

УДК:378:376-054.62

**Зінонос Наталя Олексіївна**  
кандидат педагогічних наук  
старший викладач кафедри вищої математики  
ДВНЗ «Криворізький національний університет»  
м.Кривий Ріг, Україна  
zinosos@i.ua

## АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

**Анотація.** Процес адаптації студентів до навчально-інформаційного середовища ВНЗ – це складний, багаторівневий процес. Успішність навчання студентів напряму залежать від їх адаптації освітньому простору ВНЗ. Мета статті полягає у визначенні існуючих підходів у сучасній науці до поняття адаптації, зокрема адаптації студентів до навчання у ВНЗ України. Стаття присвячена осмисленню процесу адаптації вченими-педагогами. Проведено контент-аналіз поняття «адаптація» з точки зору філософії, педагогіки, психології та соціології. У статті акцентується увага на теоретичних і прикладних аспектах проблеми адаптації, пов'язаних з успішністю навчальної діяльності та формуванням соціально важливих якостей студентів. Широта і актуальність проблематики визначили зміст і структуру пропонованої статті, що включає теоретичні методи дослідження феномена адаптації і розкриває характер соціально-психологічної адаптації особистості в умовах навчання у вищому навчальному закладі. Дослідження виконано в традиціях комплексного і системного підходів і охоплює широке коло проблем адаптації особистості. Результати дослідження: синтезовано означення адаптації до навчання у вищій школі.

**Ключові слова:** адаптація, види адаптації, студенти, адаптації до навчання у вищій школі.

**Вступ** Проблема адаптації студентів до освітнього середовища вищого навчального закладу потребує, перш за все, з'ясування сутності процесу адаптації, як багатогранного феномена. Природничі та суспільні науки, що вивчають людську життєдіяльність в її формах та проявах, як предмет свого вивчення розглядають проблему адаптації людини до навколишнього середовища. Ця проблема викликає інтерес спеціалістів різних галузей, що розглядають людину як суб'єкта діяльності, спілкування, пізнання та досліджують ресурси її пристосування та розвитку. Зміни умов життєдіяльності людини у зв'язку з технологічними, економічними, соціальними та іншими трансформаціями актуалізують увагу до адаптації і зумовлюють її розгляд на сучасному етапі як комплексного явища.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У нашій роботі ми спираємося на дослідження проблеми адаптації студентів до умов вищого навчального закладу вітчизняних науковців (Т.Алексеева, Г.Левківська, О.Научитель, І.Облес, Т.Резнік та ін.).

**Мета** статті полягає у визначенні існуючих підходів у сучасній науці до поняття адаптації, зокрема адаптації студентів до навчання у ВНЗ України.

Проблема адаптації передбачає дослідження біологічних, фізіологічних, соціальних, психологічних та дидактичних особливостей цього процесу. Слід мати на увазі, що жоден з видів адаптації не існує окремо, а розглядається в системі з іншими видами. Адаптація як багатоскладове поняття є предметом вивчення різних наук про людину. Філософія, фізіологія, соціологія, соціальна психологія, педагогіка та інші науки дають своє тлумачення цього поняття. Тому **завданням дослідження** є проведення контент-аналізу поняття «адаптація» з точки зору філософії, педагогіки, психології та соціології. У дослідженні використовувалися теоретичні **методи дослідження**: аналіз філософської, психолого-педагогічної й методичної літератури з проблеми адаптації студентів.

**Виклад основного матеріалу.** В цілому адаптація трактується як процес та результат встановлення співвідношень між особистістю та оточуючим середовищем. Із філософської точки зору адаптація є властивістю, що притаманна усім живим істотам і виявляється в системі їх співвідношень з середовищем життєдіяльності, якщо в ньому виника-

ють будь-які зміни. Початки уявлень про адаптацію були закладені античними філософами Анаксагором (Ἀναξαγόρας), Демокритом (Δημόκριτος), Аристотелем (Ἀριστοτέλης), які для визначення цього явища використовували терміни «гармонія», «пропорція», «ентелехія», «доцільність»]. Пояснюючи сутність феномена адаптації, одні філософи акцентували увагу на взаємному впливі та змінах під цим впливом живих істот та умов їх існування, інші – на особливих механізмах, формах, засобах, які опосередковують взаємодію організмів з умовами їх життєдіяльності як на своєрідних пристосуваннях. Так, спостерігаючи фактори пристосування організмів до умов навколишнього середовища, Аристотель дійшов висновку, що в їх взаємодії існує «всезагальна доцільність». Демокрит зробив висновок, що саме образ життя, діяльності, руху визначає специфіку і різноманіття форм та забарвлення тварин. Анаксагор пояснював, що зміни конституції людини зумовлені впливом їжі, клімату, води та образом її життєдіяльності. Гіппократ наголошував, що людина є природно вплетеною в контекст всіх систем, що утворюють сферу її життя: особливості регіонів та їх характеристик, водних ресурсів та образу життя людей, природних умов, що визначають її поведінку, а також впливають на адаптаційні процеси.

