассмотрена роль педагога и администрации высших учебных заведений к вопросу данной проблематике.

Ключевые слова: студент, адаптация, психология, педагог, академическая успеваемость.

Введение

Переход от выпуска школы до поступления в университет является важной ступенью в росте человека. Студенческий возраст приравнивается к юношескому. По своей сути это биологический компонент, который представляет особый период в развитии личности [1]. Подобный момент обещает быть как захватывающим, так и сложным, и напряженным для молодежи.

Адаптация, по сути, означает способность организма приспособливаться к динамичным условиям среды: общеприродным, производственным и социаль-

ным [2]. Скачок в студенческую жизнь представляется для каждого студента по-разному, через призму их опыта и мировоззрения. Для каждого студента адаптация имеет разное влияние: для кого-то она проходит благополучно, без серьезных проблем, а для других – может указать на личные проблемы и оставить отпечаток и негативное впечатление об обучении в целом. Согласно И. Гонца: «Переход от лица к университетской жизни – этап, требующий от учащихся определенной адаптации как на личностном, так и на академическом уровне» [3]. Таким образом, в данный период приспособленности можно выявить барьеры разного характера: социальные, психологические и академические.

Академическая адаптация обусловлена усваиванием новой и более комплексной информацией с повышенным уровнем сложности заданий, а также требований к определенному уровню знаний и навыков. На этом фоне студент уже может испытывать огромный стресс, дискомфорт и давление. В большинстве случаев студенты справляются с подобным барьером ввиду мотивации и заинтересованности в учебе. Однако в некоторых случаях ситуация может быть еще более затруднительной, если абитуриенты выбирают специальность не по своей воле [4]. Также весомой причиной проблем с адаптацией является конкурентная среда среди обучающихся, отличительная от школьной системы оценивания и иная роль педагогов университета по сравнению со школьным педагогом.

Зачастую многие студенты покидают свой родной город, чтобы поступить и учиться в вузе. После поступления студент расширяет круг общения, и с социальной точки зрения это дается нелегко по причине незнакомой обстановке: новый город, новый круг общения, сепарация от родителей. Стоит отметить, что новое знакомство зачастую является источником стресса. Особенно это заметно при условии, если студент сравнивает свой школьный социальный опыт, неважно, негативный или положительный. Человек склонен иметь определенные ожидания при встрече с новыми людьми, и тут выстраиваются два варианта событий: либо студент строит негативные ожидания и впоследствии испытывает социальную тревожность, либо, наоборот, студент столкнулся с реальностью, где его позитивные ожидания могли не оправдаться. Данные перечисленные моменты и есть трудности социальной адаптации.

Психологическая адаптация обусловлена совокупностью уже личностных характеристик и переживаний студента. Как упоминалось ранее, вход в студенческую жизнь можно охарактеризовать как начало взрослой жизни, где человек сам принимает решение и несет ответственность за них. Безусловно, вкупе с упомянутой сепарацией от родителей, студент может испытывать на себе груз ответственности не только перед семьей, чье ожидания нужно оправдать, но и перед собой. «Следует иметь в виду вопрос организации жилищной среды, домашнего хозяй-

ства, деятельности общежития, которые, в основном, зависят от моральных и волевых качеств студента, таких как организованность, дисциплинированность, инициативность, целеустремленность» [5]. Наряду с этим, параллельно с трудностями академической динамики студент во многих случаях начинает сомневаться в своих собственных силах и навыках, сравнивая себя с однокурсниками.

Главную роль в успешной адаптации играют процессы тренировки, функциональное, психическое и моральное состояние человека [6]. Психологическая составляющая личности как адаптируемого объекта в данной статье рассмотрена в полной мере. Что касается морального состояния личности, то оно складывается из нравственных личностных критерий: общественной, социальной и культурной сформированности. Эта проблема является общей для организации, в которой пребывает данный студент. Университет несет основную ответственность за формирование моральной среды в коллективе, не разделяя педагогическое и студенческое сообщества. Педагог есть носитель социальных и культурных ценностей высшего учебного заведения. Несмотря на то, что по большей части студенты должны рассчитывать на свои силы и умения, педагоги и администрация высших учебных заведений должны играть существенную роль в помощи поступившим в новой для них обстановке. Для регуляции проблем студентов в период адаптации, педагоги и администрация могут предпринять различные меры и методы, такие как организация ознакомительного периода, наставничество, психологические консультации и качественные коммуникации, чтобы к словам студентов прислушивались. Страх, тревожность понижают самооценку, отсюда сложности коммуникации и нарастание адаптационных проблем. Формирование собственного «Я» – сложный процесс, поэтому необходимо создание оптимальных условий для благоприятного психологического климата и, возможно, разработка определенных тренинговых программ [7].

