

ности имеет свою систему ценностей и идеалов, собственное мировоззрение, свободно выражает свое мнение и демонстрирует независимость, что свидетельствует о некой взрослости.

Исследование опровергло выдвинутую гипотезу. Было предположено, что травмированный и депривированный уровни по выраженности суверенности будут выявлены у респондентов подросткового возраста, однако, эти уровни преобладают у респондентов юношеского возраста.

Таким образом было выявлено, что у подросткового возраста доминирует умеренная суверенность. Следовательно, можем утверждать, что подростки способны самостоятельно контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основанное на обобщенном опыте успешного автономного поведения. У испытуемых юношеского возраста преобладают три основных типа суверенности, такие как: травмированность, депривированность, умеренная суверенность. Им свойственны признаки умеренной суверенности, а также признаки травмированной и депривированной суверенности, такие как: чувство трудности с признанием права человека на личные вещи, трудности с территориальными границами, имеют проблемы с желанием иметь друзей, доверием и ощущением доверия от других по отношению к себе, отсутствие свободы вкусов и мировоззрения.

#### **Список использованных источников**

1 Валединская, О. Р. Личное пространство человека и возможности его «измерения» / О. Р. Валединская, С. К. Нартова-Бочавер // Психология зрелости и старения. – М.: Лето 2012. – С. 60–77.

**УДК 159.923.2-057.875:364-785.14**

**А. Н. Ерлыгина**

Научный руководитель: А. Н. Захарова, канд. психол. наук, доцент,  
Г. С. Дулина, канд. психол. наук, доцент  
Чувашский государственный университет имени И. Н. Ульянова,  
г. Чебоксары, Российская Федерация

#### **ОСНОВНЫЕ ТРУДНОСТИ ПЕРВОКУРСНИКОВ ПРИ АДАПТАЦИИ К СИСТЕМЕ ВУЗА В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО И СМЕШАННОГО ФОРМАТА ОБУЧЕНИЯ**

*Переход от очного формата обучения к дистанционному, смена дистанционных занятий смешанной формой образования в условия пандемии COVID-19, в совокупности со сменой роли школьника на роль студента, определяет особое внимание к адаптации студентов первого курса. В статье рассмотрены результаты изучения основных трудностей студентов первого курса при прохождении процесса адаптации к вузовской системе в период смены очных, дистанционных и смешанных форматов обучения. Описаны отношения обучающихся к различным сторонам образовательного процесса и структура удовлетворенности условиями обучения.*

*Ключевые слова: адаптация, первокурсники, студенты, вуз, формат обучения, дистанционное образование, трудности адаптации, условия вуза.*

Условия пандемии COVID-19 обусловили стремительно происходящие изменения в образовательной среде всех вузов, в том числе и российских. Переход от очного формата обучения к дистанционному, смена дистанционных занятий смешанной формой образования – все это в совокупности со сменой роли школьника на роль студента со всеми вытека-

ющими обстоятельствами определяет особое внимание к адаптации студентов первого курса. Этим и обусловлен наш интерес к проблеме трудностей, возникающих на пути студентов при адаптации к непривычным условиям при переходе на новую ступень обучения в образовательной среде вуза.

В Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Чувашский государственный университет И. Н. Ульянова» (РФ, г.Чебоксары) разработана и принята Программа адаптации первокурсников, целью которой является преодоление трудностей адаптации первокурсниками в условиях университетского образовательного пространства, оказание психологической помощи в организации деятельности студенческой группы в течение первого года обучения. Работа по эффективной адаптации студентов основывается на регулярно проводящихся исследованиях различных аспектов процесса адаптации в условиях образовательного пространства университета [1, 3, 4, 5, 6], стала одной из неотъемлемых черт корпоративной культуры вуза [2] и психологической поддержки формирования личностной конкурентоспособности студентов [7].

