

УДК 159.922

DOI: 10.34670/AR.2023.76.52.026

Анализ проблемы адаптации студентов С ОВЗИ (на примере МГТУ им. Н.Э. Баумана)

Пятибратова Инна ВикторовнаКандидат психологических наук,
доцент,Московский государственный технический университет
им. Н.Э. Баумана (национальный исследовательский университет),
105005, Российская Федерация, Москва, 2-я Бауманская ул., 5;
e-mail: pjatibratovi@mail.ru**Кастров Алексей Юрьевич**Кандидат медицинских наук,
доцент,Московский государственный технический университет
им. Н.Э. Баумана (национальный исследовательский университет),
105005, Российская Федерация, Москва, 2-я Бауманская ул., 5;
e-mail: aukastrov@bmstu.ru**Алексина Татьяна Владимировна**

Преподаватель,

Московский государственный технический университет
им. Н.Э. Баумана (национальный исследовательский университет),
105005, Российская Федерация, Москва, 2-я Бауманская ул., 5;
e-mail: alexsina_tatyana@mail.ru

Аннотация

Основное внимание авторы статьи уделяют проблеме адаптации студентов-первокурсников с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (далее ОВЗИ). к вузу. Рассматриваются основные сложности в процессе адаптации и варианты помощи, которые можно использовать на занятиях по Адаптивной физической культуре (далее АФК) со студентами с ОВЗИ. Важное значение приобретает формирование ценностного отношения к своему здоровью для студентов с ОВЗИ, поэтому для их социальной адаптации в системе высшего профессионального образования требуются поиски новых идей и технологий. В связи с этим, особое значение в высших учебных заведениях отводится занятиям по адаптивной физической культуре. Проведенный теоретико-методологический анализ адаптации студентов к вузу, позволил выявить основные проблемы адаптации — первокурсников, рассмотреть существующие варианты помощи вновь поступившим в адаптации. Анализ проблемы адаптации студентов к обучению в вузе помогает понять основные аспекты, которые могут повлиять на процесс адаптации и

определить потребности студентов. Более детальное исследование и практические исследования могут помочь разработать эффективные программы и стратегии для поддержки обучающихся в их адаптации к учебной среде в вузе.

Для цитирования в научных исследованиях

Пятибратова И.В., Кастров А.Ю., Алексина Т.В. Анализ проблемы адаптации студентов с ОВЗИ (на примере МГТУ им. Н.Э. Баумана) // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 8А. С. 202-208. DOI: 10.34670/AR.2023.76.52.026

Ключевые слова

Адаптация, здоровье, обучающиеся, образование, здоровый образ жизни, ОВЗИ, адаптивная физическая культура.

Введение

Среди проблем высшей школы в настоящее время следует выделить вопрос, связанный с трудностями первого года обучения студентов с ОВЗИ. Система современного высшего образования предполагает активное воспитание жизненной позиции используя, воспитательные мероприятия и учебный процесс. Активная гражданская позиция и здоровый образ жизни показывает насколько здоров студент физически. Это является маркером его отношения к будущей работе, семье и обществу в целом. Моральными и социальными установками нынешних студентов определяется будущее государства и профессиональное будущее специалиста. Одни обучающиеся легко приспосабливаются к новым требованиям, другие, напротив, испытывают множество трудностей на первом году обучения. Главной целью обучающегося первого курса становится овладение способами и приёмами учебной деятельности, принятие для себя нового социального статуса.

При поступлении в вуз, происходит переоценка не только мировоззрения, но и поведения, мышления, деятельности. Оказавшись в новой для себя ситуации, обучающийся начинает осознавать проблемы, которые у него возникают: Для МГТУ им. Баумана на передний план выходит проблема учебной адаптации студентов, одной из разновидностей социальной адаптации. От успешности учебной адаптации на младших курсах вуза во многом зависят успешность обучения, будущая профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста [Стамова, Сикачева, 2009].

Основное содержание

На основании Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" обучающийся с ограниченными возможностями здоровья - физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий [Авдиенко, 2007]. В соответствии с Федеральным законом от 24 ноября 1995 N 181-ФЗ (ред. от 29.11.2021). "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" инвалид – это лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами,

приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты [Алёхин, 2008]. Поэтому для эффективной адаптации, реабилитации и абилитации студентов с ОВЗИ в системе высшего профессионального образования требуются поиски новых методов работы.

На кафедре «Физического воспитания» МГТУ им. Н.Э. Баумана методической комиссии «Адаптивной физической культуры» в Центре Здоровья и психологической поддержки студентов одним из важнейших направлений работы является деятельность по оказанию психологической помощи и поддержки первокурсников в эффективной адаптации к жизни и учебе в вузе.