Материалы и методы

С целью раскрытия проблематики статьи, а именно ее актуальности, был проведен опрос студентов-респондентов. Задачей данного исследования является выявление общей картины существующей проблемы среди обучающихся в ее процентном соотношении, а также его практического доказательства посредством опроса.

Разработка определенных вопросов исходило из позиции уточнения и оценивания психоэмоционального состояния студентов на период вхождения в студенческую жизнь, их готовность новым социальным осям, пониманию понятий «содружество», «общежитие», «социализация». Были составлены вопросы по проблемам коммуникаций, межличностных отношений, а также по умению сотрудниче-

ства с администрацией образовательных учреждений. Также в блок вопросов была включена оценка влияния академической нагрузки на психоэмоциональное состояние студентов, что имеет немаловажный фактор для положительной адаптации студентов.

В данной исследовательской работе было применено онлайн анкетирование как инструмент для исследования. Благодаря компании Google, программа Google Forms было использовано для разработки онлайн-опроса. Главное преимущество онлайн исследований заключается в том, что это уникальная возможность получить необходимую информацию дешево и быстро [8].

Более того, в приложении Google Forms выдаются автоматически ответы респондентов в виде диаграмм и графиков, что способствует быстрой интерпретации информации.

В исследовательской работе 2015 года Ю.Ю. Долженко и А.С. Поздняковой «Онлайн анкетирование как современный и эффективный способ исследования» отмечается ряд преимуществ использования приложения Google Forms как онлайн-анкетирование. Ниже представлены достоинства данного метода:

- нет ограничений по количеству участников;
- современный и удобный пользовательский интерфейс;
- удобные методы приглашения к участию в опросе;
- независимость от местоположения респондентов, респонденты могут пройти анкетирование в любой точке мира;
- использование современных инструментов для создания вопросов;
- минимальные финансовые затраты, данное онлайн анкетирование при создании его является абсолютно бесплатным;
- быстрая и точная обработка результатов опроса.

Единственный недостаток данного метода заключается в постоянном наличии в подключении к сети Интернет [9].

После того как вопросы были сформированы, опрос онлайн формата был разослан студентам одного выбранного вуза города Астаны.

Данный метод был использован с целью быстрого и эффективного получения ответов. Ввиду социального характера темы исследовательской работы было необходимо определенное число респондентов. С помощью удобного использования данного инструментария удалось выяснить, насколько актуальна проблема среди студентов с адаптацией в университете на первом курсе. Есть примеры исследований, доказывающие, что должны наблюдаться статистически значимые различия между интенсивностью переживаний первокурсников в начале первого семестра и в его конце, причем частота и особенно интенсивность переживаний в конце семестра должны быть существенно меньше, чем в начале [10].

Сравнивая студентов младших и старших курсов, можно заметить не только разный уровень знаний и опыта, но также различные виды характера и темперамента. Результатами тестирования по методике Г. Айзенка ЕРІ определено наличие большого количества представителей холерического темперамента в учебных группах, которое свидетельствует о том, что студенты 1-го и 3-го курсов (60% и 56%) характеризуются излишней импульсивностью, беспокойностью, низкой стрессоустойчивостью [11].

Как один из методов в данной работе был задействован обзор литературы. Обзор литературы в контексте исследования – это методологический этап, который проводится перед проведением собственного исследования. На данном этапе рассматриваются различные исследовательские работы, статьи для сравнения, анализа темы и ее понимания. Этот метод дает возможность понять, насколько широко исследована данная тема. Более того, обзор литературы открывает доступ к другим зарубежным статьям, связанным с этой темой, каким образом можно интерпретировать и применять результаты. К примеру, с помощью уже опубликованных статей можно определить точки соприкосновения тем и понять закономерность и актуальность той или иной проблематики. Обзор литературы имеет решающее значение для научных исследований, поскольку литературе представляет научное наследие автора, помогает выявить пробелы в изучении темы и предотвращает дублирование работы других ученых. Кроме того, его цель состоит в том, чтобы автор не только избегал повторений, но и помог расширить научные знания о проблеме.