Погляди античних філософів на феномен адаптації були розвинені науковою думкою XVII-XVIII століття. Р. Декарт (René Descartes) використовував термін асоціація по відношенню до поведінки людини та змін поведінки під впливом зовнішнього середовища. К.Г.Юнг (Carl Gustav Jung) вважав, що адаптація означає рівновагу внутрішніх та зовнішніх потреб, які висувають перед людиною досить різні вимоги. Вказуючи, що ідентифікація людини з середовищем може здійснюватися на підставі певної схожості, він розумів під останньою наявність у свідомості людей архетипів, які сприяють встановленню контактів особистості як із зовнішнім середовищем, так і зі своїми власними унікальними психологічними характеристиками. К. Г. Юнг зазначав, що перш ніж ставити за мету індивідуалізацію, потрібно досягти іншої мети виховання, а саме адаптації до мінімуму колективних норм, який є необхідним для існування особистості.

Саме поняття «адаптація» (від латинського

«adaptacio» – пристосування) виникло в біології і в широкому значенні розуміється як пристосування до навколишніх умов існування; у процесі еволюції адаптація забезпечує виживання виду, стійкість до впливу зовнішніх факторів. У працях з адаптаційної проблематики зазначається, що вперше термін «адаптація» використав німецький фізіолог Г.Ауберт (H. Aubert), який застосував його у своїй роботі «Фізіологія сітківки» («Physiologie der Netzhaut») для опису пристосування чутливості органів зору до впливу подразників різної інтенсивності. У цілому же, саме з ідеями Ж.-Б. Ламарка пов'язується початок загальнобіологічного підходу до вивчення проблеми адаптації, яку в даному ракурсі співвідносять з пристосуванням організмів і еволюцією різних форм життя.

Поняття адаптації устаткувалося у науковій термінології до середини ХХ століття і з другої його половини вийшло за рамки біологічної науки та еволюційної теорії і розпочало використовуватися у медицині, психології, соціології, кібернетиці. Використання поняття адаптації в різних предметних галузях призвело до урізноманітнення його значень, пов'язаних, насамперед, з різними видами і формами адаптації людини, межі між якими досить умовні, оскільки детермінуються різними видами його життєдіяльності. У біології адаптацією називають стійкість організму до впливу різних факторів та ступінь виживання виду та популяцій; у фізіології та медицині даним поняттям позначають пристосувальні реакції, перебудову життєдіяльності організму у нормальному та патологічному стані; у філософії дане поняття характеризує загальні закономірності процесу пристосування систем до умов зовнішнього та внутрішнього середовищ; у педагогіці адаптація означає пристосування до навчання та виховання; у психології та соціології адаптація пов'язана з процесом встановлення взаємовідносин між особистістю і соціальним середовищем. Ефективність процесу адаптації характеризується адаптаційною здатністю організму, виду популяції. Під адаптаційною здатністю людини розуміється її здатність пристосовуватися до різних вимог середовища (як соціальних, так і фізичних) без відчуття внутрішнього дискомфорту і без конфлікту з середовищем.

Оскільки і людина, і середовище постійно змінюються, адаптація виявляється фундаментальною основою буття людини. Незважаючи на відмінності між фізіологічною, соціальною, психологічною, дидактичною та іншими видами адаптації, в реальному житті вони взаємопов'язані і виступають аспектами єдиного процесу. Необхідність адаптації людини не лише до середовища, а й соціального оточення, показана Г. Спенсером (Herbert Spencer), який висунув ідею про те, що людський розум позбавлений обмежень, що й забезпечує найбільш адекватне пристосування індивіда до середовища [6]. У процесі адаптації людини до середовища важливим аспектом є досягнення найбільш оптимального, як зазначав Г. Спенсер, адекватного пристосування [6, с. 97]. Іншими словами, важливо досягти певної гармонії з зовнішніми, об'єктивно існуючими вимогами соціуму, щоб своєю поведінкою відповідати загальноприйнятним стандартам.

