

Погодина Е.Н. Адаптация к студенческой жизни: анализ частоты и причин конфликтов в общежитии // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». 2010. № 1. <http://www.psyanima.ru>.

Адаптация к студенческой жизни: анализ частоты и причин конфликтов в общежитии¹

Е. Н. Погодина

Статья посвящена особой категории студентов – иногородним студентам, проживающим во время обучения в общежитиях университета. Речь пойдет об адаптации студентов-первокурсников к жизни в студенческом общежитии, а также о конфликтах между соседями по комнате, которые рассматриваются как показатели адаптации к общежитию. В статье кратко освещаются результаты проведенного двухмесячного лонгитюдного исследования, в котором приняли участие студенты первого курса университета «Дубна». Показано, что среднее количество конфликтов нелинейно меняется от недели к неделе, достигая максимума на 3-4 неделях, причем различие между крайними двухнедельными периодами (1-2 неделя versus 7-8 неделя) было статистически не значимым. Мы предполагаем, что обнаруженное снижение количества конфликтов в конце второго месяца может служить показателем наличия успешной адаптации, хотя говорить о полной ее завершении не приходится.

Ключевые слова: иногородние студенты; общежитие; адаптация; конфликты; анализ частоты и причин конфликтов.

Введение

Слово «студент» – латинского происхождения, и в переводе на русский означает «обладающий знаниями». Студент – это представитель специфической категории людей, готовящихся к высококвалифицированному выполнению функций специалиста в той или иной области трудовой деятельности. В ходе этой подготовки (т.е. обучения в вузе) у студента формируются необходимые для этого профессиональные качества, знания, навыки, умения [7]. В литературе, посвященной студенчеству, делаются попытки охарактеризовать студента как человека «определенного возраста и как личность» с различных сторон: 1) с социальной, в которой воплощаются общественные отношения (сюда же относится принадлежность студента к определенному классу, национальности, группе); 2) с психологической, характеризующей студента как целостную личность; 3) с биологической, предопределенной, в основном, наследственностью и врожденными задатками [13]. Заметим, что характеристика личностных особенностей «студента вообще» базируется на основных, существенных характеристиках возраста. Как правило, обучение в вузе приходится на юношеский возраст, на 18-25 лет, а большинство современных авторов отмечают, что 18-20 лет – это период наиболее активного развития нравственных и эстетических качеств, становления и стабилизации характера, овладения полным комплексом социальных ролей взрослого человека: гражданских, общественно-политических, профессионально-трудовых, что во многом связано с наступлением совершеннолетия; в это время происходит преобразование мотивации, системы ценностных ориентаций (см., напр., [7]).

Для студентов-первокурсников, вчерашних школьников, переход к студенческой жизни нередко бывает непростым, поскольку им необходимо приспособиться не только к

¹ Научный руководитель работы – Б.Г. Мещеряков.

новым для себя особенностям учебного процесса, но и вообще к новой социальной ситуации. Именно поэтому, по мнению многих авторов, для молодых людей, оказавшихся после поступления в вуз в новой социальной среде, особенно актуальна проблема адаптации [15, 19]. По мнению Р.В. Богданова, многие первокурсники на первых порах обучения испытывают трудности, связанные с отсутствием навыков самостоятельной учебной работы: им сложно конспектировать лекции, анализировать информацию большого объема, четко излагать свои мысли. Кроме того, в ходе первого года обучения могут возникнуть переживания, связанные с сомнениями относительно правильности выбора будущей профессии [2]. Достаточно распространенное явление, когда через некоторое время после поступления в вуз студент понимает, что сделал неверный выбор. Многим студентам, приезжающим учиться в другие города, приходится также адаптироваться к новой для них жизни в общежитии.