Следующим шагом является проведение научного обзора литературы по теме исследования, поскольку:

- анализировать уже имеющиеся материалы и разработать новый подход к рассматриваемой проблеме;
- проверять результаты и выводы, полученные в ходе собственного исследования;
- подчеркивать уникальность своего исследования в сравнении с предшествующими работами, демонстрируя научную новаторство и вклад;
- подтверждать актуальность исследуемой проблемы;
- обосновывать важность рассматриваемой проблемы;
- осваивать специфическую терминологию, связанную с данной проблематикой;
- выявлять основные методы исследования, используемые при изучении данной проблемы [12].

Результаты и обсуждение

В разделе «Результаты исследования» каждый вопрос был проанализирован и интерпретирован. Ответы были показаны в различных формах, таких как диаграммы и графики, благодаря приложению Google Forms.

Опрос студентов состоял из 90 респондентов и 14 вопросов (11 вопросов нацелены на объективную оценку исследования). На основании ответов была проанализирована тема адаптации. Список заданных вопросов:

1. Ваш пол?
2. Ваш возраст?
3. Ваш факультет (специальность)?
4. Каковы ваши первоначальные впечатления от университета?
5. Была ли у вас адаптация на 1 курсе университета после окончания школы?
6. Чувствовали вы себя психологически подавленным во время адаптационного периода на 1 курсе?
7. Какие трудности вы испытали при адаптации к новой среде университета?
8. Как вы себя чувствовали, когда столкнулись с проблемой адаптацией в университете?
9. Согласны ли вы с тем, что во время адаптации на 1 курсе студент должен быть психологически устойчивым?
10. Считаете ли вы, что эмоциональное состояние студента во время адаптации на первом курсе влияет на дальнейшее обучение?
11. По вашему мнению, есть ли общее между педагогикой и психологией?
12. Насколько важна психология в педагогике, по вашему мнению?
13. Какие меры университет предпринял для помощи вам в адаптации?
14. Какие советы вы можете дать для только поступающих абитуриентов-студентов, чтобы студенты заранее знали, с какими трудностями они могут столкнуться при адаптации в вашем университете?

Считаем важным, отметить следующие ключевые результаты:

Возраст студентов находился в диапазоне от 16 до 20 лет. Это говорит о том, что студенты первого курса в данном университете молодые и действительно, только что закончили школу. Специальностью студентов, проходивших опрос, является сфера информационных технологий, высшая гуманитарная школа и туризм.

При поступлении в вуз первые впечатления оказались интересными (71,1%) и волнующими (48,9%), позитивными (44,4%) и непредсказуемыми (22,2%). Это кажется вполне логичным, переход из школьной среды в университет – это важный этап в жизни молодых людей, каждый из них ожидает новый спектр эмоций

и впечатлений. С первыми днями жизни студента учащиеся чувствуют себя на новом этапе своей образовательной и жизненной истории. Им предстоит изучить мир исследований и знаний. На фоне этой неопределенности многие переживают смешанные эмоции – от радости и счастья до тревожности и неуверенности в себе. Определилось и небольшое количество опрошенных (11,1%), которое также указало на негативное первое впечатление от университета. Данный ответ может указать на множество нюансов адаптации: от процесса поступления до окружения, которое привело к плохому представлению об университете.

Больше 50 человек (55,6%) указали, что у них действительно был период адаптации на первом курсе после окончания школы. В этот период они чувствовали себя эмоционально подавленными – 40% или же находились в смешанном состоянии (37,8%), при котором не понимали свои эмоции явно или же пытались их подавить (см. рисунок 1). Их эмоциональное состояние оказалось нестабильным и в случаях стресса они отмечали свое самочувствие на 3 из 5 по шкале от 1 до 5, что говорит о достаточно стабильном положении. Другие же, 29,8% и 6,8%, оценили состояние на 4 и 5, говоря о высоком уровне тревожности. Это подчеркивает важность психологической поддержки и стратегий управления стрессом для студентов (см. рисунок 2).

