УДК 378.046.2

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К УСЛОВИЯМ ВУЗА (НА ПРИМЕРЕ КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА)

♦♦♦♦♦

ADAPTATION OF FRESHMEN TO THE UNIVERSITY ENVIRONMENT (A CASE STUDY OF KUBAN STATE TECHNOLOGICAL UNIVERSITY)

Телин ДаниилАлексеевич
студент группы 25-НБ-ТТ2,
факультет нефти газа и энергетики,
Кубанский государственный технологический университет
daniil.telin@mail.ru

Питкин Виктор Александрович
старший преподаватель
кафедры физического воспитания и спорта,
Кубанский государственный технологический университет
irvik25@mail.ru

Аннотация. В данной статье проводится исследование ключевых факторов успешного вхождения студентов-первокурсников в образовательное пространство университета. Центральное внимание уделено комплексному анализу психологических, социально-коммуникативных и дидактических аспектов адаптации. Рассмотрена интегрированная роль кураторской поддержки, психологической службы, наставничества и цифровой инфраструктуры КубГТУ в формировании эффективной среды для личностного и академического развития студентов начальных курсов. Приведены результаты анализа современных научных публикаций по проблемам мотивации, социализации и преодоления дезадаптации в высшей школе.

Ключевые слова: адаптационный период, студент-первокурсник, психологическое сопровождение, учебная мотивация, социальная интеграция.

Telin Daniil Alekseevich
Student of group 25-NB-TT2,
Faculty of Oil, Gas and Energy
Kuban State Technological University
daniil.telin@mail.ru

Pitkin Victor Alexandrovich
Senior Lecturer of the Department
of Physical Education and Sports,
Kuban State Technological University
irvik25@mail.ru

Annotation. This article explores the multi-faceted process of freshmen integration into the university system. The study focuses on the interconnected mechanisms of social, psychological, and pedagogical adaptation implemented at Kuban State Technological University (KubSTU). Key institutional practices, such as tutoring, psychological counseling, peer mentorship, and the use of digital learning ecosystems, are analyzed for their role in mitigating adaptation risks. The research is based on a review of contemporary scholarly works addressing student motivation, socialization, and resilience building in higher education.

Keywords: freshman adaptation, academic integration, psychological adjustment, student support services.

Введение. Успешная интеграция студентов-первокурсников в университетскую среду представляет собой критически важный этап, определяющий дальнейшую академическую успеваемость и профессиональное самоопределение. Данный период сопряжён с кардинальной трансформацией привычного образа жизни: изменением социального окружения, интенсивности и методов учебной деятельности, а также возрастанием уровня личной ответственности. Проблема адаптации приобретает особую остроту в технических университетах, подобных Кубанскому государственному технологическому университету (КубГТУ), где высокие объёмы учебной нагрузки и специфика требований создают дополнительный стрессовый фон для вчерашних школьников.

Теоретические основы адаптации.

В психолого-педагогической науке адаптация понимается как динамичный процесс активного взаимодействия личности с изменяющейся средой, направленный на достижение психологического равновесия и сохранение функциональной эффективности [3]. Применительно к первокурсникам данный процесс носит полиструктурный характер, охватывая эмоционально-волевую, познавательную, социальную и профориентационную сферы. Наибольшие сложности, как отмечают исследователи, возникают в области формирования навыков саморегуляции, поддержания устойчивой учебной

мотивации, выстраивания новых межличностных отношений и управления стрессом [4].

Система адаптационных мер в КубГТУ. Для минимизации проблем адаптации в Кубанском государственном технологическом университете реализуется комплексная программа, включающая:

– Институт кураторства и тьюторского сопровождения учебных групп;

– Специализированные тренинги, направленные на развитие надпрофессиональных компетенций (soft skills);

– Вовлечение студентов в деятельность органов самоуправления и тематических клубов;

– Консультативную помощь со стороны психологической службы и Центра развития карьеры;

– Программу наставничества, в которой задействованы студенты старших курсов [5].

Технологическая составляющая данной системы базируется на использовании цифровых платформ (Moodle, LMS «Цифровой КубГТУ»), интерактивных форматов проведения занятий и методов case-study [6].

Психологический и социальный аспекты. Психологическая адаптация предполагает целенаправленное развитие у студентов стрессоустойчивости, коммуникативной компетентности и навыков эмоциональной регуляции [7]. Для первого семестра характерен повышенный уровень ситуативной тревожности и неуверенности, которые усугубляются в условиях дефицита социальной поддержки [4]. В КубГТУ указанным вопросам уделяется системное внимание: проводятся диагностические исследования уровня адаптированности и мотивации, организуются индивидуальные и групповые консультации психолога.