Способность адаптироваться, преодолевать трудности, найти свое место в вузе является решающим фактором успешного развития молодого человека, а в будущем — специалиста с высшим образованием. Поэтому начальный этап обучения в высшем учебном заведении связан с перестройкой сложившихся стереотипов, привычек школьника, необходимостью изменять своё поведение и деятельность. Под адаптацией – в психологии в широком смысле понимается приспособление личности к социальной среде, в том числе к условиям труда, профессиональным требованиям, морально-психологической атмосфере в коллективе. (лат. *adaptare*) – приспособление к реальным условиям. Чем выше уровень адаптации, тем надежнее система, тем выше степень ее выживаемости и эффективности. Следует рассматривать академическую, психологическую и социально-бытовую адаптацию.

Психологическая адаптация- подразумевающая под собой умение справляться со стрессом, преодолевать появляющийся дискомфорт, нахождение своего места в коллективе и. т.д. Благоприятная психологическая адаптация позволяет обучающемуся успешно справляться с учебными нагрузками.

Академическую адаптацию будем считать успешной, если студент в течение первых двух лет обучения приобретает необходимые теоретические и практические знания и навыки, в том числе, навык самоорганизации.

Социально-бытовая адаптация студента, состоящая из обязательной социальной части и дополнительной бытовой. Однозначного определения термину «социальная адаптация» нет. Известно, что в процессе социальной адаптации взаимодействуют две системы: личность индивида и окружающий его социум. В процессе адаптации личность может воздействовать на социум, пытаясь внести в него изменения (т.н. активная адаптация), или личность не оказывает влияния на окружающую среду, а подчиняется ее нормам и требованиям (пассивная). [Прачук, 2014]

Понятие *бытовой адаптации* чаще затрагивает тех студентов, которые на время обучения заселяются в общежитие или снимают жилье. Для них это становится одним из первых и серьезных шагов во взрослую, самостоятельную жизнь. Теперь они сами должны научиться жить и коммуницировать с соседями по комнате, поддерживать порядок, следить за своим внешним видом, за своевременным питанием, самостоятельно планировать бюджет и т.д.

Программа адаптации студентов с инвалидностью к вузу должна быть основана на индивидуальных потребностях каждого студента и предложить поддержку в различных аспектах их образования и жизни. Поддержка и сотрудничество преподавателей, университетского персонала и психологов Лаборатории психологической поддержки МГТУ им. Н.Э. Баумана играют ключевую роль в успешной адаптации и интеграции студентов с инвалидностью в университетскую среду.

Адаптация студентов к обучению в вузе – это сложный процесс, который может вызывать

ряд проблем и вызовов. Вот некоторые проблемы адаптации студентов к учебной среде в вузе, которые мы можем выделить:

1. Культурный контекст: студенты, поступающие в вуз, могут столкнуться с культурными различиями, отличиями в академической атмосфере и условиях обучения. Это может вызывать дискомфорт и затруднения в их адаптации. Например, студенты из разных стран или регионов могут иметь различные представления об учебном процессе и академических требованиях.

2. Уровень требований: высокие требования в университете по сравнению с предыдущим уровнем образования (например, школой) могут представлять трудности для студентов. Новые методики обучения, большой объем учебного материала, сложные задания и экзамены могут вызывать перегрузку информацией и стресс. Это может привести к ухудшению академических результатов и недостаточной мотивации у обучающихся с ОВЗИ.

3. Учебные навыки: обучающимся с ОВЗИ может не хватать определенных учебных навыков, которые необходимы для успешного обучения в вузе. Это может включать умение самостоятельно планировать время, анализировать информацию, организовывать и структурировать письменные работы или эффективно учиться на лекциях. Недостаток таких навыков может создавать трудности в усвоении учебного материала и выполнении заданий.

4. Социальная адаптация: вуз может быть социально и культурно разнообразным местом, где студентам может быть трудно найти свое место и установить социальные связи. Они могут столкнуться с проблемами адаптации в новой среде, чувствовать себя изолированными или неуверенными в социальных взаимодействиях. Это может оказывать негативное влияние на их самооценку и общую удовлетворенность учебной средой. Этот аспект особенно чувствителен для обучающихся с ОВЗИ.

5. Финансовые проблемы: студенты могут столкнуться с финансовыми трудностями, особенно если они должны платить за учебу, проживание или другие расходы. Это может создать дополнительное напряжение и стресс, а также ограничить доступ к ресурсам и возможностям, которые помогут им успешно адаптироваться и учиться.