Більшість психологічних теорій адаптації розглядають її як процес узгодженості, приведення у рівновагу системи «особистість – середовище». Ідея провідної ролі інтелектуальних структур у процесі адаптації розроблялась у теорії когнітивного розвитку Ж.Піаже (Jean Piaget) [3]. За Ж. Піаже розумова діяльність людини розвивається від простої координації рухів до абстрактно-логічних міркувань і фор-

мування на цій основі гіпотез, чим забезпечується розв'язання проблеми адаптації індивіда. Розвиваючи тезу про адаптивну природу інтелекту, Ж. Піаже описує два основні механізми, які сприяють пристосуванню людини до середовища – це асиміляція та акомодация. Асиміляція являє собою сукупність інтелектуальних дій індивіду, спрямованих на включення факторів навколишнього середовища у існуючі у нього когнітивні структури. Акомодация, навпаки, є протилежним процесом впливу середовища на суб'єкт, коли він спрямовує свою діяльність на зміну вже сформованих у нього когнітивних структур відповідно до нових обставин. Адаптація розглядається як рівновага цих двох взаємопов'язаних станів інтелектуальної активності особистості.

Ж. Піаже наголошував, що у життєдіяльності людини ці два процеси відбуваються нерозривно, доповнюючи один одного – асиміляція спрямована на забезпечення цілісності особистості, не зважаючи на дію мінливих умов навколишнього середовища; акомодация забезпечує людині можливість набуття нових рис під впливом середовища і тим самим забезпечує її особистісний розвиток.

За А.Петровським [2] розвиток особистості у відносно стабільному середовищі відбувається через проходження трьох фаз: адаптації, індивідуалізації та інтеграції. Адаптація передбачає активне засвоєння норм і цінностей групи і виступає як рівень зовнішнього опанування відповідними формами і засобами діяльності. Об'єктивна необхідність максимально адаптуватися у колективі (групі) досягається за рахунок суб'єктивно пережитих втрат деяких своїх індивідуальних відмінностей. Фаза індивідуалізації викликана протиріччям між досягнутим результатом адаптації та незадоволенню на першому етапі потребою індивіду у максимальній персоналізації. На цій фазі збільшується пошук засобів і способів для прояву своєї індивідуальності. Інтеграція – заключна фаза адаптації, що детермінується суперечностями між потягом суб'єкта бути ідеально представленим у спільноті своїми особливостями і значущими для нього відмінностями з однієї сторони, і необхідністю групи прийняти, схвалити тільки ті індивідуальні особливості, які їй імпонують та відповідають її цінностям – з іншої.

Отже, адаптація у широкому сенсі визначається як особлива форма відображення людиною систем зовнішнього та внутрішнього середовища, що полягає у тенденції до встановлення з ними динамічної рівноваги. Психологи, розкриваючи зміст явища адаптації, розуміють його, перш за все, як сталий процес активного пристосування до умов соціальної середовища. У дослідженнях соціальної адаптації також є різні підходи до трактування даного поняття. Під соціальною адаптацією розуміють один із механізмів соціалізації особистості, що дозволяє їй включатися у структурні елементи соціального середовища шляхом стандартизації ситуацій, що дає можливість особистості функціонувати в умовах динамічного соціального оточення. Аналіз досліджень соціальної та соціально-психологічної адаптації дозволяє виділити такі основні напрями і тенденції. Згідно інтеракціоністської концепції адаптації, яку розвиває Л. Філіпс (L. Philips), всі види адаптації зумовлені як внутрішньопсихічними факторами особистості, так і зовнішніми факторами середовища. При цьому адаптованість може виражатися двома типами відповідей на вплив середовища: по-перше, прийняття та ефективна відповідь на знайомі фактори, по-друге гнучкість та ефективність при зустрічі з новими умовами, які можуть бути потенційно за-

грозливими, а також здатність, надавати подіям необхідний і бажаний для себе напрям [4]. У цій теорії розуміння адаптації пов'язано з поняттям соціальної активності особистості, що зумовило введення поняття ефективної адаптації. Ефективною адаптацією особистості дослідники називають різновид адаптації, при досягненні якої особистість задовольняє мінімальним вимогам суспільства. При цьому інтеракціоністи розрізняють поняття адаптації та пристосування. Так, Т. Шибутані (Т. Shibutani) зазначає, що адаптація є більш стабільною формою поведінки, у порівнянні з пристосуванням, що «адаптація відноситься до більш стабільних рішень – добре організованим способом долати типові проблеми, до прийомів, які кристалізуються шляхом послідовного ряду пристосувань» [5, с. 78].