Современные образовательные методики, такие как модульно-рейтинговая система, проектная и проблемно-ориентированная (PBL) деятельность, активно применяемые в университете, также стимулируют познавательную автономию и ответственность студентов [8; 9].

Социальная вовлечённость признаётся одним из ключевых факторов, ускоряющих процесс адаптации и снижающих риски дезадаптивного поведения. В университете созданы условия для участия в волонтёрских проектах, спортивных секциях, работе студенческого научного общества (СНО) и различных творческих коллективах, что способствует формированию чувства принадлежности и профессиональной идентичности [10].

Модель трёхуровневой социальной интеграции. Эффективность социальной адаптации может быть описана через модель последовательного расширения круга контактов, где каждый уровень характеризуется определённой глубиной взаимодействия и выполняет двойственную функцию – служит ресурсом, но может стать и ограничителем.

Круг 1: Нейтрально-безопасные контакты. На начальном этапе (1–2 недели) взаимодействие носит ситуативный и формальный характер: приветствия, уточнение организационных вопросов, наблюдение за групповыми нормами. Задача – снизить первоначальную напряжённость и ощутить базовую безопасность в новой среде. Однако закрепление только на этом уровне препятствует дальнейшей интеграции.

Круг 2: Деловое (функциональное) взаимодействие. Контакты возникают в рамках общей учебной или внеучебной деятельности: совместное выполнение проектов, обсуждение в рамках семинаров, участие в рабочих собраниях. Это позволяет строить отношения, минимизируя личностные риски, и является мостом к более глубоким связям. Длительное пребывание в рамках только делового общения может привести к эмоциональной отстранённости.

Круг 3: Значимые социальные связи. Формируются на основе общих интересов, ценностей и взаимного доверия. Студент принимает активную роль в микрообществах (как организатор, эксперт, инициатор). На этом уровне возникает поддерживающая дружеская среда, однако здесь же присутствуют и риски более глубоких эмоциональных переживаний и конфликтов. Управление адаптацией, таким образом, заключается в гибком перемещении между этими уровнями в зависимости от ситуации и личных потребностей студента.

Заключение. Процесс адаптации первокурсников в КубГТУ представляет собой комплексную систему, затрагивающую учебную, психологическую и социальную сферы. Её результативность напрямую зависит от слаженного взаимодействия всех участников образовательного процесса: преподавательского состава, кураторов, психологов, наставников и самих студентов. Создание многоканальной поддерживающей среды является основополагающим условием для успешной академической и личностной реализации обучающегося в стенах университета.

Литература

1. Абдурахманова А.М. Психологическая адаптация студентов. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36692343
2. Официальный сайт КубГТУ. Программа поддержки студентов первого курса. – URL : https:// kubstu.ru
3. Кулагина И.Ю. Психология развития. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26232011
4. Питкин В.А. Адаптация студентов первого курса медицинского колледжа. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 7(221). – С. 249–254.
5. Бодров В.А. Психофизиология адаптации человека. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22521457
6. LMS «Цифровой КубГТУ». Электронная образовательная среда. – URL : https://lms.kubstu.ru
7. Реан А.А. Психология личности и адаптации. – URL : https://elibrary.ru/item.asp?id=42385412
8. Панфилова А.П. Интерактивные технологии обучения. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20398761
9. Кондаков А.М. Проектное обучение как средство адаптации студентов. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22412112
10. Харламов И.Ф. Педагогика и социализация студентов. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=11094862

References

1. Abdurakhmanova A.M. Psychological adaptation of students. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36692343
2. Official website of KubSTU. First-year student support program. – URL : https:// kubstu.ru
3. Kulagina I.Yu. Developmental psychology. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26232011
4. Pitkin V.A. Adaptation of first-year students of medical college. Scientific notes of P.F. Lesgaft University. – 2023. – № 7(221). – P. 249–254.
5. Bodrov V.A. Psychophysiology of Human Adaptation. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22521457
6. LMS «Digital KubSTU». Electronic Educational Environment. – URL : https://lms.kubstu.ru
7. Rean A.A. Psychology of Personality and Adaptation. – URL : https://elibrary.ru/item.asp?id=42385412
8. Panfilova A.P. Interactive Learning Technologies. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20398761
9. Kondakov A.M. Project-based learning as a means of student adaptation. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22412112
10. Kharlamov I.F. Pedagogy and socialization of students. – URL : https://www.elibrary.ru/item.asp?id=11094862