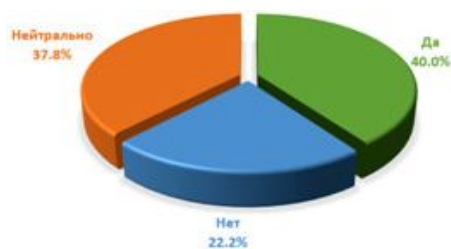


Рисунок 1. Статистика по вопросу «Чувствовали вы себя психологически подавленным во время адаптационного периода на 1 курсе?»

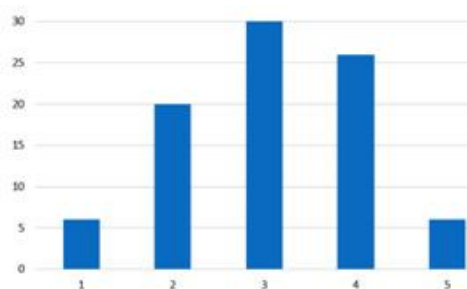


Рисунок 2. Статистика по вопросу «Ваше стрессовое состояние во время адаптации?»

Ответы на вопрос №7 помог определить три наиболее распространенные проблемы, возникшие во время их опыта “акклиматизации” на первом курсе университета. По результатам данного вопроса было выявлено 3 основных осложнения в период адаптации. Большинство опрошиваемых (55,6%) столкнулись с трудностями во время учебного процесса и испытывали сильную академическую и психологическую нагрузку. В дополнении к этому, 48,9% были дезориентированы во время учебы, так как им не предоставили достаточно информации о правилах и определенных процедурах университета. Зачастую подобные случаи приводили к тревоге и страхе того, что студент мог упустить что-то важное. Такое же количество опрошенных (48,9%) указали на то, что не менее затруднительным положением была адаптация не только к академической части университетской жизни, но и социальной, а именно общение и взаимодействие с членами нового для них общества, а также нюансы, которые определялись разницей в мировоззрении, мнениях и культурных особенностях. На основе данной статистики можно сделать вывод, что основной стресс студенты испытывали зачастую именно от нагрузки в учебном процессе, вкупе с попыткой привыкнуть к новому окружению (см. рисунок 3).



Рисунок 3. Статистика по вопросу «С какими трудностями или проблемами вы столкнулись при адаптации к новой среде университета?»

В вопросе №8 нужно было узнать, как чувствовали себя обучающиеся, когда сталкивались с проблемой социализации. Большая часть студентов показала, что в целом они более-менее справлялись с разного рода затруднительными ситуациями. Однако это не отменяет того, что треть всех опрошенных испытывали исключительно негативные эмоции, которые мешали их академической деятельности в университете.

Из результатов вопроса №9 был сделан вывод, что, по мнению большинства опрошенных студентов и выпускников (88,9%), на первом курсе необходимо быть психологически устойчивыми и готовыми к разного рода ситуациям, которые способны препятствовать получению успешного академического начала и положи-

тельного университетского опыта. Это указывает на то, что во время приспособления молодежи к новой обстановке в университетах и институтах есть множество определенных факторов, существенно влияющих на учебное и психосоциальное благополучие поступившего.

На вопросе №10 большее количество респондентов (80%) сошлись во мнении в том, что эмоциональный отпечаток (и положительный, и негативный), оставленный во время адаптации на 1 курсе обучения, имеет существенное влияние на дальнейшего обучение в текущем и последующем курсах учебы. При этом есть определенные проценты людей, которые имеют смешанные чувства о подобном мнении (13,3%), а остальные (6,7%) и вовсе считают, что эмоциональное состояние во время адаптации не сказывается на последующих годах обучения. Однако, если все же исходить от мнения большинства, то следует вывод, что, казалось бы, на первый взгляд обычная попытка студента приспособиться к новой среде имеет корневое значение в формировании психики студента. И в дальнейшем от этого психологического состояния личности будут зависеть и мотивация, и усердие, и навыки студента в будущем не только в учебе, но и на работе во взрослой жизни.