Людина також адаптується і до соціального середовища, причому структурою суспільства, частково за допомогою навчання і виховання визначається які форми поведінки індивіду з найбільшою ймовірністю забезпечать успішну адаптацію. У концепції Е. Еріксона (Е. Erikson) визначальним моментом досягнення мети є криза, яка означає джерело сили та недостатність адаптації [1]. Загалом представники цієї концепції описують процес адаптації формулою: конфлікт – тривога – захисні реакції, розглядають конфлікт як один з можливих результатів взаємодії особистості і середовища, що виникає, коли захисні реакції індивіда недостатні, як недостатні і «вчинки» самого середовища. На думку вчених, добре адаптованою буде людина, яка психічно зрівноважена, продуктивна і знаходиться у гармонії з соціальним середовищем. При цьому важливо те, що середовище повинно бути готовим для успішної адаптації особистості. У процесі адаптації активно змінюється як особистість, у якої виникають нові внутрішньоособистісні утворення, що сприяють подальшому розвитку людини, так і середовище, яке набуває характер адаптивного середовища.

Проблема адаптації студентів до навчально-професійної діяльності у вищому навчальному закладі не втрачає актуальності у практиці вітчизняної ви-

щої школи, оскільки в період навчання закладаються основи професіоналізму, формується потреба і готовність до неперервної освіти у мінливих умовах. У цих умовах особливо важливо, щоб студенти активно включилися в процес набуття знань, усвідомлювали, що результати їх навчальної діяльності становляться особистісним надбанням.

При вступі до вищого навчального закладу відбувається зміна середовища життєдіяльності людини, умов та форм організації освітнього процесу, тому особливу вагомість набувають адаптаційні процеси. Вони вимагають активізації всіх механізмів адаптації, яка відбувається: на фізіологічному рівні, в більшості шляхом пристосування (пристосування людини як біологічної істоти до ускладнених умов діяльності, до зовнішньо-предметних умов, що її оточують); на соціальному рівні (входження людини в нове соціальне середовище, прийняття людиною норм та правил життя нової соціальної спільноти, прийняття цієї людини соціальним оточенням), психологічному рівні (відчуття психологічного комфорту від ситуації свого життя, прийняття її як конструктивно значущої, що відкриває подальші перспективи розвитку, впевненість у правильності вибору, задоволення відповідними аспектами нового студентського життя); дидактичному (здатність людини виконувати дії, що складають зміст навчальної діяльності, засвоєння нових дій, подолання вже напрацьованих навичок, які в нових умовах є недоцільними, доцільний розподіл навантаження протягом доби, тижня).

Узагальнення результатів проведеного аналізу надало можливість **зробити наступні висновки**, а саме синтезувати наступне означення: адаптація до навчання у вищій школі – це багаторівневий процес соціально-психофізіологічних і фізіологічних реакцій регуляторних систем організму студента, що протікає під впливом комплексу специфічних факторів: ломка стереотипу школяра, усвідомлення нового статусу, входження в нове соціальне середовище, звикання до нових форм, темпів, методик навчання і спрямований на формування адекватної взаємодії суб'єктів освітнього процесу.

## References

1. Erikson, E.G. (2000). *Detstvo i obshchestvo* [Childhood and Society] (2<sup>nd</sup> ed.). Saint Petersburg: Letniy sad [in Russian].
2. Petrovskiy, A. V. & Yaroshevskiy, M.G. (2009). *Psikhologiya* [Psychology]. Moscow: Akademiya [in Russian].
3. Piaget, Z. (1994). *Izbrannyye psikhologicheskiye trudy* [Selected psychological works]. Moscow: Mezhdunarodnaya pedagogicheskaya akademiya [in Russian].
4. Philips, L. (1968). *Human adaptation and its failures*. New York & London: Academic Press.
5. Shibutani, T. (1999). *Sotsialnaya psikhologiya* [Social psychology]. Rostov na Donu: Feniks [in Russian].
6. Spenser, G. (1997). *Sinteticheskaya filozofiya* [Synthetic philosophy]. Moscow: Nika-Tsentr [in Russian].

