

Адаптация студентов 1–3 курсов бакалавриата / специалитета к университетской жизни

(в НИУ Высшая школа экономики в 2011–2012 учебном году)

[Е. В. Горбунова \(Колотова\)](#)

Магистр социологии, аналитик ЦВМ НИУ ВШЭ

evgorbunova@hse.ru

Аннотация

В работе рассматривается адаптация студентов к вузовской среде. Для анализа используются материалы опросов мониторинга студенческой жизни, проведённых Центром внутреннего мониторинга Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» в ноябре 2011 г. и апреле 2012 г. среди студентов НИУ ВШЭ в Москве. Отмечается, что к третьему курсу студенты адаптируются к стрессу, вызываемому учебной нагрузкой, приспосабливаются к новому социальному окружению (вливаются в студенческую жизнь, пользуются авторитетом у одногруппников). Однако в то же время наблюдается разочарование студентов как в возможностях реализации собственных способностей в вузе, так и в ожиданиях от вуза, что отражается на снижении мотивации к обучению и нарастающем чувстве отчуждения от университета (не ощущают себя частью коллектива, никто не может помочь с разрешением проблем в университете). Результаты могут представлять интерес для исследователей высшего образования, а также руководителей университетов.

Ключевые слова

- адаптация студентов,
- первый — третий курс обучения,
- мониторинг студенческой жизни,
- улучшение внутривузовских условий.

Введение

Первый год обучения в университете является для студента определённым вызовом — ему необходимо приспособиться к новой для него среде, т.е. к организации учебного процесса, требованиям преподавателей, учебной нагрузке, социальному окружению в университете, новым бытовым условиям (часто — к проживанию вдали от родных и совместному проживанию с другими людьми). От успешности его интеграции в данное пространство, как правило, зависит успешность его обучения в вузе (успеваемость, получение знаний, получение диплома).

Адаптация студентов младших курсов к учебному процессу, университету давно изучалась отечественными психологами и педагогами. Большинство из них рассматривают адаптацию студентов к обучению в вузе как один из видов общей адаптации человека, которая понимается, с одной стороны, как приспособление личности к постоянным внешним условиям, с другой — как активное взаимодействие человека и среды, когда личность не только приспосабливается к требованиям окружения, но и воздействует на него, вызывая изменения самой среды [Власова 2009].

Отечественные работы, посвящённые изучению адаптации студента, разнообразны по изучаемым объектам (иностранные студенты, студенты-первокурсники, студенты определённых специальностей), а также по применяемым методикам изучения адаптации. При этом используются как психологические тесты (опросник социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, диагностика самооценки Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина, Тест Вассермана, Тест Г. Айзенка и т.д.), так и различные вопросы, касающиеся субъективной самооценки студентом его приспособления к университету (к примеру, вопрос: Трудно ли Вам было привыкать к студенческой жизни? [Боронина, и др. 2001]). Иногда

для изучения адаптации используются косвенные показатели: мотивация студента к обучению, удовлетворённость обучением и т.д. Встречается также использование проективных методик («Определите Ваш образ в роли студента» [Калуженина 2009]).

Вместе с тем в отечественных исследованиях приспособляемости студентов к вузовским условиям, как правило, не рассматривается динамический аспект адаптации, а именно то, какие изменения происходят на протяжении всего периода обучения студента. Обыденные представления состоят в том, что прошедшее с момента начала обучения время положительно коррелирует с интеграцией студента: с каждым последующим курсом студент всё больше приспособляется в новой среде. Однако среди российских исследований нами не было обнаружено эмпирического подтверждения данного предположения.

В данной работе предпринята попытка изучить, как изменяется адаптация студентов к различным компонентам университетской жизни на протяжении первых трёх лет обучения. Для анализа используются данные двух социологических опросов студентов одного российского вуза (НИУ ВШЭ), проведённых в ноябре 2011 г. и в апреле 2012 г. Полученные результаты позволили получить выводы о том, как протекает процесс приспособления студентов к вузовской среде в социальном, академическом и психологическом аспектах. Эти выводы могут быть полезны для руководителей вузов, заинтересованных в повышении эффективности вузов, привлечении студентов, подготовке высококвалифицированных выпускников и удержании студентов без снижения качества обучения.

Изучение адаптации студентов в российских и зарубежных исследованиях

Тема адаптации студентов к вузу популярна среди отечественных исследователей различных дисциплинарных областей: психологов, педагогов, социологов. Как правило, ими рассматривается адаптация к учебному процессу именно первокурсников, как группы, наиболее чувствительной к новым условиям жизнедеятельности. В таких работах исследуются различные субъективные критерии психологической адаптации: мотивация, удовлетворённость обучением, ощущение тревожности [Калуженина 2009], физическая и психофизиологическая адаптация [Берестнева, Шаропин 2004; Будук-оол, Айзман, Красильникова 2009]. Реже рассматривается учебная адаптация — приспособление студентов к особенностям учебного процесса в вузе. В качестве примера такой работы можно назвать статью А.А. Виноградовой «Адаптация студентов младших курсов к обучению в вузе» [Виноградова 2008]. В ней предлагается типология студентов по уровню их адаптации к учебному процессу, построенная на основе результатов опросов, тестов, бесед с преподавателями и кураторами. Авторами был проведён эксперимент по внедрению различных форм образовательного процесса, ориентированных на адаптацию студентов, на занятиях по математике: индивидуализация самостоятельной работы, в зависимости от

В отечественных исследованиях, как правило, не рассматривается динамический аспект адаптации, а именно то, какие изменения происходят на протяжении всего периода обучения студента.

уровня адаптированности. Фиксация динамики показателей позволила сделать вывод о том, что за два семестра количество неадаптированных студентов сократилось вдвое.

Социальная адаптация часто рассматривается в контексте социализации индивида, т.е. усвоения им определённой системы знаний, образцов поведения, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества [Социализация. Российская социологическая энциклопедия 1998] Считается, что адаптация является одной из сторон социализации, а именно «первой фазой личностного становления индивида, вступающего в относительно стабильную социальную общность» [Власова 2009].