На вопрос №11, 86,7% респондентов думают, что есть общее между педагогикой и психологией. 11,1% респондентов ответили нейтрально, оставшиеся 2,2% студентов думают, что нет общего между педагогикой и психологией. Таким образом, стоит отметить, что большее количество студентов считают, что общее между педагогикой и психологией присутствует в тесном альянсе (см. рисунок 4).

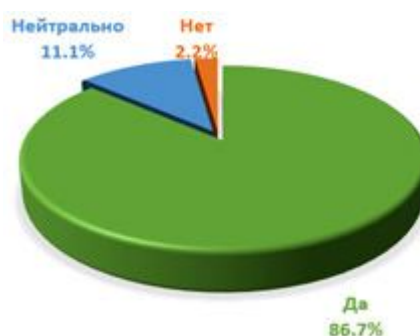


Рисунок 4. Статистика по вопросу «По вашему мнению, есть ли общее между педагогикой и психологией?»

На вопрос «Насколько важна психология в педагогике, по вашему мнению?» большинство студентов, а именно 48,9% думают, что психология очень важна в педагогике, в то время как 44,4% считают важной. 6,7% ответили нейтрально (см. рисунок 5). По данному вопросу можно понять, что большое количество студентов

считают, что психология играет важную роль в педагогике. Также стоит отметить, что на ответ “не важно”, ни один респондент не выбрал данный ответ.

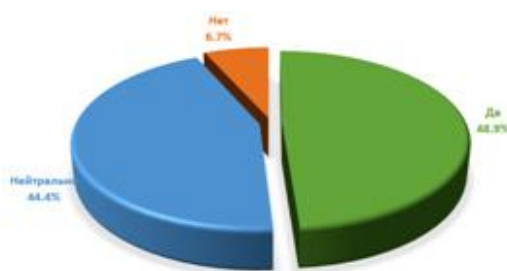


Рисунок 5. Статистика по вопросу «Насколько важна психология в педагогике по вашему мнению?»

На вопрос №13, респонденты ответили по всем позициям. 55,6% студентов выбрали нейтрально, что составляет основную часть ответов. 13,3% ответили, что университет предпринял важные меры во время адаптации, а 24,4% выбрали опцию “не предпринял” (см. рисунок 6). Основная часть респондентов считает, что университет не предпринял никакие меры в период адаптации. Таким образом, можно отметить, что администрации университетов необходимо обращать внимание на студентов первого года обучения, так как многие из них находятся в процессе социализации во взрослость. Помимо этого, студенты должны понимать, что на начале обучения будет происходить сменяемость их личных позиций, статуса и ценностей, и в решении данной проблемы университет в большинстве случаев не будет проявлять вовлеченность по отношению к студентам. По данному вопросу можно отметить, что есть часть студентов (20%), к которым университет предпринял какие-либо меры в период адаптации. Это говорит о том, что в некоторых случаях университет идет навстречу студентам, если у них возникают важные или критически важные проблемы. К сожалению, в данном вопросе не указывается, какая конкретная помощь была оказана университетами нуждающимся в ней студентам.

Стоит отметить, что первые десять вопросов в анкетировании являются закрытыми, то есть, вопросы с ответами. Единственный последний вопрос №14 является открытым, так как требует полного ответа. В данном вопросе присутствуют различные ответы респондентов, так как этот вопрос содержит советы от старшекурсников (только заканчивающие 1 курс) для первокурсников. В этой сетке ответов можно заметить такой ответ как “не знаю я, все еще адаптация у меня”, это говорит о том, что адаптация является сложным, длительным процессом и неизвестно, сколько времени может занять.



Рисунок 6. Статистика по вопросу «Какие меры университет предпринял для помощи вам в адаптации?»

Многие ответы включали себя такие советы как изучать что-либо заранее в летнее время. Например, они упомянули, что в летний период до 1-го курса нужно изучать заранее такие дисциплины как Calculus, Linear Algebra и C++ программирование. Встречались ответы психологического характера, “быть увереннее”, “ничего не бояться и не лениться”, “не думать о мнениях других”, “не бояться заводить друзей и не сравнивать опыт со школой”. На открытый вопрос были ответы, связанные с навыками человека, то есть во время адаптационного периода студент должен иметь определенные навыки. Например, тайм-менеджмент, коммуникативные навыки по мнению студентов играют большую роль во время адаптации в университете. Помимо этого, студенты рекомендуют только что поступившим ребятам уделять больше времени сну и отдыху. Также была выявлена проблема в организационной структуре университета, а именно курирующие центры помощи не всегда помогали студентам, хотя данная функция в академических вопросах является одной из прямых обязанностей университета.

