

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ
К ВУЗОВСКОМУ ОБУЧЕНИЮ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ
КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ**

Джигоева А.Р. – д. пед. н., профессор, профессор кафедры педагогического образования, СОГУ им. К.Л. Хетагурова, Владикавказ, ainadzhioeva@yandex.ru

Джигоева О.Ф. – к. пед. н., доцент, доцент кафедры педагогического образования, СОГУ им. К.Л. Хетагурова, Владикавказ, oksana_felixovna@mail.ru

© Джигоева А.Р., Джигоева О.Ф., 2026

Аннотация. Рассмотрен феномен адаптации студентов-первокурсников к вузовскому обучению, а также процесс его психолого-педагогического сопровождения как средство повышения качества образовательной деятельности высшей школы. Перечислены факторы, негативно влияющие на адаптационный процесс. Охарактеризованы типичные трудности, с которыми сталкиваются студенты первых курсов. Приведен алгоритм организации психолого-педагогического сопровождения данного контингента обучающихся. Сделан вывод о том, что именно продуктивностью реализации адаптационного периода обучающихся во многом определяется их личностное совершенствование и профессиональное становление.

Ключевые слова: адаптация, психолого-педагогическое сопровождение, студенты-первокурсники, учебная деятельность, образовательный процесс, личностное совершенствование, профессиональное становление.

**PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT
FOR THE ADAPTATION OF FIRST-YEAR STUDENTS
TO UNIVERSITY EDUCATION AS A MEANS OF IMPROVING
THE QUALITY OF THE EDUCATIONAL PROCESS
OF HIGHER EDUCATION**

A.R. Dzhioeva – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor of the Pedagogical Education Department, NOSU named after K.L. Khetagurov, Vladikavkaz, ainadzhioeva@yandex.ru

O.F. Dzhioeva – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Pedagogical Education Department, NOSU named after K.L. Khetagurov, Vladikavkaz, oksana_felixovna@mail.ru

Abstract. The phenomenon of first-year students' adaptation to university education, as well as the process of its psychological and pedagogical support as a means of improving the quality of educational activities in higher education, is considered. The factors that negatively affect the adaptation process are listed. Typical difficulties faced by first-year students are described. The algorithm of the organization of psychological and pedagogical support of this contingent of students is given. It is concluded that it is the productivity of the implementation of the adaptation period of students that largely determines their personal development and professional development.

Keywords: adaptation, psychological and pedagogical support, first-year students, educational activities, educational process, personal development, professional development.

В числе приоритетных задач любого учреждения высшего профессионального образования указывается, как известно, психолого-педагогическое сопровождение адаптации студентов-первокурсников к вузовскому обучению. Положительное решение данной проблемы призвано способствовать существенному повышению качества образовательного процесса вуза не только на начальном его этапе, но и в дальнейшем. Поэтому однозначно целесообразным и совершенно необходимым представляется проведение с указанным контингентом обучающихся систематической и планомерной работы, направленной на оказание им помощи в приспособлении к вузовской системе социального взаимодействия, к новым условиям жизнедеятельности, к освоению нового социального статуса, а также предполагающей использование определенных форм и методов обучения и воспитания. Данный вопрос находится в центре внимания целого ряда современных отечественных исследователей: Н.А. Антоновой [1], Э.Т. Карагулян [2], Ю.В. Кобазовой [3], А.Г. Корниловой, С.Ф. Петровой [4], Г.Ю. Лизуновой, Н.М. Заяца, М.А. Бондаренко [5], О.Б. Мартынюк [6], Н.Р. Салиховой, А.Р. Фахрутдиновой [8], В.А. Якунина [9] и др.

Феномен адаптации, согласно определению В.А. Якунина, представляет собой процесс взаимодействия между индивидом и окружающей средой, ведущий к формированию у индивида стратегии и модели поведения в соответствии с изменяющимися условиями данной среды [9]. Этот феномен, выступающий одним из приоритетных в исследовании развивающейся личности и имеющий длительную историю развития, обеспечивает индивиду возможность благоприятного функционирования в непрерывно преобразующихся условиях социального и

образовательного пространства и достижения сбалансированности в системе «человек – среда» [7]. Исходя из этого, считаем, что под **адаптацией студентов-первокурсников к вузовскому обучению** следует понимать процесс их приспособления к новым условиям и требованиям, к новому окружению.

В психолого-педагогическом знании установлены блоки факторов, негативно воздействующих на адаптационный процесс рассматриваемой категории обучающихся и существенно осложняющих его:

1) социологический, представленный возрастными характеристиками обучающихся, принадлежностью каждого из них к определенной социальной общности и типом образовательного учреждения, обучение в котором предшествовало вузовскому;

2) психологический, в состав которого входят интеллектуальные свойства индивида, его личностная направленность, субъективные адаптационные способности и возможности, статус, занимаемый в коллективе;

3) педагогический, представленный уровнем педагогической компетентности преподавательского состава, организацией образовательного пространства и сопровождающей его воспитательной деятельности, материально-технической оснащенностью учебного процесса.