Данное исследование проводилось на базе ЧГУ им. И. Н. Ульянова. Выборка представлена студентами, поступившими на 1 курс обучения в период происходящих в связи с пандемией изменений в сфере образования в виде частых смен форм обучения, в количестве 29 (во втором срезе 36) человек в возрасте от 17 до 24 лет. Из них – 23 (24) девушки, 6 (12) юношей.

Процесс исследования был нацелен на выявление динамики показателей адаптации студентов на протяжении учебного года (в начале первого семестра – в сентябре и в конце второго семестра – в конце мая), сопровождающегося сменой форматов обучения в условиях пандемии COVID 19, и определение качественных различий в прохождении первокурсниками адаптационного периода.

Субъективное представление студентов-первокурсников о наличии проблем с адаптацией выяснялось с помощью вопроса «Есть ли у Вас трудности адаптации к системе обучения в вузе?» (таблица 1). При первом исследовании большинство, вчерашних школьников – 82,8 % ощутили себя адаптированными к новым условиям учебной деятельности, ответы «да» и «не знаю», указывающие на дезадаптацию студентов к вузовской сфере, были получены только от 17,2 % испытуемых. При опросе в конце учебного года только 75 % первокурсников оценили себя адаптированными. 11,1 % заявили о своем дезадаптивном состоянии на момент проведения исследования, и у 13,9 % оказались трудности с данным определением.

**Таблица 1 – Динамика субъективного восприятия адаптированности студентами**

Наименование вопроса анкеты	Варианты ответов	% в сентябре	% в мае
Есть ли у Вас трудности адаптации к системе обучения в вузе?	да	13,8	11,1
	нет	82,8	75
	не знаю	3,4	13,9

Таким образом, доля тех, кто ощущает дезадаптацию к системе вуза, к концу учебного года уменьшилась на 2,7 %. Но и число тех, кто считает, что у них отсутствуют сложности адаптации, снизилось на 7,8 %. Возможно, именно выход на очный формат определило такую динамику: студенты напрямую столкнулись с необходимостью приспособиться не только к отличным от прежних условиям учебной деятельности, но и к средовым и бытовым условиям учебного заведения. Стоит отметить, что процент людей, которым трудно оценить степень своей адаптированности значительно вырос.

Интересны ответы на вопрос «С какими трудностями Вы столкнулись при поступлении в вуз?». Первокурсники оценивали представленные трудности по 5-бальной шкале (таблица 2).

**Таблица 2 – Динамика трудностей адаптации студентов**

Вопрос	Варианты ответов (оценивались по 5-бальной шкале)	М±σ в сентябре	М±σ в мае
С какими трудностями столкнулись студенты-первокурсники при поступлении в вуз?	недостаток свободного времени	2,21 ± 1,66	2,69 ± 1,60
	перегруженность учебными занятиями	1,79 ± 1,40	2,39 ± 1,48
	отсутствие привычного круга общения	2,03 ± 1,88	2,03 ± 1,76
	сложности в привыкании к новой обстановке, новым людям	1,62 ± 1,63	1,69 ± 1,65
	недостаточный уровень довузовской подготовки	1,07 ± 1,22	2,11 ± 1,67
	неумение организовать себя	1,14 ± 1,55	1,78 ± 1,55
	нехватка материальных средств	1,62 ± 1,61	2,11 ± 1,70

Из ответов опрошенных видно, что к числу основных и наиболее часто встречающихся проблем можно отнести: недостаточный уровень довузовской подготовки: 3,4 % – в сентябре, 25 % – в мае (показатель повысился на 21,6 %); нехватка материальных средств: 10,3 % – в сентябре, 27,8 % – в мае (показатель повысился на 17,5 %); перегруженность учебными занятиями: 6,9 % – в сентябре, 22,2 % – в мае (показатель повысился на 15,3 %); недостаток свободного времени: 24,1 % опрошенных в сентябре, 38,9 % – в мае (показатель повысился на 14,8 %); неумение организовать себя: 10,3 % – в сентябре, 16,7 % – в мае (показатель повысился на 6,4 %); сложности в привыкании к новой обстановке, новым людям: 17,2 % – в сентябре, 22,2 % – в мае (показатель повысился на 5 %); проблемы, связанные с отсутствием привычного круга общения: 24,1 % – в сентябре, 25 % – в мае (показатель повысился на 0,9 %).