Один из острых и проблемных ответов среди респондентов был связан с отсутствием жилья. Большинство студентов страдают от этого во время адаптации. Данный вопрос остается максимально актуальным среди студентов на сегодняшний день (так как без жилья студентам становится сложнее вдвойне во время адаптационного периода). Встречались и такие студенты, которые попросту не отвечали, пропускали вопрос, оставляли непонятные заметки на данный открытый вопрос.

Выводы

Адаптация вчерашнего школьника в студенческую среду – это один из ключевых компонентов социализации личности. По сути, это вхождение во взрослую самостоятельную жизнь, расстановка позиций и будущего статуса дипломированного специалиста, которое включает в себя его образование, личностную культуру

и карьерный рост профессии. Отсюда следует важная роль университетской среды в становлении обучающегося студента. Целью образовательной среды должна быть не только высокая академическая ступень, но и приобретение студентом устойчивого социального опыта как одного из факторов самооценки личности в социальном пространстве. Усилие в приобретении данных навыков должны быть обоюдными как со стороны педагогического коллектива университета, так и со стороны студенчества. Здесь не должно быть равнодушных и одиноких.

В стратегическом плане развития образовательного учреждения психолого-педагогический аспект адаптации студентов должен стоять на одной из первых ступеней деятельности учреждения. Здесь главной задачей должно быть создание благоприятной среды для обучения и адаптации в студенческой жизни. Начиная от администрации и педагогического коллектива до обслуживающего персонала, деятельность университета неотъемлемо должна опираться на создание адаптивных условий для студенческой среды. Фактически это постоянный процесс, включающий в себя все факторы успешной адаптации формирующейся личности в статусе студента. Сюда входит и информационная среда, и ресурсы образовательного учреждения, а также коммуникационная составляющая.

Создание подходящей социальной и образовательной среды, а также поддержка студентов во всех начинаниях учебного спектра, способствует успешному становлению и формированию высококвалифицированных специалистов, готовых к самостоятельной жизни и достижению успеха в будущей карьере. Студентам требуется быть психически устойчивыми в большей мере, открытыми и общительными, не сравнивая неудачные опыты в школе, если таковые были, ведь в университете совершенно другие люди, которые также проходят этот этап привыкания к другой среде. Университеты, в свою очередь, должны стремиться создать инклюзивную и поддерживающую обстановку, где каждый студент чувствует себя комфортно и свободно, во взаимодействии друг с другом посредством организации разнообразных студенческих клубов и мероприятий, способствующих социальной интеграции. В дополнении необходимы индивидуальные практики с психологом, а также консультации по выбранной специальности, возможность стажировок и практик.

Таким образом, можно заключить, что эффективная адаптация первокурсников в университетах – это важный процесс, который влияет на их будущее образование и карьеру. Для успешной адаптации необходима комплексная поддержка со стороны учебных заведений, включая адаптационные мероприятия, психологическую помощь и создание поддерживающей среды, что дает студентам устойчивое формирование их как зрелой личности, способной преодолевать трудности и быть готовыми к будущим вызовам в жизни.

Экспериментальный опрос студентов выявил специфическую сторону адаптационного периода личности, а именно индивидуальный опыт адаптации. Анализ опроса показывает, что большинство студентов в адаптивный период не ощутили достаточной поддержки со стороны университета. Отсюда следует, что данная проблема очень актуальна и злободневна, поскольку она существует и нелегко решается. Статья доказывает, что процесс привыкания к новой среде, в данном случае к студенческой, по своей сути очень сложен и требует особого внимания и анализа.