В отечественных исследованиях, как правило, не предпринимается попыток комплексного исследования различных сторон адаптации в отличие от зарубежных исследований (см., например: [Friedlander et al. 2007]). Исследуются либо только психологическая, либо физиологическая, либо учебная адаптация. Мы не обнаружили отечественных работ, в которых бы изучались факторы адаптации. Как правило, в них изучаются различия в уровне адаптации среди различных категорий студентов (по курсам, специальностям обучения, материальному положению) (см., например: [Боронина, Вишневский и др. 2001]). Между тем во многих зарубежных исследованиях изучаются именно факторы адаптации. В только что упомянутой работе Л. Фридландера и его коллег изучается влияние социальной поддержки, самооценки и стресса на адаптацию к университету первокурсников. Полученные авторами результаты эмпирического исследования говорят о том, что эти факторы объясняют от четверти до половины всей вариации, в зависимости от типа изучаемой адаптации [Friedlander et al. 2007]. В другой работе [Hurtado et al. 1996] тестировалось влияние на адаптацию латиноамериканских студентов таких детерминант, как бэкграунд студента (пол, этническая группа, социально-экономический статус, расстояние от дома до колледжа, средний балл в школе), структурные характеристики колледжа (селективность, размер колледжа, тип финансирования, доля студентов-латиноамериканцев среди общей численности), общий «климат» колледжа, поведение студента (проживание в кампусе, объём нагрузки, управление ресурсами, взаимодействие с преподавателями, друзьями, с представителями этнической группы). Авторами был сделан вывод о том, что наибольшую объяснительную силу имеют характеристики восприятия климата колледжа и поведения студентов, в то время как характеристики бэкграунда студента имеют сравнительно небольшую силу в объяснении адаптации студента.

В зарубежных работах зачастую адаптация студента рассматривается в контексте изучения успешности обучения. Например, в работе [Martin et al. 2001] изучается влияние академической эффективности студента и уровня его оптимизма (замеряемых в начале первого учебного года) на его адаптацию, успеваемость, уровень стресса, состояние здоровья, намерение продолжить обучение в вузе (замеряемых в конце учебного года). В работе [Tinto 1975] на основе обобщения результатов эмпирических исследований, а также концептуальной модели феномена самоубийства Э. Дюркгейма проводится теоретическое построение объяснительной модели ухода сту-

В отечественных исследованиях не предпринимается попыток комплексного исследования различных сторон адаптации.

В зарубежных работах зачастую адаптация студента рассматривается в контексте изучения успешности обучения.

дента из университета. Согласно этой модели наиболее важным фактором, определяющим отчисление студента из вуза, является степень интеграции студента в академическую и социальную среду университета.

Среди отечественных работ по изучению адаптации, как правило, объектом исследования является один вуз. Не проводится национальных или межуниверситетских сравнений в силу отсутствия релевантных данных. Среди зарубежных работ некоторые основываются на общенациональных выборках всех студентов или студентов определённой группы. Так, в исследовании [Hurtado et al 1996] исследование проводится на панельной выборке латиноамериканских студентов в США, демонстрирующих академические успехи.

Среди зарубежных работ также встречаются те, которые посвящены динамическому аспекту адаптации. Так, в работе [Friedlander et al. 2007] изучается, как изменения в уровне стресса, самооценке и социальной поддержке влияют на изменения в показателях адаптации между вторым и первым семестром первого года обучения в вузе. Немногочисленные отечественные работы, изучающие динамику адаптационного процесса, как правило, касаются лишь какого-то её аспекта (например, в работе [Степанчикова, Хицова 2006] проводилось изучение психофизиологической адаптации). В настоящей работе будет предпринята попытка проследить изменения в адаптации студентов 1-3 курсов бакалавриата / специалитета в нескольких сферах: социальной, психологической и учебной.

Методология исследования

В исследовании будут рассматриваться три составляющие студенческой адаптации: академическая, психологическая и социальная. Опишем эти виды адаптации, основываясь на их определении в популярном инструментарии Р. Бейкера и Б. Сирика «Student Adaptation to College Questionnaire», используемом для измерения адаптации [Baker, Siryk 1984].

- *Академическая адаптация*: отношение студентов к академической работе, уровень мотивированности студентов выполнять работу, удовлетворённость учебной программой.
- *Социальная адаптация*: вовлечённость в социальную активность, взаимоотношения с одноклассниками, ощущение принадлежности к группе, удовлетворённость социальной средой.
- *Личностно-эмоциональная, психологическая адаптация*: эмоциональное состояние, чувство тревожности, реакция студентов на стресс.

В табл. 1 представлены используемые индикаторы для изучения представленных выше видов адаптации — вопросы двух опросов мониторинга студенческой жизни, проведённых в ноябре 2011 г. и апреле 2012 г. Большая часть этих индикаторов была заимствована из зарубежного исследования «Your First College Year», проводимого исследовательской организацией HERI (Higher Education Research Institute).

Среди отечественных работ по изучению адаптации не проводится национальных или межуниверситетских сравнений в силу отсутствия релевантных данных.

В исследовании будут рассматриваться три составляющие студенческой адаптации: академическая, психологическая и социальная.

Таблица 1

Вопросы, используемые для анализа социальной, академической и психологической адаптации

Типы адаптации	Индикаторы	Шкала индикатора
Социальная адаптация	Оцените Ваше согласие со следующими утверждениями: «В университете я ощущаю себя частью коллектива»	Порядковая: Совершенно не согласен(на) / Скорее не согласен(на) / Скорее согласен(на) / Полностью согласен(на) / Затрудняюсь ответить
	Оцените Ваше согласие со следующими утверждениями: «Я пользуюсь авторитетом у одногруппников»	
	Оцените, насколько часто с момента поступления в университет Вы чувствовали, что не влились в студенческую жизнь?	Порядковая: Никогда / Иногда / Часто / Затрудняюсь ответить
	Оцените Ваши отношения с большинством студентов ВШЭ: одногруппники	Порядковая, 7-балльная: «-3» — враждебные, «0» — нейтральные, «3» — близкие, дружественные
	Оцените Ваши отношения с большинством студентов ВШЭ: однокурсники	
Академическая адаптация	Оцените Ваше согласие со следующими утверждениями: «Я могу полностью реализовать свои способности в университете»	Порядковая: Совершенно не согласен(на) / Скорее не согласен(на) / Скорее согласен(на) / Полностью согласен(на) / Затрудняюсь ответить
	Оцените Ваше согласие со следующими утверждениями: «Большинству преподавателей есть дело до моих достижений в обучении»	
	Оцените, в текущем учебном году как часто Вы присутствовали на семинаре или лекции, но не вникали в материал, не слушали преподавателя	Порядковая: Очень часто / Часто / Иногда / Крайне редко / Никогда / Затрудняюсь ответить
	Оцените, в текущем учебном году как часто Вы приходили на семинар с невыполненным домашним заданием	

Продолжение таблицы см. на следующей странице.