На кафедре «Физического воспитания» Методической комиссии «АФК» и Лаборатории психологической поддержки студентов (ЛППС) применяются технологии, которые помогают студентам с ОВЗИ адаптироваться к вузу. Вот некоторые из них:

- психологическое консультирование и поддержка. Специалисты ЛППС предоставляют индивидуальную и групповую поддержку студентам, помогая им разобраться в своих чувствах, проблемах и стрессах, связанных с адаптацией к вузу. Они предлагают стратегии управления стрессом, улучшения навыков обучения и коммуникации.
- проведение психологических тренингов, семинаров, чтобы помочь студентам с ОВЗИ развивать навыки саморефлексии, управления своими эмоциями, общения и учебной эффективности. Различные коммуникативные тренинги ассертивного поведения и тренинги эффективного общения, которые входят в адаптационные мероприятия, направлены на развитие способности к саморегуляции. Использование социально-психологических тренингов помогает в снятии эмоционального напряжения, преодолении коммуникативных барьеров, в получении навыков эффективного общения, а также в формировании здорового образа жизни. И как следствие, помогает решать проблему адаптации студентов. Эти программы обучают студентов основным психологическим принципам и навыкам, которые помогают им успешно адаптироваться к учебной среде вуза [Пятибратова, Худышева, 2015].
- поддержка «равный-равному», где более опытные студенты старшекурсники помогают

новым студентам адаптироваться к учебе, жизни в вузе и решать возникающие проблемы. Обучающиеся могут поделиться собственным опытом, дать советы и направить новых студентов на ресурсы и поддержку.

- социально-психологическое тестирование, которое помогает обучающимся лучше понять свои личностные особенности, типы интеллекта и предпочтения обучения. Это обеспечивает студентам возможность выбирать эффективные стратегии поведения, а также осознавать свои сильные и слабые стороны;
- социальные мероприятия: В МГТУ им. Н.Э. Баумана, таким мероприятием является физкультурно-оздоровительная и патриотическая программа «10000 шагов! 1000 движений!»;
- моделирование ситуаций (экзаменационных, конфликтных, проблемных и т.д.) аутогенная тренировка, сеансы обучения навыкам саморегуляции эмоционального состояния для студентов с низким уровнем эмоционально-волевой регуляции;
- ориентационные мероприятия: в начале учебного года проводятся ориентационные мероприятия, на которых студенты знакомятся с учебными корпусами, правилами вуза, а также со своими кураторами и руководителями факультетов. Это помогает студентам ощутить себя частью учебного сообщества и легче включиться в учебный процесс, что особенно актуально для студентов с ОВЗИ.

Эти психологические технологии существенно помогают обучающимся с ОВЗИ адаптироваться к вузу, успешно обучаться и развиваться как личности. Однако важно понимать, что каждый студент уникален, и подход к адаптации может отличаться. Поэтому в случае необходимости мы рекомендуем всем студентам обращаться в Лабораторию психологической поддержки МГТУ им. Н.Э. Баумана для получения конкретной поддержки и рекомендаций, соответствующих индивидуальным потребностям и ситуации обучающегося.

В контексте темы адаптации обучающихся с ОВЗИ мы показали комплексную работу всех структур вуза. Если учитывать и прогнозировать все составляющие по организации, обеспечению и анализу процесса адаптации студентов с ОВЗИ можно быть уверенным в эффективном овладении учебной программой и профессиональными навыками.

Заключение

Таким образом, эффективно организованная работа является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека и как будущего специалиста. Анализ проблемы адаптации студентов с ОВЗИ к обучению в вузе помогает понять основные аспекты, которые могут повлиять на процесс адаптации и определить потребности студентов. Более детальное исследование и практические исследования могут помочь разработать эффективные программы и стратегии для поддержки студентов с ОВЗИ в их адаптации к учебному процессу в вузе.

Библиография

1. Авдиенко Г.Ю. Влияние мероприятий психологической помощи студентам в начальный период обучения на успешность адаптации к образовательной среде вуза // Вестник психотерапии. - 2007. - № 24. - С. 8-14.
2. . Алёхин И.В. Изменение условий подготовки студентов высших учебных заведений и их адаптации в условиях трансформации российского общества // Вестник Башкирского университета. - 2008. - № 2. - С. 366-368.
3. Колмогорова Л.А. Особенности мотивации учения и адаптации студентов-первокурсников с различными типами профессионального самоопределения // Мир науки, культуры, образования. - 2008. - № 4. - С. 100-103.
4. Костенко С.С. К вопросу о внутриличностных факторах саморазвития студентом компетенции

- жизнеутверждающей адаптации // Высшее образование сегодня. - 2008. - № 8. - С. 36-38.
5. Стамова Л.Г., Сикачева Ю.М. Влияние повышенной двигательной активности на адаптацию к обучению и здоровье студентов // Культура физическая и здоровье. - 2009. - № 3. - С. 15-17.
6. Прачук С.Ю. Сущность социальной адаптации подростков, 2014 [Электронный ресурс] <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-sotsialnoy-adaptatsii-podrostkov>
7. Пятибратова И.В. Худышева М.К. Проблема адаптации студентов к обучению и пути ее решения в МГТУ им. Н.Э. Баумана.- М. «Живая психология» №3 – 2015, С.279-284
8. Томкив Е.Л. Взаимосвязь социальных значений и ценностей: к проблеме социальной адаптации личности студента // Современные гуманитарные исследования. - 2008. - № 4. - С. 185-187.
9. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (п. 16 ст. 2 ФЗ №273).
10. Федеральным законом от 24 ноября 1995 N 181-ФЗ (ред. от 29.11.2021). "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" (статья 1).
11. Чернова О.В., Сячин М.В. Социально-культурные аспекты адаптации студентов на разных этапах обучения // Вестник Кемеровского государственного университета. - 2008. - № 4. - С. 65-74.