В «Большом психологическом словаре» адаптация определяется как приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям, которое рассматривается в двух аспектах – биологическом и психологическом. Первый из них является общим для человека и животных и подразумевает приспособление к условиям природной внешней среды. Второй, психологический аспект свойственен только человеку и понимается как приспособление человека (личности) к существованию в обществе с учетом требований общества и собственных потребностей и интересов [3], с чем, в принципе, согласны многие авторы (см., напр., [4, 9, 16, 19]). В нашей работе мы изучаем только одну из граней психологической адаптации студентов, а именно приспособление студента к жизни в общежитии (новой для него жизненной среде). Это – непростой и длительный процесс, успешность которого зависит от множества условий. В частности, при заселении в новую для себя среду – общежитие, человеку имеет смысл отождествлять себя с той группой, в которой оказался, принять «дисциплину группы». В противном случае он рискует остаться посторонним и будет окружен атмосферой враждебности (или, по меньшей мере, безразличия); его отношения с другими членами группы не будут приятными; его, вероятно, будут критиковать или сторониться, а, значит, конфликтов с соседями по комнате избежать не удастся.

Стефани Данневинд, автор статьи «Dormitory detente», которая посвящена конфликтам как неизбежной составляющей совместного проживания в общежитии, считает, что современные студенты не подготовлены к самостоятельной жизни и совместному проживанию со сверстниками². Им сложно достичь компромисса, когда этого требует ситуация, и многие студенты в итоге вынуждены вернуться к родителям или снимать отдельную комнату. По ее мнению, особенно обостряются конфликты с соседями к концу первого месяца совместного проживания, что обусловлено и длительной разлукой с родителями, и процессом адаптации к общежитию, и возможными трудностями в учебе [19].

Может возникнуть впечатление, что адаптационные процессы изучены, что называется, «вдоль и поперек», однако в отношении к адаптации первокурсников к студенческому общежитию это далеко не так. Заметим, что в этом случае в отличие от адаптации к учебному процессу³, точно не определены даже такие основные характеристики, как длительность адаптации. Естественно, одной из причин являются индивидуальные различия (применительно и к людям, и к общежитиям). Рискнем высказать спекулятивное предположение, что определенные психологические особенности юношеского возраста (такие, как стремление к самоутверждению и стремление к самостоятельности, максимализм, гипертрофия самооценности, лабильность, признание высокой ценности дружбы и т.д.) играют в процессе адаптации к общежитию двойственную роль, и затрудняя, и облегчая его течение. Но не меньший «вклад» вносит неразработанность критериев адаптации – нам не

² Имеются в виду американские студенты.

³ Которая, по мнению разных авторов, составляет 2-3 семестра (см., напр., [1, 2]).

удалось найти в литературе каких-либо соображений по поводу того, на каких основаниях можно считать процесс адаптации к общежитию завершенным, успешным и т.д. Совершенно естественно, что возможны различные подходы к выделению этих критериев, но, очевидно, достаточно важным, если не основным результатом такой адаптации должно быть субъективное ощущение *эмоционального комфорта*, переживание удовлетворенности в связи со своей принадлежностью к новому социуму, т.е., если быть точным, то в нашем случае к условиям студенческого общежития.

В свою очередь, эмпирическим критерием эмоционального комфорта может служить преобладание позитивных эмоций над негативными. Но использование этого критерия представляется затруднительным, т.к. требуется отслеживать и фиксировать эмоции, возникающие у студентов в связи с проживанием в общежитии, что требует от них высокого уровня рефлексии. Более «практичным» нам представляется другой критерий эмоционального комфорта, а именно отсутствие или небольшое число конфликтов с соседями по комнате⁴. Представляется весьма вероятным, что в адаптационный период число конфликтов может быть достаточно велико. Мы полагаем, что снижение частоты конфликтов может быть рассмотрено в качестве показателя обретения эмоционального комфорта а, значит, успешного завершения процесса адаптации к общежитию, однако это положение требует проверки.

В последние десятилетия конфликты, в том числе межличностные, перестали рассматриваться исключительно как негативный феномен [6]. Однако, несмотря на то, что их можно признать «спутниками всей нашей жизни», избыток конфликтов все же является осложняющим жизнь факторов. Наличие конфликтов и конфликтных ситуаций негативно сказывается на процессе (иногда и на результате) обучения студентов, а также на их внеучебной деятельности. Заметим, что разнообразие конфликтов в студенческой среде достаточно велико: это конфликты с преподавателями, конфликты, связанные с различными аспектами межличностных отношений в студенческой среде, конфликты, возникающие на почве неблагополучия в быту. Многие авторы в своих исследованиях обращаются к конфликтам и проблемам, возникающим в студенческих семьях. К сожалению, тема конфликтов в студенческом общежитии остается практически незатронутой и у нас нет информации ни о «типичной», «нормальной» частоте конфликтов между проживающими в одной комнате, ни о ее вариативности и динамике. Основной задачей нашего исследования конфликтов между проживающими в комнате студенческого общежития была регистрация частот, причин, а также оценка серьезности конфликтов с точки зрения участвующих в них студентов.⁵