Итак, все показатели выросли, то есть если сравнивать начало учебного года и конец, то можно отметить, что влияние данных проблем на жизнь студента было наименее заметным при поступлении на 1 курс и наиболее заметным к окончанию первого года обучения. Наиболее остро студенты заметили проблемы, связанные с недостаточным уровнем довузовской подготовки, нехваткой материальных средств, перегруженностью учебными занятиями и недостатком свободного времени. Практически не выявлена разница в показателях, выражающих проблемы, связанные с отсутствием привычного круга общения.

Далее был задан вопрос: «Какие трудности возникают у Вас в учебной деятельности?» Опять же предлагалось оценить предложенные утверждения по 5-бальной шкале (таблица 3).

**Таблица 3 – Динамика трудностей в учебной деятельности студентов**

Вопрос	Варианты ответов (оценивались по 5-бальной шкале)	М±σ в сентябре	М±σ в мае
Какие трудности возникают у Вас в учебной деятельности?	организация самостоятельной работы	1,14 ± 1,36	1,97 ± 1,48
	овладение конкретными приемами учебной деятельности	1,66 ± 1,52	2,22 ± 1,49
	аналитическая обработка информации	1,21 ± 1,26	1,89 ± 1,47
	публичные выступления и в целом построение грамотной и аргументированной речи	2,14 ± 1,57	1,94 ± 1,57
	ориентация в информационной среде вуза	1,79 ± 1,57	1,92 ± 1,50

Наиболее часто указывались трудности, связанные с: аналитической обработкой информации: 3,4 % – в сентябре, 13,9 % в –мае (показатель повысился на 10,5 %); овладением конкретными приемами учебной деятельности: 10,3 % – в сентябре, 19,4 % – в мае (показатель повысился на 9,1 %); организацией самостоятельной работы: 6,9 % опрошенных в сентябре, 13,9 % – в мае (показатель повысился на 7 %); публичными выступлениями и в целом

построением грамотной и аргументированной речи: 13,8 % – в сентябре, 19,4 % – в мае (показатель повысился на 5,6 %); ориентацией в информационной среде ВУЗа: 17,2 % – в сентябре, 19,4 % – в мае (показатель повысился на 2,2 %).

Как видно, все показатели увеличились по прошествии времени. Особенно сильно студентами были прочувствованы трудности, связанные с аналитической обработкой информации и овладением конкретными приемами учебной деятельности.

Удовлетворенность различными сторонами и условиями вуза студентов первого курса следующая (таблица 4): организацией учебного процесса: 65,5 % – в сентябре, 61,1 % – в мае (показатель понизился на 4,4 %); качеством преподавания: 69 % – в сентябре, 63,9 % – в мае (показатель понизился на 5,1 %); отношением с преподавателями: 72,4 % – в сентябре, 61,1 % – в мае (показатель понизился на 11,3 %); отношениями в группе: 75,9 % – в сентябре, 69,4 % – в мае (показатель понизился на 6,5 %); бытовыми условиями в университете: 48,2 % – в сентябре, 63,9 % – в мае (показатель повысился на 15,7 %); условиями питания в университете: 51,7 % – в сентябре, 50 % – в мае (показатель понизился на 1,7 %); условиями для полноценного досуга: 69 % – в сентябре, 55,5 % – в мае (показатель понизился на 13,5 %); организацией массовых мероприятий: 72,4 % – в сентябре, 66,7 % – в мае (показатель понизился на 5,7 %).