В числе типичных трудностей, с которыми обычно сталкиваются студенты первых курсов, в психолого-педагогическом знании выделяются:

социальные, включающие поиск средств и способов коммуникации, характер взаимодействия со сверстниками и педагогами;

академические, охватывающие новый формат образовательного процесса, новые учебные дисциплины, неизвестные ранее методы промежуточной и итоговой аттестации;

психологические, в состав которых входят повышенное эмоциональное напряжение, чрезмерная озабоченность, нередко вызывающие беспокойство и даже нервозность; переживание состояния обособленности, обусловленного тоской по прежнему жизненному укладу, и, как следствие, затрудненная учебная и социально-психологическая мотивированность.

Как показало эмпирическое исследование, проведенное среди рассматриваемого контингента студентов, более 60 % из них испытывает существенные затруднения, связанные с резкой сменой школьных форм обучения на вузовские. Большинство опрошенных связывают возникающие трудности с непривычным форматом обучения (лекциями, семинарами, коллоквиумами и пр.), новыми образовательными дисциплинами, технологиями аттестации, а также необходимостью самостоятельного изучения довольно большого объема образовательных программ, чего не требовалось в период школьного обучения.

Таким образом, одна из адаптационных проблем первокурсников состоит в организации собственной самостоятельной учебной деятельности. Серьезный дискомфорт вызывает у студентов и повышенная утомляемость, связанная с интенсивной учебной деятельностью. Все это нередко приводит к снижению показателей академической успеваемости. Положение значительно осложняется в период зачетной и экзаменационной сессии, требующей от обучающихся определенного физического и психического напряжения.

При этом следует иметь в виду и воздействие таких факторов, как повышенная интеллектуальная нагрузка, ограниченная двигательная активность, несоблюдение режима дня, интенсивные эмоциональные переживания, вызванные опасением неуспеха на зачете или экзамене, повышение уровня мышечного и психоэмоционального напряжения и, как следствие, возможное развитие стрессовых ситуаций, представляющих опасность для здоровья молодых людей.

Указанные обстоятельства диктуют необходимость систематически использовать здоровьесберегающий подход к реализации образовательного процесса и организации психолого-педагогического сопровождения данного контингента обучающихся, что предполагает применение нижеописанного алгоритма:

- 1) изучение индивидуальных личностных особенностей студентов;
- 2) выявление трудностей, связанных с адаптационным периодом и спецификой интеграции в студенческое сообщество;
- 3) исследование полученной информации, включая анализ и синтез содержащихся в ней факторов;
- 4) разработка предназначенных для преподавателей рекомендаций, направленных на предупреждение и преодоление выявленных проблем;
- 5) организация сотрудничества преподавателей, работающих с первокурсниками, и кураторов соответствующих академических групп в целях повышения психолого-педагогической компетентности;
- 6) проектирование и реализация комплекса адаптивных программ образовательно-воспитательного процесса, ориентированного на работу с первокурсниками;
- 7) организация круглых столов с приглашением сотрудников психолого-педагогических и социологических служб;
- 8) проведение со студентами первых курсов кураторских часов и воспитательских мероприятий, индивидуальных и групповых консультаций, семинаров и тренингов, посвященных различным вопросам их социализации и адаптации к вузовским условиям, а также формированию умений и навыков осуществления конструктивной интерперсональной деловой коммуникации.

Таким образом, со стороны как самих первокурсников, так и представителей педагогического персонала необходимо проявление

заинтересованности в эффективности реализации адаптационного процесса как основы обучения в вузе и залога дальнейшего интеллектуального и личностного развития каждого конкретного индивида. От того, насколько продуктивно проходит период адаптации студента к вузовским условиям, во многом зависят его личностное совершенствование и дальнейшее профессиональное становление.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Антонова Н.А. Адаптация первокурсников к обучению в педагогическом вузе в рамках учебной практики // Вестник практической психологии образования. 2023. Т. 20. № 2. С. 63–78.
2. Карагулян Э.Т. Педагогическое сопровождение адаптации студентов-первокурсников // Молодой ученый. 2018. № 48.1 (234.1). С. 7–8.
3. Кобазова Ю.В. Особенности психологической адаптации первокурсников к образовательной среде института // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 4-1. С. 111–118.
4. Корнилова А.Г., Петрова С.Ф. Социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников в университете // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 62-2. С. 128–130.
5. Лизунова Г.Ю., Заяц Н.М., Бондаренко М.А. Результаты исследования адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе // Мир науки, культуры, образования. 2025. № 3 (112). С. 110–113.
6. Мартынюк О.Б. Готовность первокурсников к изменению образа жизни в связи с поступлением в высшее учебное заведение // Психологическая служба учреждений высшего образования: интеграция учащейся молодежи Республики Крым в социокультурное пространство РФ: коллективная монография / под общ. ред. С.В. Кучеренко. Ялта: РИО ГПА КФУ, 2019. С. 62–88.
7. К вопросу адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу в вузе / Е.В. Новичихина [и др.] // Современные проблемы науки и образования. 2020. № 3. С. 84–92.
8. Салихова Н.Р., Фахрутдинова А.Р. Трудности адаптации первокурсников к обучению в вузе // Вестник РГПУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2021. С. 97–113.
9. Якунин В.А. Педагогическая психология: учебное пособие. СПб.: Полиус, 2006. 648 с.