Типы адаптации	Индикаторы	Шкала индикатора
Академическая адаптация	Оцените, в текущем учебном году как часто Вы работали над дополнительными заданиями по курсу, выполнение которых необязательно для получения отличной оценки	Порядковая: Очень часто / Часто / Иногда / Крайне редко / Никогда / Затрудняюсь ответить
Психологическая адаптация	Оцените, насколько часто с момента поступления в университет Вы чувствовали, что никто не может помочь Вам с разрешением каких-либо проблем в университете	Порядковая: Никогда / Иногда / Часто / Затрудняюсь ответить
	Оцените, насколько часто с момента поступления в университет Вы чувствовали, что не в безопасности по дороге на учёбу / с учёбы?	
	Оцените, насколько часто с момента поступления в университет Вы чувствовали, что Вы беспокоитесь о своём здоровье?	
Психологическая адаптация	Оцените Ваше согласие со следующими утверждениями: «Я часто испытываю страх, что меня отчислят из университета»	Порядковая: Совершенно не согласен(на) / Скорее не согласен(на) / Скорее согласен(на) / Полностью согласен(на) / Затрудняюсь ответить
	Оцените Ваше согласие со следующими утверждениями: «Мои ожидания от НИУ ВШЭ оправдались»	
Психологическая адаптация	Оцените, насколько Вы удовлетворены следующими аспектами обучения в НИУ ВШЭ по 5-бальной шкале — отношение преподавателей к студентам	Порядковая: «1» — совершенно не удовлетворен(а) «5» — полностью удовлетворен(а) «3.0.» — затрудняюсь ответить
	Оцените, насколько Вы удовлетворены следующими аспектами обучения в НИУ ВШЭ по 5-бальной шкале — интерес преподавателя к тематике читаемого курса	

Основные задачи настоящей работы состоят в том, чтобы, во-первых, проследить, как меняется адаптация студентов на протяжении первого курса, а во-вторых, проанализировать различия в адаптации студентов различных курсов обучения (первый — третий курс бакалавриата / специалитета). Для их решения в качестве эмпирической базы будут использоваться опросы студентов НИУ ВШЭ мониторинга студенческой жизни (далее — МСЖ), проводившиеся в ноябре 2011 г. и апреле 2012 г. методом сообщения на электронные адреса студентов. В ноябре 2011 г. вопросы про адаптацию студентов задавались только первокурсникам бакалавриата / специалитета (опрошено 782 человека). В апреле 2012 г. вопросы про адаптацию были заданы первокурсникам (опрошено 384 человека), второкурсникам (287 человек) и третьекурсникам, обучающимся на программах бакалавриата или специалитета (266 человек).

Стоит отметить, что для обоих опросов не наблюдается значимых различий выборочной и генеральной совокупности по таким параметрам, как факультет обучения, курс, пол, возраст. Однако в выборке обеих волн исследования представлены студенты, которые имеют более высокую успеваемость (см. табл. 2).

Основные задачи настоящей работы состоят в том, чтобы, во-первых, проследить, как меняется адаптация студентов на протяжении первого курса, а во-вторых, проанализировать различия в адаптации студентов различных курсов обучения.

Таблица 2

Средние значения успеваемости за весь период обучения в генеральной и выборочной совокупности двух волн мониторинга студенческой жизни

Категория студентов		Параметр	Опрос МСЖ (апрель 2012 г.)		Опрос МСЖ (ноябрь 2011 г.)
			Генеральная совокупность	Выборочная совокупность	Выборочная совокупность
Первокурсники бакалавриата	Среднее	7,041	7,543	6,922	7,454
	Стандартная ошибка среднего	0,022	0,051	0,022	0,050
	Количество опрошенных	2526	384	2533	744
Первокурсники магистратуры	Среднее	7,183	7,398	7,104	7,342
	Стандартная ошибка среднего	0,030	0,060	6,922	0,061
	Количество опрошенных	1459	431	6,922	513

Источник: База административных данных НИУ ВШЭ «АСАВ».

Показатели адаптации первокурсника : динамика

В данном разделе будет представлена динамика показателей различных сторон адаптации первокурсников к университетской жизни на выборке студентов первого курса, которые участвовали в обеих волнах исследования: в декабре 2011 г. и апреле 2012 г.

Результаты анализа свидетельствуют о том, что в целом за четыре месяца наблюдается снижение доли тех, кто никогда не испытывал проблем с адаптацией, и увеличение доли тех, кто их стал испытывать иногда или часто (см. рис. 1–2). Это касается всех видов адаптации, хотя значимость различий зависит от конкретных показателей.

Некоторые индикаторы психологической адаптации говорят об усилении тревожности студентов за четыре месяца. Доля беспокоившихся о своём здоровье увеличилась с 68 до 78% (см. рис. 1). Причём возросла доля тех, кто часто беспокоится о здоровье: с 20 до 27%¹. Повысилась и тревожность студентов за свою безопасность: доля тех, кто не чувствует себя в безопасности по дороге на учёбу или с учёбы возросла с 35 до 48%.

Доля студентов, которые иногда или часто чувствуют, что им никто не может помочь с разрешением каких-либо проблем в университете, увеличилась с 40 до 53%. Однако практически не изменилась доля не согласных с тем, что сотрудники учебной части заинтересованы в решении его проблем — в обе волны исследования она оставалась на уровне 26% (см. рис. 2). Стоит отметить также снижение удовлетворённости обучением студентов: практически в 2 раза увеличилась доля тех, чьи ожидания от обучения в НИУ ВШЭ не оправдались: с 8% осенью 2011 г. до 15% в апреле 2012 г.

В целом за четыре месяца наблюдается снижение доли тех, кто никогда не испытывал проблем с адаптацией, и увеличение доли тех, кто их стал испытывать иногда или часто.