## Список використаної літератури

1. Эриксон Э.Г. Детство и общество / Эрик Г.Эриксон; пер. с англ. и науч. ред.: А. А. Алексеев. – 2. изд., перераб. и доп. – СПб.: Лет. сад, 2000. – 415 с. – (Мастерская психологии и психотерапии).
2. Петровский А.В. Психология: [учебник для студентов высших учебных заведений] / А.В.Петровский, М.Г.Ярошевский. – 9-е изд., стер. – М.: Академия, 2009. – 500, [1] с. – (Высшее образование. Классическая учебная книга) (Classicus).
3. Пиаже Ж. Избранные психологические труды / Жан Пиаже; пер. с англ. и фр. / Вступ. статья В.А.Лекторского, В.Н.Садовского, Э.Г.Юдина. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 680 с.
4. Philips L. Human adaptation and its failures / Leslie Philips. – New York & London: Academic Press, 1968. – 291 p. – (Personality and Psychopathology: A series of monograph texts, and treatises).
5. Шибутани Т. Социальная психология / Т.Шибутани; пер. с англ. В.Б.Ольшанского. – Ростов н/Д : Феникс, 1999. – 544 с.
6. Спенсер Г. Синтетическая философия / Герберт Спенсер ; пер. с англ. – К. : Ника-Центр, 1997. – 512 с. – (Познание).

Стаття надійшла до редакції 20.04.2018 р.

Стаття прийнята до друку 25.04.2018 р.

**Зинонос Наталія**  
кандидат педагогічних наук,  
старший преподаватель кафедры высшей математики  
ГВУЗ «Криворожский национальный университет»  
г.Кривой Рог, Украина

### **АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА**

**Аннотация.** Процесс адаптации студентов к учебно-информационной среды вуза - это сложный, многоуровневый процесс. Цель статьи заключается в определении существующих подходов в современной науке к понятию адаптации, в частности адаптации студентов к обучению в вузах Украины. Статья посвящена осмыслению процесса адаптации учеными-педагогами. Проведен контент-анализ понятия «адаптация» с точки зрения философии, педагогики, психологии и социологии. В статье акцентируется внимание на теоретических и прикладных аспектах проблемы адаптации, связанных с успешностью учебной деятельности и формированием социально важных качеств студентов. Широта и актуальность проблематики определяют содержание и структуру предлагаемой статьи, включая теоретические методы исследования феномена адаптации, и раскрывают характер социально-психологической адаптации личности в условиях обучения в высшем учебном заведении. Исследование выполнено в традициях комплексного и системного подходов и охватывает широкий круг проблем адаптации личности. По результатам исследования было синтезировано определения адаптации к обучению в высшей школе.

**Ключевые слова:** адаптация, виды адаптации, студенты, адаптации к обучению в высшей школе.

**Zinonos Natalia**  
Candidate of Pedagogical Sciences, Ph.D.  
Senior Lecturer  
Department of Higher Mathematics  
State University «Kryvyi Rih National University»  
Kryvyi Rih, Ukraine

### **THE STUDENTS' ADAPTATION TO STUDYING AT A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION AS A PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM**

**Abstract.** The process of adapting students to the educational and informational environment of higher educational institutions is a complex, multilevel process. The success of the training of students directly depends on their adaptation in the socio-cultural and educational space of universities. The purpose of the paper is to determine the existing approaches in modern science to the notion of adaptation, in particular students' adaptation to study at higher educational institutions of Ukraine. The key idea of the article is expressed in the title and elaborated in the text. The article is devoted to comprehension of the process of adaptation by scientists and teachers. The analysis of scientific courses from different fields of knowledge has shown that adaptation is viewed by scientists from different angles. The article gives a systemic description of the concept of "adaptation" from the point of view of philosophy, pedagogy, psychology and sociology. The paper focuses on the theoretical and applied aspects of adaptation problems related to the success of educational activities and the formation of socially important qualities of students. The breadth and relevance of the problems were determined the content and structure of the proposed article, which includes theoretical methods of studying the phenomenon of adaptation and reveals the nature of the socio-psychological adaptation of the individual in terms of teaching in higher education institution. The research is carried out in the traditions of complex and systematic approaches and covers a wide range of problems of adaptation of the individual. According to the results of the study the definition of adaptation to higher education was synthesized.

**Key words:** adaptation, types of adaptation, students, adaptation to high school education.