Метод

В нашем исследовании приняли участие 60 студентов-первокурсников (в том числе 53% женского пола), проживающие в трех общежитиях университета «Дубна»⁶.

Согласно плану исследования, на первом этапе, при помощи специально разработанного нами дневника – календаря конфликтов – участниками эксперимента каждый день фиксировались все конфликты в их комнате (пример заполненного месячного календаря представлен на Рис. 1). Студенты, используя условные обозначения, отмечали причину, а

⁴ Безусловно, имеет смысл учитывать и конфликты с администрацией общежития, однако это выходит за рамки нашего исследования

⁵ Данные, касающиеся силы конфликтов, детально будут рассмотрены в следующих публикациях.

⁶ В университете «Дубна» в период проведения данного исследования было восемь общежитий. В них проживают не только иногородние российские студенты, но и иностранные. Порядок регламентируется санитарно-гигиеническими требованиями и общими нормами совместного проживания. Студенты размещаются в комнатах по четыре – пять человек. Соблюдение правил проживания в общежитии контролирует администрация университета.

также силу конфликта по трехбалльной шкале (1 – слабый, 2 – средний, 3 – сильный конфликт по мнению респондента).

С помощью календарей конфликтов еженедельно, в течение восьми недель (сентябрь-октябрь 2007 г.) проводился сбор данных о наличии и причинах конфликтов (уровень невозврата дневников составлял 0%).

Календарь конфликтов

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
сентябрь	с ² 1	2	н ³ 3	4	5	6	7
	8	9	10	11	● ¹ 12	13	14
	15	→ ² 16	17	18	19	20	н ² 21
	22	23	24	■ ² 25	26	27	28
	н ³ 29	н ³ 30					

Сила конфликта оценивается по трехбалльной шкале:

- 1 – слабый;
- 2 – средний;
- 3 – сильный.

Причины конфликта обозначаются следующими символами:

- - личные особенности оппонента;
- - манера поведения оппонента;
- - бытовые проблемы (уборка и т.д.);
- - проблемы, затрагивающие режим дня;
- × - проблемы из-за пользования чужой вещью;
- ⊙ - несоблюдение пунктов контракта (указать, каких).

Рис. 1. Образец заполненного бланка календаря конфликтов.

Результаты

Для простоты анализа подсчитывалось среднее количество конфликтов за разные периоды времени (неделя, 2 недели, 4 недели, 8 недель), а также крайние значения количества конфликтов. Эти дескриптивные статистики представлены за каждую неделю и за каждые две недели в таблице 1; для большей наглядности на рис. 2 показаны данные о средней конфликтности за каждые две недели.

По представленным в таблице 1 и на рисунке 2 данным можно сделать следующие выводы: (1) конфликты происходят каждую неделю, начиная с первой, и продолжаются на протяжении всего периода наблюдения, но их количество распределяется неравномерно; (2) минимальное количество конфликтов (в среднем 8,4) наблюдается в первую неделю, когда соседи по комнате едва познакомились друг с другом, – от 1 до 14 конфликтов; (3) в дальнейшем происходит некоторое повышение числа конфликтов, которое достигает пика на четвертой неделе проживания в общежитии (среднее значение 12,0); (4) затем следует постепенное понижение числа конфликтов, например, на 6-й и 7-й неделях их уровень

снижается до 9,7 конфликтов, а на 8-й неделе число конфликтов снова немного возрастает (до 10,3). Однофакторный дисперсионный анализ с повторными измерениями (фактор «период», количество уровней – 8, по количеству недель) подтвердил высокую значимость фактора «период»: $F = 9,3$ ($p < 0,001$); при этом зависимость среднего уровня конфликтов от периода лучше всего описывается квадратической (параболической) зависимостью: $F = 50,5$ ($p < 0,001$).