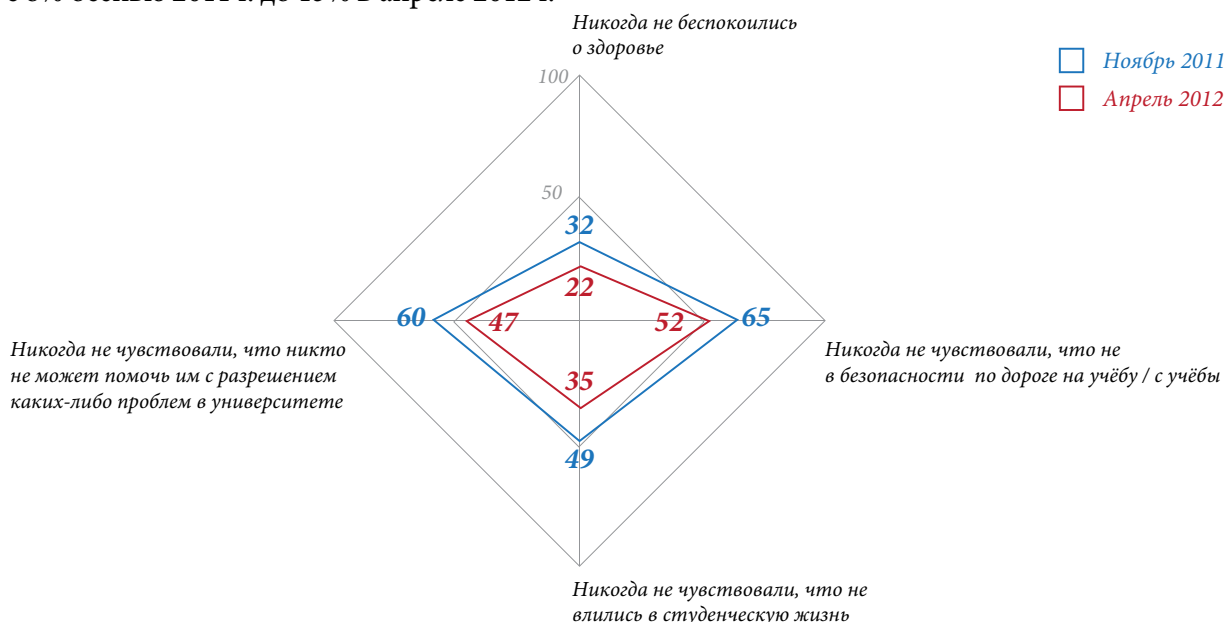


Рис. 1. Динамика распределения ответов студентов первого курса бакалавриата / специалитета на вопрос «Оцените, насколько часто с момента поступления в университет Вы чувствовали, что...»

Примечание: Число ответивших в ноябре 2011 г. составило от 229 до 255 человек, в апреле 2012 г. — от 109 до 259 человек (без учёта тех, кто затруднился ответить).

¹ Эти данные не приведены на графике.

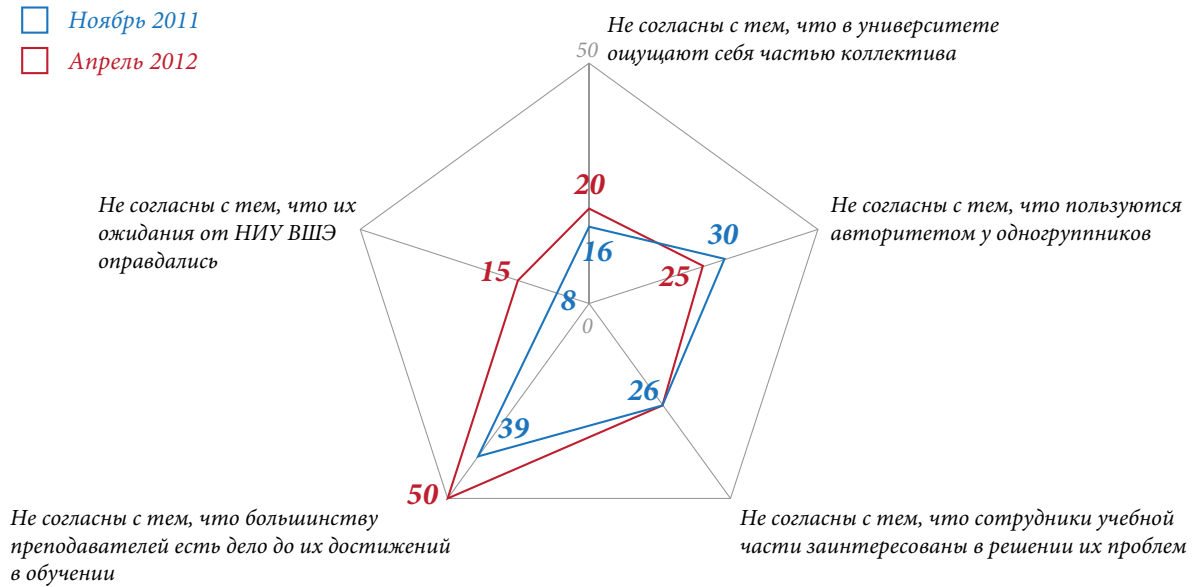


Рис. 2. Динамика распределения ответов студентов первого курса бакалавриата / специалитета на вопрос «Оцените Ваше согласие со следующими утверждениями...» в первом и втором семестре

Несколько ухудшились показатели социальной адаптации. Возросла категория тех, кто чувствует, что не влился в студенческую жизнь: с 51 до 65%. Доля тех, кто ощущает себя в университете частью коллектива, снизилась с 84 до 80%. Однако выросла доля тех, кто чувствует, что пользуется авторитетом у однокурсников: с 70 до 75%.

Академическая адаптация в данном анализе представлена одним индикатором (поскольку не все вопросы про адаптацию задавались в обеих волнах исследования) — самооценка того, интересуются ли преподаватели достижениями студентов в учёбе. Результаты исследования свидетельствуют о том, что возросла доля первокурсников, не согласных с тем, что большинство преподавателей интересуются их достижениями в учёбе: с 39 до 50%. В целом наблюдается ухудшение показателей адаптации студентов к учебному процессу в университете по всем выделенным составляющим. Полученные результаты адекватны и не являются следствием какой-либо случайной ошибки, поскольку проводились на одной и той же выборке студентов, с одинаковой формулировкой вопросов. Мы предполагаем, что ухудшение показателей адаптации студентов к учебному процессу может объясняться возросшей учебной нагрузкой в период с декабря 2011 г. по апрель 2012 г., а также первым опытом сдачи экзаменов и прохождения сессии.

С одной стороны, отмеченные изменения являются закономерными в условиях возросшей учебной нагрузки и прохождения первых трудностей в обучении. С другой стороны, для вуза это может быть серьёзным сигналом о необходимости внутривузовских изменений, направленных на улучшение взаимодействия между преподавателями, сотрудниками учебной части и студентами, улучшение условий для адаптации студента к новому коллективу, учебной нагрузке.

Ухудшение показателей адаптации студентов к учебному процессу может объясняться возросшей учебной нагрузкой в период с декабря 2011 г. по апрель 2012 г., а также первым опытом сдачи экзаменов и прохождения сессии.