**Таблица 4 – Динамика удовлетворенности студентов**

Вопрос	Варианты ответов (оценивались по 5-бальной шкале)	М±σ в сентябре	М±σ в мае
Удовлетворены ли Вы..?	организация учебного процесса	3,72 ± 1,07	3,67 ± 0,93
	качество преподавания	3,79 ± 1,08	3,78 ± 0,93
	отношения с преподавателями	3,83 ± 1,28	3,75 ± 0,94
	отношения в группе	4,03 ± 1,05	3,92 ± 0,97
	бытовые условия в университете	3,45 ± 1,06	3,75 ± 0,91
	условия питания в университете	3,21 ± 1,45	3,33 ± 1,12
	условия для полноценного досуга	3,76 ± 1,15	3,44 ± 1,13
	организация массовых мероприятий	3,97 ± 1,02	3,81 ± 1,17

Ближе к концу учебного года удовлетворенность студентов повысилась только по показателю бытовых условий в университете. Остальными сторонами жизни в вузе первокурсники стали менее удовлетворенными. Это прежде всего касается условий для полноценного досуга и отношений с преподавателями.

С целью определения субъективного мнения студентов относительно значения проведения мероприятий вуза использовался вопрос «Влияет ли участие в вузовских мероприятиях на адаптацию студентов?». Как видно из таблицы 5, увеличилось число студентов, считающих, что все зависит от самого студента и можно успешно влиться в коллектив и без участия в каких-либо мероприятиях.

**Таблица 5 – Динамика влияния участия в вузовских мероприятиях на адаптацию студентов**

Вопрос	Варианты ответов	% в сентяб- ре	% в мае
Влияет ли участие вузовских мероприятий на адаптацию студентов?	участие в вузовских мероприятиях влияет на адаптацию студентов, дает возможность познакомиться и завести новых друзей	62,0	58,3
	все зависит от самого студента и можно успешно влиться в коллектив и без участия в каких-либо мероприятиях	37,9	41,7
	это ни на что не влияет	0	0

Изучение заинтересованности студентов внеучебной деятельностью показало следующее (таблицы 6,7).

**Таблица 6 – Динамика желания принимать участие во внеучебных мероприятиях**

Вопрос	Варианты ответов (оценивались по 5-бальной шкале)	М±σ	М±σ
		в сентябре	в мае
Я хотел(а) бы принимать участие в следующих мероприятиях...	спортивные	2,10 ± 1,95	1,72 ± 1,83
	культурно-массовые	3,00 ± 1,69	2,56 ± 1,78
	научные	2,66 ± 1,54	2,17 ± 1,50
	общественные	2,90 ± 1,61	2,25 ± 1,73

**Таблица 7 – Динамика желания принимать участие во внеучебных мероприятиях**

Вопрос	Варианты ответов	% в сентябре	% в мае
		Я хотел(а) бы принимать участие в следующих мероприятиях...	спортивные
	культурно-массовые	58,6	58,3
	научные	55,1	41,6
	общественные	58,6	47,2

Наблюдается некоторое уменьшение интереса студентов к внеучебной деятельности. Значительно заметно снижение потребности участвовать в спортивных и научных мероприятиях (разница между показателями в сентябре и в мае в 16,4 % и 13,5 % соответственно).

Для рассмотрения эмоциональной стороны изучаемого вопроса был использован вопрос: «С какими чувствами Вы идете в университет (присутствуете на занятиях)?» (таблица 8). По данным анализа результатов ответов на данный вопрос получилось, что два семестра обучения в вузе повлияло на желание студентов ходить на учебу: значительно увеличилось число тех, кто теперь с радостью ходит в университет (на 13,9 %). Число желающих остаться дома увеличилось незначительно – на 1,4 %.

**Таблица 8 – Динамика эмоциональных аспектов адаптации студентов**

Вопрос	Варианты ответов	% в сентябре	% в мае
С какими чувствами Вы идете в университет? (присутствуете на парах)	бывает по-разному	93,1	77,8
	желаю остаться дома	6,9	8,3
	иду с радостью	0	13,9

Подводя итог, можно отметить, что полученные в ходе исследования результаты подтверждают наличие положительной динамики уровня адаптированности студентов, несмотря на сложности связанные с неожиданной перестройкой учебного процесс и введением дистанционных и смешанных форм обучения в связи с пандемией COVID 19. Об этом свидетельствует уровень субъективного восприятия студентами отсутствия проблем приспособления к образовательной среде вуза, изменение эмоционального отношения у студентов по отношению к вузовской системе.