Список использованной литературы

1. Малютина Т.В. Психологические и психофизические особенности развития в юношеском (студенческом) возрасте // Омский научный вестник 2014. №2 (126). С. 129-133
2. Лимонова О.О. Пути решения психологической проблемы общения и коммуникации студентов-первокурсников аграрного университета // Вестник АПК Ставрополя. – 2017. – №. 2. – С. 172-174.
3. Gonta I., Bulgac A. The Adaptation of Students to the Academic Environment in University // Romanian Journal for Multidimensional Education/Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala. – 2019. – Т. 11. – №. 3.
4. Жилина Л.Я. Организация психолого-педагогического сопровождения студентов-первокурсников на этапе их адаптации к условиям вуза // Концепт. – 2013. – №. S5. – С. 11-15
5. Бейсенова А.А., Жумасултанова Г.А. Социально-философские аспекты адаптации студенческой молодежи, обучающейся по программе «Серпін» // Вестник Карагандинского университета. Серия «История. Философия». – 2023. – №1(109)/2023. – С. 225-235.
6. Фадеева Е.И., Ясюкевич М.В. Выбирая профессию, выбираем образ жизни. – 2004.
7. Мырзатаева Б.П., Толеубаева М.С. Исследование проблемы социально-психологической адаптации первокурсников колледжа // Eurasian Journal of Current Research in Psychology and Pedagogy. – 2023. – №1(2) – С. 76-83.
8. Петер Д. Качественные онлайн исследования // Онлайн исследования в России. – 2010. – Т. 2. – С. 151-168.
9. Долженко Ю.Ю., Позднякова А.С. Онлайн анкетирование как современный и эффективный способ исследования // Транспортное дело России. – 2015. – №. 1. – С. 109-110.
10. Мещеряков Б.Г., Соболев Г.И. Новая методика исследования социально-психологической адаптации первокурсников // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». 2009. № 4. <http://www.psyanima.ru>
11. Меньшикова И.Н. Психологическая помощь студентам в адаптации к стрессовым воздействиям экзаменационных сессий // Автореф. дисс... канд. психол. наук. Ставрополь. – 2008.
12. Обзор литературы по теме исследования [Электронный ресурс]. URL: <https://sibac.info/blog/obzor-literatury-po-teme-issledovaniya> (дата обращения: 31.10.2023).

References

1. Maljutina T.V. Psihologicheskie i psihofizicheskie osobennosti razvitija v junosheskom (studencheskom) vozraste // [Psychological and psychophysical features of development in youth (student) age] // Omsk Scientific bulletin 2014. No.2 (126). pp. 129-133.

2. Limonova O.O. Puti reshenija psihologicheskoy problemy obshhenija i kommunikacii studentov-pervokursnikov agrarnogo universiteta // [Ways to solve the psychological problem of communication and communication of first-year students of the Agrarian University] // Bulletin of the agroindustrial complex of Stavropol. – 2017. – No. 2. – pp. 172-174.
3. Gonta I., Bulgac A. The Adaptation of Students to the Academic Environment in University // Romanian Journal for Multidimensional Education/Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala. – 2019. – T. 11. – № 3.
4. Zhilina L. Ja. Organizacija psihologo-pedagogicheskogo soprovozhdenija studentov-pervokursnikov na jetape ih adaptacii k uslovijam vuza // [Organization of psychological and pedagogical support for first-year students at the stage of their adaptation to university conditions] // Concept. – 2013. – No. S5. – pp. 11-15
5. Bejzenova A.A., Zhumasultanova G.A. Social'no-filosofskie aspekty adaptacii studencheskoj molodezhi, obuchajushhejsja po programme «Serpin» // [Socio-philosophical aspects of adaptation of student youth studying under the program «Serpin»] // Bulletin of Karaganda University. The series «History. Philosophy». – 2023. – №1(109)/2023. – Pp. 225-235.
6. Fadeeva E.I., Jasjukevich M. V. Vybiraja professiju, vybiraem obraz zhizni. [Choosing a profession, we choose a lifestyle]. – 2004.
7. Myrzataeva B.P., Toleubaeva M.S. Issledovanie problemy social'no-psihologicheskoy adaptacii pervokursnikov kolledzha // [A study of the problem of socio-psychological adaptation of college freshmen] // Eurasian Journal of Current Research in Psychology and Pedagogy. – 2023. – №1(2) – Pp. 76-83.
8. Peter D. Kachestvennye onlajn issledovaniya // [High-quality online research] // Online research in Russia. – 2010. – Vol. 2. – pp. 151-168.
9. Dolzhenko Ju.Ju., Pozdnjakova A. S. Onlajn anketirovanie kak sovremennyj i jeffektivnyj sposob issledovaniya // [Online survey as a modern and effective way of research] // The transport business of Russia. – 2015. – No. 1. – pp. 109-110.
10. Meshherjakov B.G., Sobolev G.I. Novaja metodika issledovaniya social'no-psihologicheskoy adaptacii pervokursnikov // [A new methodology for the study of socio-psychological adaptation of first-year students] // Psychological Journal of the International University of Nature, Society and Man «Dubna». 2009. № 4. <http://www.psyanima.ru>
11. Men'shikova I.N. Psihologicheskaja pomoshh' studentam v adaptacii k stressovym vozdeystvijam jekzamenacionnyh sessij // [Psychological assistance to students in adapting to the stressful effects of examination sessions] // The author's abstract. diss.... cand. psychological sciences. Stavropol. – 2008.
12. Obzor literatury po teme issledovaniya / A review of the literature on the research topic [Electronic resource]. URL: <https://sibac.info/blog/obzor-literatury-po-teme-issledovaniya> (date of application: 10/31/2023).