Изменение показателей адаптации на протяжении второго и третьего курса обучения

Мы зафиксировали снижение уровня адаптации первокурсников к университету в период с ноября по май первого учебного года. Продолжается ли эта тенденция на протяжении последующего периода обучения или, наоборот, на старших курсах студенты чувствуют себя всё более адаптированными? Приведём статистику ответов на вопросы, касающиеся адаптации, среди студентов первого, второго и третьего курса бакалавриата / специалитета, на основе данных опроса МСЖ, проведённого в апреле 2012 г.

В целом, есть свидетельство того, что наблюдается снижение показателей адаптированности студентов с каждым последующим годом обучения, причём, для всех трёх рассматриваемых нами составляющих адаптации в той или иной степени.

Рисунок 3 демонстрирует ухудшение показателей социальной адаптации: снижается доля тех, кто отметил, что его отношения с большинством одногруппников и однокурсников «Очень дружественные» (7 баллов по 7-балльной шкале). Также достаточно резко снижается доля тех, кто чувствует себя в университете частью коллектива. Однако не наблюдается изменений по такому показателю, как доля полностью согласных с тем, что они пользуются авторитетом у одногруппников. Доля тех, кто часто ощущает, что не влился в студенческую жизнь, несколько увеличивается ко второму курсу, но снижается к третьему году обучения.

Наблюдается снижение показателей адаптированности студентов с каждым последующим годом обучения, причём для всех трёх рассматриваемых нами составляющих адаптации.



Рис. 3. Динамика показателей социальной адаптации студентов по курсам обучения в бакалавриате / специалитете (опрос МСЖ, апрель 2012 г., % ответивших)

Что касается адаптации студентов к учебному процессу, то также наблюдается увеличение значений показателей, свидетельствующих об академической дезинтеграции (см. рис. 4). С первого до третьего курса практически вдвое увеличивается доля тех, кто не согласен, что может реализовать свои способности в университете. Что касается остальных показателей, характеризующих академическое усердие студента, то наблюдается значительная динамика с первого по второй курс, в то время как между второкурсниками и третьекурсниками различий практически не наблюдается. Это касается высказываний о том, что студенты приходят на занятия неподготовленными, не слушают преподавателя во время лекции или семинара, а также не работают над дополнительными заданиями по курсу.

С первого до третьего курса практически вдвое увеличивается доля тех, кто не согласен, что может реализовать свои способности в университете.

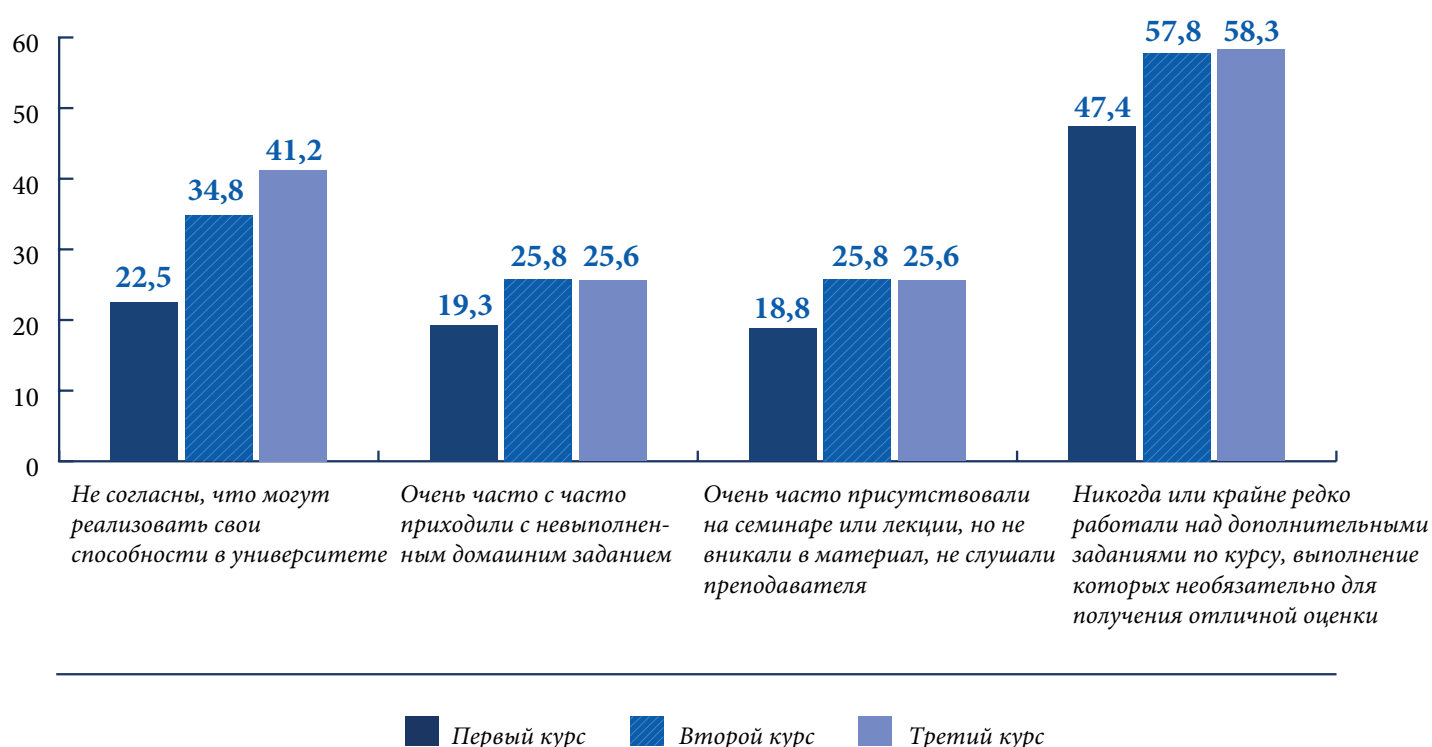


Рис. 4. Динамика показателей академической адаптации студентов по курсам обучения в бакалавриате / специалитете (опрос МСЖ, апрель 2012 г., % ответивших)

Распределение показателей, отнесённых нами к психологической адаптации, отражено на рис. 5–6. Часть из них показывает, что динамика нелинейна: наибольшее напряжение приходится на второй курс обучения, к третьему курсу доля негативных оценок снижается. Это такие показатели, как: часто испытывают страх, что находятся не в безопасности по дороге на учёбу или с учёбы; часто беспокоятся о своём здоровье. Частое ощущение страха отчисления из университета одинаково характерно как для студентов конца первого курса обучения, так и для студентов второго курса. К третьему курсу доля таких мнений резко снижается, что может свидетельствовать об успешной адаптации студентов к университетской жизни.