Таблица 1.

Некоторые дескриптивные статистики по частоте конфликтов за различные периоды времени (N=60)

Периоды времени	Минимум	Максимум	Среднее
1-ая неделя	1	14	8,4
2-ая неделя	3	24	11,4
3-ая неделя	4	28	11,5
4-ая неделя	2	22	12,0
5-ая неделя	2	20	11,6
6-ая неделя	1	19	9,7
7-ая неделя	2	18	9,7
8-ая неделя	4	16	10,3
1-2-ая недели	11	38	19,8
3-4-ая недели	7	50	23,5
5-6-ая недели	4	37	21,4
7-8-ая недели	7	31	20,0
1-4-ая недели	22	88	43,2
5-8-ая недели	11	58	41,4
1-8-ая недели	33	113	84,6

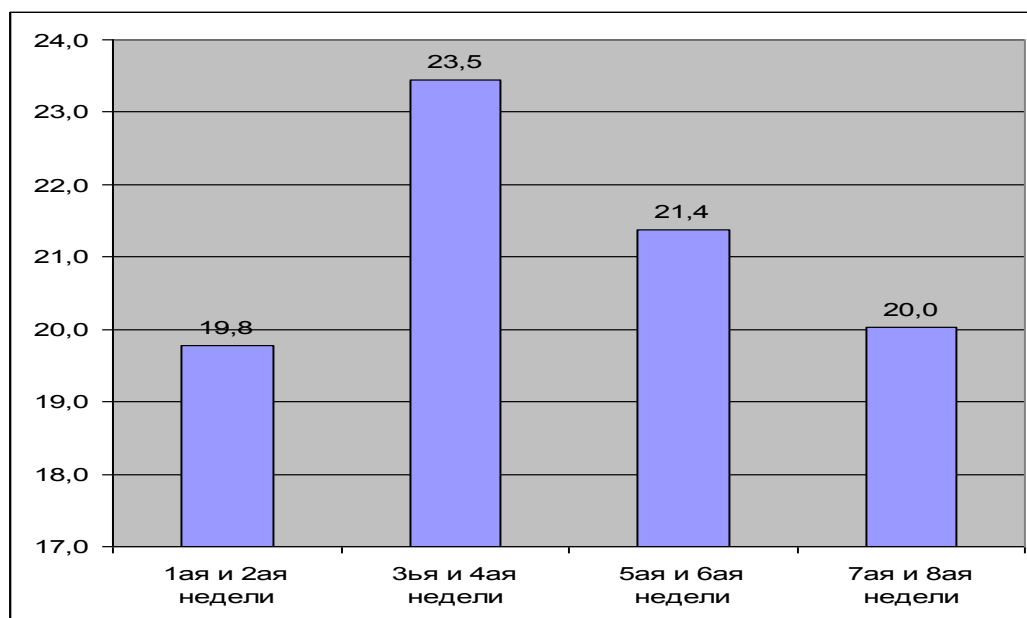


Рис 2. Среднее количество конфликтов за двухнедельные периоды времени.

Если рассматривать более крупные временные периоды, то мы можем наблюдать схожую тенденцию, которая подтверждается статистическим анализом попарных различий с помощью критерия Стьюдента (см. таблицу 2). Суммарно на 1-й и 2-й неделях среднее количество конфликтов составляет 19,2. Возрастая на 3-й и 4-й неделях (23,5), оно затем снижается, составляя на 5-й и 6-й неделях 21,4, а на 7-й и 8-й неделях 20,0; количество конфликтов в первой и последней парах недель статистически значимо не отличается (см.

табл. 2). Таким образом, за первые 4 недели, которые могут составлять период адаптации, происходит в среднем 43,2 конфликта, причем максимальное значение достигает 88 конфликтов. В последующие 4 недели количество конфликтов в среднем немного ниже – 41,4 (максимальное количество конфликтов за этот период 58).

Таблица 2.