А.А. Исаханова¹, Я.Б. Абенова*¹

¹ Astana IT University, Астана, Қазақстан Республикасы

Бірінші курс студенттерінің жоғары оқу орындарына бейімделуі

Аннотация. Бұл зерттеу жоғары оқу орындарында 1-курс студенттерінің бейімделу мәселесін қарастырады. Әрбір адамның мектептен колледжге немесе университетке ауысуы – оның жеке бетбұрысы. Бұл кезеңде студент жаңа адамдармен, ережелер мен қиындықтарға толы

жаңа атмосфераға тап болады. Осы мәселелердің бірі – «мектеп оқушысы» және «бала» позициясынан «студент» және «ересек адам» позициясына өтуге бейімделу. Жеке тұлға болып өсудің даму проблемалары әртүрлі факторлармен сипатталады: әлеуметтік, академиялық, психологиялық. Жоғарыда айтылған кедергілер студенттердің оқу үлгерімі мен мотивациясына ғана емес, жалпы психологиялық жағдайына да елеулі әсер етуі мүмкін. Студенттің психологиялық жай-күйін дұрыс үйлестіру болашақ маманның жас ерекшелігіне байланысты әлеуетін, әрі оның эмоционалдық, интеллектуалдық және болашақта кәсіби өсуді толығымен дамытуға бағытталған жеке қасиеттерді қалыптастыруға көмектеседі. Осы факторларды негізге ала отырып, мақала студенттердің бейімделу мәселелерін тереңірек зерттеуге және студенттердің бейімделу мәселелерін жеңуге көмектесетін стратегиялық жолдарды талдау және қарастыру арқылы осы мәселелерді шешуге бағытталған. Сонымен қатар осы мәселеге қатысты жоғары оқу орындарының оқытушысы мен әкімшілігінің рөлі қарастырылады.

Кілтті сөздер: студент, бейімделу, психология, мұғалім, оқу үлгерімі.

A.A. Issakhanova¹, Y.B. Abenova*¹

¹ Astana IT University, Astana, Republic of Kazakhstan

Adaptation of first year students in higher educational institutions

Annotation. This study examines the problem of adaptation of first-year students in higher education institutions. An individual's transition from school to college or university is considered a personal turning point. During this period, the student is faced with a new atmosphere, full of new people, rules and difficulties. One of these problems is adapting to the transition from the position of “school student” and “child” to “university student” and “adult”. Problems personal growth's development are characterized by various factors: social, academic, psychological. The listed barriers can have a serious impact not only on students' academic performance and motivation, but also on their psychological state in general. Correct alignment of the student's psychological state provides prospects for the sustainable formation of the age-related potential of the future specialist as a strong-willed individual, capable of endurance, building his personal qualities, aimed at fully developing emotional, intellectual and, in the future, professional growth.

Based on these factors, the article aims to in-depth study the common adaptation problems among students and to resolve these issues by analyzing and considering strategic ways that will help students overcome adaptation problems. In addition to this, the role of the teacher and administration of higher educational institutions in relation to this issue will be considered.

Keywords: student, adaptation, psychology, teacher, academic performance.