Динамика показателей тревожности нелинейна: наибольшее напряжение приходится на второй курс обучения, к третьему курсу доля негативных оценок снижается.

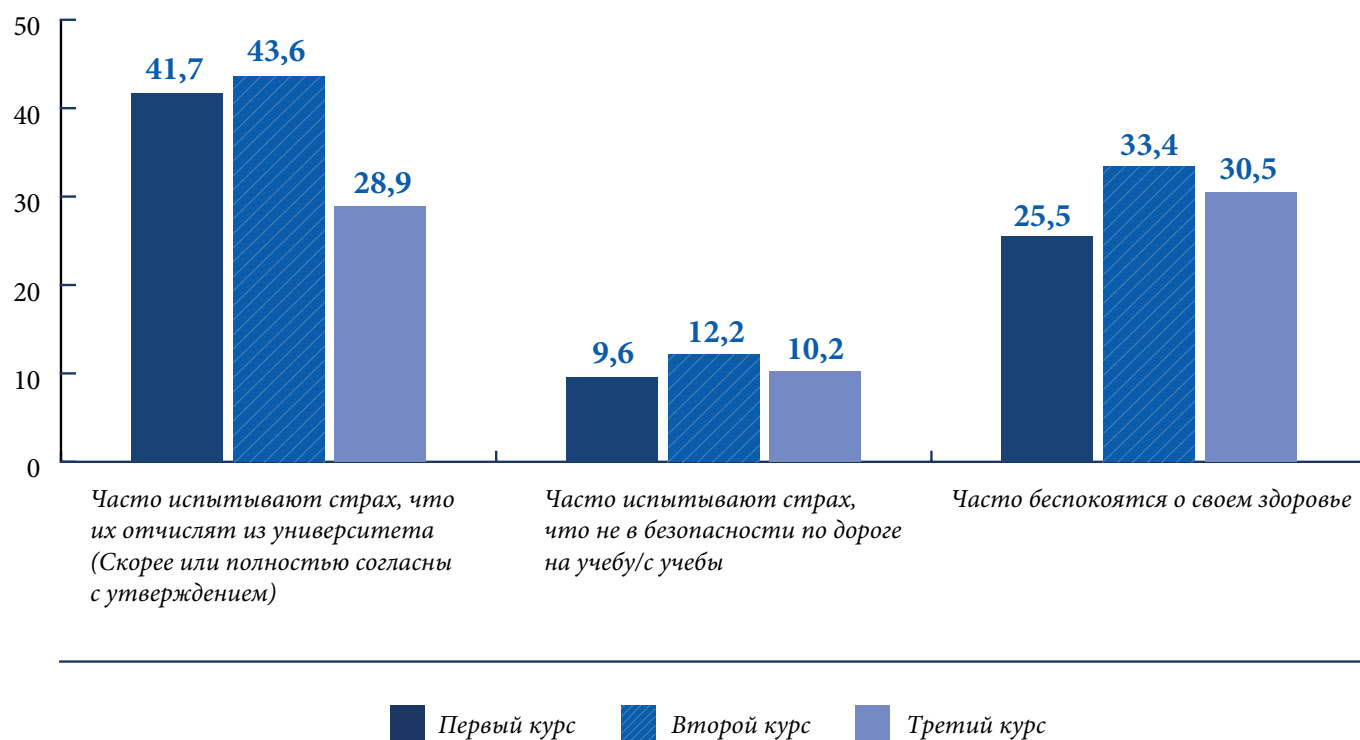


Рис. 5. Динамика показателей психологической адаптации студентов по курсам обучения в бакалавриате / специалитете (опрос МСЖ, апрель 2012 г., % ответивших)

Другая группа показателей психологической адаптированности (удовлетворённости обучением, оправдания ожиданий от университета) свидетельствует о том, что с переходом на последующий курс студенты дают более низкие оценки по этим критериям. Падает доля тех, кто удовлетворён отношением преподавателей к студентам, а также интересом преподавателя к тематике читаемого курса. Снижается доля тех, кто может полностью согласиться с тем, что его ожидания от НИУ ВШЭ оправдались. Также растёт доля тех, кто считает, что никто ему не может помочь с разрешением проблем в университете. Таким образом, удовлетворённость студентов условиями, созданными в университете, к третьему курсу значительно снижается, по сравнению с первым.

Снижается доля тех, кто удовлетворён отношением преподавателей к студентам, а также интересом преподавателя к тематике читаемого курса.