К наиболее волнующим проблемам студентов относятся трудности, связанные с недостаточным уровнем довузовской подготовки, нехваткой материальных средств, перегруженностью учебными занятиями и недостатком свободного времени. Уровень взволнованности этими вопросами у студентов после выхода на очное обучение значительно повысился. Это можно связать с тем, что очная форма учебы требует от студента более высокой степени включенности в процесс обучения, а дистанционная учеба в домашних условиях позволяет

экономить достаточное количество времени, затрачиваемое на дорогу. Проблемы, связанные с аналитической обработкой информации и овладением конкретными приемами обучения больше остальных повлияли на учебную деятельность. В качестве причины можно допустить то, что очный формат располагает более разнообразным организационно-методическим инструментарием, что так же предъявляет определенные требования к студентам, в том числе и необходимость более серьезной самостоятельной подготовки к занятиям.

Надо отметить, что уровень удовлетворенности студентов повысился только по показателю бытовых условий в университете. Значит при знакомстве со средой учебного заведения у студентов не возникло отклонения в системе соотношения ожидания и реальности в сторону разочарования. В свою очередь, другие стороны жизни в образовательном учреждении стали менее удовлетворять студентов. Здесь, главным образом, надо отметить условия для полноценного досуга и отношения с преподавателями. Можно предположить, что последнее связано с тем, что при онлайн обучении преподавателям в большинстве случаев удастся установить только формальную коммуникацию со студентами. А выход на очное обучение предполагает необходимость включения элементов более непринужденного формата выстраивания взаимоотношений, то есть необходимость изменения привычного паттерна поведения как для преподавателя, так и для студентов.

Некоторое уменьшение желания первокурсников принимать участие в университетских мероприятиях различной направленности, увеличение доли лиц, считающих, что возможно влиться в коллектив и без участия в каких-либо мероприятиях, можно связать с меньшей вовлеченностью студентов во внеучебную деятельность при дистанционном формате обучения, а значит недостаточным знакомством с этой стороной студенческой жизни в вузе, и, как следствие, недооценкой ее значимости.

#### Список использованных источников

1 Ерлыгина, А. Н. Психологическая адаптация студентов первого курса к образовательной среде университета / А. Н. Ерлыгина, А. Н. Захарова, Г. С. Дулина // Сборник научных трудов молодых ученых и специалистов. Т. 2. Чебоксары: изд-во Чуваш. ун-та. – 2021. – С. 175–181.

2 Захарова, А. Н. Корпоративная культура / А. Н. Захарова. – Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та. 2007. – 44 с.

3 Захарова, А. Н. Психологические проблемы адаптации студентов первого курса к условиям вуза / А. Н. Захарова, Г. С. Дулина, С. А. Петунова // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 58-2. – С. 328–332.

4 Особенности психологической адаптации студентов первого курса к условиям образовательной среды вуза / А. Н. Захарова [и др.] // Современные исследования социальных проблем. – 2018. – Т. 9, № 2–2. – С. 90–99.

5 Студент вуза на рубеже 2020-х: перспективы развития личности и здоровья ; под ред. проф. Е. Л. Николаева. – Чебоксары : Изд-во Чуваш. ун-та. – 2021. – 360 с.

6 Methodological guidance of educational monitoring effectiveness / R. A. Kutuev [et al.] // Modern Journal of Language Teaching Methods. – 2017. – Т. 7, № 3. – Pp. 405–410.

7 Psychology of personal competitiveness of students in the system of higher education / N. S. Morova [et al.] // Proceedings of the 30th International Business Information Management Association Conference. – 2017. – Pp. 4460–4468.