Analysis of the problem of adaptation of students with disabilities (using the example of Bauman MSTU)

Inna V. Pyatibratova

PhD in Psychology,
Bauman Moscow State Technical University,
105005, 1, 5, Vtoraya Baumanskaya str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: pjatribratovi@mail.ru

Aleksei Yu. Kastrov

PhD in Medical Sciences, Associate Professor,
Bauman Moscow State Technical University,
105005, 1, 5, Vtoraya Baumanskaya str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: aukastrov@bmstu.ru

Tat'yana V. Aleksina

Lecturer,
Bauman Moscow State Technical University,
105005, 1, 5, Vtoraya Baumanskaya str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: alexsina_tatyana@mail.ru

Abstract

The authors of the article focus on the problem of adaptation of first-year students with disabilities and disabilities (hereinafter referred to as HID). to the university. The main difficulties in the adaptation process and assistance options that can be used in Adaptive Physical Education (hereinafter AFK) classes with students with disabilities are considered. The formation of a value-based attitude towards their health for students with disabilities becomes important, therefore, for their social adaptation in the system of higher professional education, a search for new ideas and technologies is required. In this regard, special importance is given to classes in adaptive physical

culture in higher educational institutions. The theoretical and methodological analysis of students' adaptation to university made it possible to identify the main problems of adaptation of first-year students, and to consider existing options for helping new entrants adapt. Analysis of the problem of students' adaptation to studying at a university helps to understand the main aspects that can affect the adaptation process and determine the needs of students. More detailed research and case studies can help develop effective programs and strategies to support students as they adapt to the college learning environment.

For citation

Pyatibratova I.V., Kastrov A.Yu., Aleksina T.V. (2023) Analiz problemy adaptatsii studentov S OVZI (na primere MGTU im. N.E. Baumana) [Analysis of the problem of adaptation of students with disabilities (using the example of Bauman MSTU)]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (8A), pp. 202-208. DOI: 10.34670/AR.2023.76.52.026

Keywords

Adaptation, health, students, education, healthy lifestyle, general physical education, adaptive physical culture.

References

1. Avdienko G.Yu. The influence of psychological assistance measures for students in the initial period of study on the success of adaptation to the educational environment of the university // *Bulletin of Psychotherapy*. - 2007. - No. 24. - pp. 8-14.
2. Alekhin I.V. Changing the conditions of training students of higher educational institutions and their adaptation in the conditions of transformation of Russian society // *Bulletin of Bashkir University*. - 2008. - No. 2. - pp. 366-368.
3. Kolmogorova L.A. Features of motivation of teaching and adaptation of first-year students with different types of professional self-determination // *The world of science, culture, education*. - 2008. - No. 4. - pp. 100-103.
4. Kostenko S.S. On the question of intrapersonal factors of student's self-development competence of life-affirming adaptation // *Higher education today*. - 2008. - No. 8. - pp. 36-38.
5. Stamova L.G., Sikacheva Yu.M. The influence of increased motor activity on adaptation to learning and health of students // *Physical culture and health*. - 2009. - No. 3. - pp. 15-17.
6. Prachuk S.Yu. The essence of social adaptation of adolescents, 2014 [Electronic resource] <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-sotsialnoy-adaptatsii-podrostkov>
7. Pyatibratova I.V. Khudysheva M.K. The problem of students' adaptation to learning and ways to solve it at Bauman Moscow State Technical University.- M. "Living Psychology" No. 3 – 2015, pp.279-284
8. Tomkiv E.L. Interrelation of social meanings and values: to the problem of social adaptation of the student's personality // *Modern humanitarian studies*. - 2008. - No. 4. - pp. 185-187.
9. Federal Law No. 273-FZ of December 29, 2012 "On Education in the Russian Federation" (Item 16 of Article 2 of Federal Law No. 273).
10. Federal Law No. 181-FZ of November 24, 1995 (as amended on 11/29/2021). "On social protection of disabled people in the Russian Federation" (Article 1).
11. Chernova O.V., Syachin M.V. Socio-cultural aspects of adaptation of students at different stages of education // *Bulletin of Kemerovo State University*. - 2008. - No. 4. - pp. 65-74.