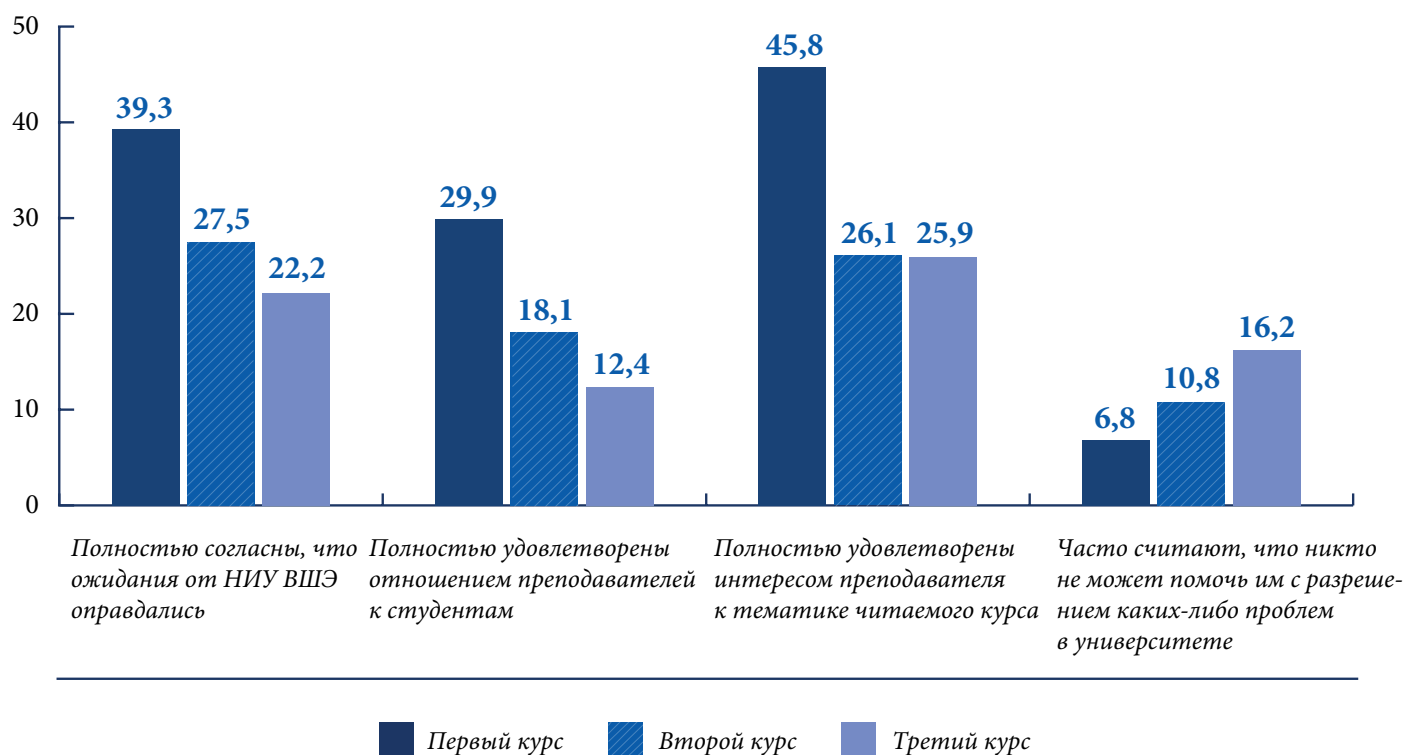


Рис. 6. Динамика показателей психологической адаптации студентов по курсам обучения в бакалавриате / специалитете (опрос МСЖ, апрель 2012 г., % ответивших)

В данном разделе были рассмотрены различия в ответах студентов на вопросы, касающиеся адаптации, по курсам обучения. Ограничение для интерпретации полученных данных в контексте динамики студенческой адаптации состоит в том, что анализ проводился по разным когортам студентов, вследствие чего оценки могли быть смещены. Однако, на наш взгляд, в течение 2009–2011 г. не наблюдалось кардинальных изменений в условиях приёма и условиях обучения в изучаемом вузе, что могло бы повлиять на различия в изучаемых совокупностях. Поэтому результаты исследования отражают влияние года обучения на показатели адаптированности студентов к вузовской среде.

Обсуждение результатов исследования. Как можно улучшить учебный процесс?

Наше исследование выявило тенденцию снижения показателей адаптации первокурсников с конца первого семестра к концу второго семестра первого учебного года в отношении академической, психологической и социальной составляющей. К концу второго семестра увеличивается доля тех, кто чувствует, что не влился в студенческую жизнь, беспокоится о своём здоровье, чувствует, что никто ему не может помочь с разрешением проблем в университете, не чувствует себя в безопасности на дороге. Нарастающее разочарование также касается ожида-

ний относительно НИУ ВШЭ, интереса преподавателей к достижениям студентов.

По некоторым показателям адаптации снижение продолжается и на последующих курсах обучения. Изменение социальной адаптации происходит практически равномерно на протяжении всех трёх курсов обучения. Отношения с одногруппниками, однокурсниками становятся менее дружественными, уменьшается доля тех, кто в полной мере ощущает себя частью коллектива.

Изменения академической адаптации состоят в том, что значительно увеличивается доля тех, кто чувствует, что не может реализовать свои способности в университете. Также снижается мотивированность студентов выполнять академическую работу: уменьшается доля тех, кто работает над дополнительными заданиями, увеличивается доля тех, кто приходит с невыполненным домашним заданием, не слушает преподавателей на лекциях и семинарах. Стоит отметить, что основной скачок в ухудшении учебной адаптации происходит при переходе с первого на второй курс.

Для психологической адаптации направление изменений неоднозначно. Для группы показателей, характеризующих тревожность студентов, пик негативных оценок приходится на второй курс, а к третьему году обучения наблюдается их снижение. Наиболее показателен индикатор страха отчисления из университета: на втором курсе 44% студентов часто испытывают страх отчисления из университета, к третьему курсу их доля снижается до 29%. Таким образом, к третьему году обучения в университете студенты адаптируют своё эмоциональное состояние к испытываемому во время обучения стрессу. Однако в отношении удовлетворённости обучением с каждым последующим годом отрицательные оценки только нарастают. Всё большая доля студентов отмечает, что их ожидания от обучения в данном вузе не оправдались, что они неудовлетворены отношением преподавателей к студентам и интересом преподавателя к читаемым курсам. Нарастает и ощущение собственного бессилия в решении университетских проблем: среди трёхкурсников каждый шестой студент часто чувствует, что никто ему не может помочь с разрешением его проблем в вузе.

С одной стороны, это может рассматриваться как формирование критического отношения к учебному процессу на протяжении обучения, этап взросления студентов, уменьшение эффекта эйфории, свойственного только что поступившим студентам. С другой стороны, все описанные выше индикаторы в той или иной степени касаются адаптации студентов к университету, и их отрицательная динамика говорит о том, что с течением времени приспособление студентов к новой среде не улучшается, а только ухудшается. Происходит и психологическое «отчуждение» студентов: никто не может им помочь с разрешением проблем, увеличивается доля тех, чьи ожидания от обучения не оправдались. Для университета, заинтересованного в удержании мотивированных студентов, это может быть сигналом для более глубокого изучения причин, которые стоят за описанными нами результатами.

Продолжение отмеченной динамики может привести к таким проблемам, как снижение эффективности образовательного процесса, ухудшение

Основной скачок в ухудшении учебной адаптации происходит при переходе с первого на второй курс.

На втором курсе 44% студентов часто испытывают страх отчисления из университета, к третьему курсу их доля снижается до 29%.

успеваемости студентов, снижение лояльности студентов и выпускников, уход студентов из вуза и т.д. Предотвратить такие неприятные для вуза последствия можно с помощью мер, направленных на улучшение адаптации студентов.

Приведём в пример две программы, которые могут усилить интеграцию студентов в вузовскую среду. Одной из них является институт тьюторства. Основная цель тьютора — это сопровождение процесса индивидуального обучения учеников и студентов, посредничество между студентом и преподавателем. В современных университетах роль тьютора сводится к составлению индивидуального учебного плана студента, помощи в выборе курсов, помощи при наличии трудностей в освоении дисциплин. Данный механизм практически не распространён в российских вузах, либо находится в стадии апробации. Рассмотрим программу тьюторства, которая была недавно введена в рассматриваемом нами университете (НИУ ВШЭ) и которая может быть полезна, чтобы помочь студентам адаптироваться к новым для них условиям. Это проект «Тьюторы — студентам», пилотный этап которого был в первой половине 2012 г. реализован в НИУ ВШЭ [URL: <http://psy.hse.ru/tutors>] Эта программа предполагает оказание помощи студентам, которые испытывают проблемы в учёбе или других сферах университетской жизни. В отличие от других программ адаптации студента к вузу (кураторы, студенты старших курсов-консультанты), данный проект основывается на принципе, что основа проблем с обучением — психологическая. Поэтому основная цель тьютора состоит в том, чтобы «выявить проблемы, мешающие учиться студенту, и способствовать их разрешению, при этом ориентируясь на раскрытие потенциала студента»¹. Данный проект объединяет специалистов разного профиля: от студентов (которые помогут разобраться с проблемами учебного характера по дисциплине, очень хорошо им знакомой) до профессиональных коучей (консультантов, которые оказывают помощь в устранении психологических проблем и содействуют повышению результативности индивида в достижении целей, эффективности и качества жизни в любой её сфере). К тому же данная программа имеет следующее преимущество перед традиционным институтом кураторства, существующим в большинстве российских вузов. А именно, отношения между студентом и куратором выстраиваются по-вертикали, поскольку куратор является представителем факультета, в то время как отношения «тьютор — студент» носят горизонтальный характер (что обеспечивает общение студента и тьютора «на равных»). К сожалению, данные программы ещё мало распространены в российских вузах, однако мы считаем, они будут эффективным инструментом адаптации студентов.

Опишем ещё такой механизм адаптации, как «неделя ориентации», существующий в зарубежных вузах. Например, в Университете Стэнфорда она называется «New Student Orientation» и длится пять дней. В течение этого времени организуются социальные мероприятия, направленные на знакомство студентов друг с другом, с жизнью в кампусе, академические мероприятия по планированию учебного плана на первый семестр обучения, знакомству с исследовательской деятельностью на факультете,

Продолжение отмеченной динамики может привести к таким проблемам, как снижение эффективности образовательного процесса, ухудшение успеваемости студентов, снижение лояльности студентов и выпускников, уход студентов из вуза.

Основная цель тьютора состоит в том, чтобы «выявить проблемы, мешающие учиться студенту, и способствовать их разрешению, при этом ориентируясь на раскрытие потенциала студента».

¹ URL: <http://voluntary.ru/dictionary/619/word/socializacija>

старшекурсниками, туры по знакомству с библиотекой университета, компьютерными технологиями, ознакомлению со стратегиями успешного обучения и т.д. Стоит отметить недостаточность подобных институциональных практик в российских вузах. Нам не встречались мероприятия, подобные «неделе ориентации». Вместо этого существуют Дни первокурсника, которые длятся не более одного дня и, как правило, носят развлекательный характер. В отличие от «Orientation week», они не касаются адаптации студента к академическому пространству университета и направлены на социальную интеграцию студента (знакомство со студентами) и знакомство с ценностями университета. Нам кажется, что «неделя ориентации» также могла бы быть эффективной для улучшения процесса адаптации студента ко всем аспектам университетской жизни. В настоящей работе была предпринята попытка рассмотрения, как меняется адаптация студентов на протяжении обучения в вузе на эмпирических данных, полученных в ходе обследования одного российского вуза. Было отмечено ухудшение некоторых показателей адаптации с первого семестра до второго семестра первого курса, а также с первого курса до третьего курса обучения в бакалавриате / специалитете. В связи с этим приобретают актуальность следующие вопросы: почему происходит ухудшение адаптации, какие группы студентов в наибольшей степени подвержены ухудшению адаптации, как адаптированность студента к различным сторонам вузовской жизни (социальная, психологическая, академическая) связана с его успеваемостью? Как наблюдаемая динамика в исследуемом вузе соотносится с положением по данному аспекту студенческой жизни в других российских вузах? Ответ на эти вопросы возможно получить в ходе более глубокого изучения представленных данных, а также с помощью проведения подобных исследований в других вузах.

«Неделя ориентации» также могла бы быть эффективной для улучшения процесса адаптации студента ко всем аспектам университетской жизни.

Литература

1. Берестнева О.Г., Шаропин К.А. 2004. Построение моделей адаптации студентов к обучению в вузе. *Известия Томского политехнического университета*. Т. 307. № 5: 131–135.
2. Боронина Л.Н., Вишневикий Ю.Р., Дидковская Я.В., Минеева С.И. 2001. Адаптация первокурсников: проблемы и тенденции. *Университетское управление*. 4(19): 65–69.
3. Будук-оол Л.К., Айзман Р.И., Красильникова В.А. 2009. Динамика процессов адаптации к обучению студентов, проживающих в дискомфортном климато-географическом регионе. *Физиология человека*. № 4: 103–109.
4. [Вергилий для отстающего](#).
5. Виноградова А.А. 2008. Адаптация студентов младших курсов к обучению в вузе. *Образование и наука*. 3(51): 37–48.
6. Витковская М.И., Троцук И.В. 2005. Адаптация иностранных студентов к условиям жизни и учебы в России (на примере РУДН). *Вестник РУДН*. № 6–7: 267–283.
7. Власова Т. А. 2009. Социально-психологическая адаптация студентов

младших курсов к условиям обучения в вузе. *Вестник ЧГПУ*. № 1: 13–22.

8. Калуженина Т.А. 2009. Субъективные критерии адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе. *Психология в экономике и управлении*. № 2: 95–98.

9. Российская социологическая энциклопедия. 1998. Под общ. ред. акад. РАН Г.В. Осипова. – М.: НОРМА – ИНФРА, 1998.

10. Степанчикова О.Л., Хицова Л.Н. 2006. Половозрастные, физиологические и психические аспекты становления адаптации студентов к учебной деятельности. *Вестник ВГУ: Химия. Биология. Фармация*. № 2: 169–172.

11. Baker R.W., Siryk B. 1984. Measuring Adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology*. 31(2): 179–189.

12. Friedlander L.J., Reid G.J., Shupak N., Cribbie R. 2007. Social Support, Self-Esteem, and Stress as Predictors of Adjustment to University Among First-Year Undergraduates? *Journal of College Student Development*. 48(3): 259–274.

13. Hurtado S., Carter D.F., Spuler A. 1996. Latino Students Transition to College: Assessing Difficulties and Factors in Successful College Adjustment. *Research in Higher Education*. 37(2): 135–157.

14. Martin C.M., Li-tze H., Ben G.F. 2001. Academic Self-Efficacy and First Year College Student Performance and Adjustment. *Journal of Educational Psychology*. 93(1): 55–64.

15. Tinto V. Dropout from Higher Education: A Theoretical Synthesis of Recent Research. *Review of Educational Research*. 1975. 45(1): 89–125.