Значимость попарных различий в уровне конфликтности между соседними и крайними двухнедельными периодами

Сравниваемые пары двухнедельных периодов		t	df	Уровень значимости (1-сторон.)
Пара 1	1-2 недели – 3-4 недели	-4,534	59	0,001
Пара 2	3-4 недели – 5-6 недели	1,936	59	0,05
Пара 3	5-6 недели – 7-8 недели	1,821	59	0,05
Пара 4	1-2 недели – 7-8 недели	-0,280	59	нз

Для проверки статистической значимости различий по полу (межсубъектный фактор) и виду конфликтов (внутрисубъектный фактор) проведен двухфакторный дисперсионный анализ с повторными измерениями. Результаты этого анализа не выявили различий по основным факторам (пол и вид конфликта), и взаимодействие «пол x вид конфликта» тоже было незначимым.

Что касается причин конфликтов, то большинство серьезных конфликтов (получивших оценку в 3 балла по трехбалльной шкале) происходит из-за того, что студентам не удается прийти к единому мнению в решении бытовых вопросов. Сами опрошенные считают, что такие конфликты происходят из-за того, что «в комнате царит беспорядок», «грязь в местах общего пользования», «кто-то не помыл сковородку», «никто не выносит мусор и не моет посуду», «не соблюдается график дежурства».

Среди поводов несерьезных конфликтов (сила которых оценивается в 1 балл), или «недоразумений», как их определяют респонденты, также часто встречаются бытовые причины. Кроме того, есть еще одна довольно распространенная причина – проблемы в общении («один перебивает другого в разговоре, невнимательно слушает и сто раз переспрашивает, придирается к словам, в общем, те мелочи, которые касаются общения, а не быта», «соседка не слушает, когда я говорю с ней о чем-то для меня важном»). Кроме того, пользуются «популярностью» и такие причины, как манера поведения оппонента («я слегка заикаюсь, она, бывает, меня передразнивает, и меня это бесит», «что за привычка не закрывать за собой дверь комнаты?»), нарушение соседом по комнате режима дня («он обычно поздно приходит, не считаясь с тем, что мы раньше ложимся спать»). Обратим внимание на то, что в комнате университетского общежития обычно проживают 4-5 человек, а это усложняет взаимодействие с соседями по комнате и может являться фактором, повышающим вероятность возникновения конфликтов.

Обсуждение

Полученные данные свидетельствуют, что все (без исключения) обследованные студенты-первокурсники сообщают о наличии конфликтов в первые два месяца жизни в студенческом общежитии. Половых различий в количестве конфликтов у первокурсников не выявлено. Интересный факт состоит в том, что среднее количество конфликтов нелинейно меняется от недели к неделе, достигая максимума на 3-4 неделях, причем различие между крайними двухнедельными периодами (1-2 недели versus 7-8 недели) было статистически не значимым. Мы предполагаем, что обнаруженное снижение количества конфликтов в конце

второго месяца может служить показателем наличия успешной адаптации, хотя говорить о ее завершении не приходится.

Полученные результаты подтверждают то, что зачастую первокурсникам довольно сложно самостоятельно справляться с возникающими в общежитии трудностями.

Возможно, здесь стоит обратиться к опыту зарубежных учебных заведений (США, Канада). Комнаты в общежитии американского колледжа обычно рассчитаны на двух студентов. У каждого колледжа или университета свой подход к подбору соседей по комнате. Как правило, студентам предлагается ответить на вопросы специально составленной анкеты. Вопросы касаются личных интересов студента, затрагивают режим дня и наличие вредных привычек. Далее подбор осуществляется с помощью компьютерной программы, а также с учетом конкретных выборов студентами друг друга в качестве соседей по комнате. Кроме того, администрация многих колледжей требует, чтобы студенты – будущие соседи по комнате – подписывали формальный контракт, в котором подробно обговариваются те моменты совместного проживания, которые могут оказаться сложными и повлечь за собой конфликт. Такими моментами являются, например, уборка комнаты, мест общего пользования, возможность пригласить гостей, режимные моменты, время, отведенное на приготовление домашних заданий и отдых и т.д.⁷ Впоследствии контракт при желании можно изменить. Принятие четких обязательств по этим проблемам предотвращает множество ссор и конфликтов в будущем. В литературе [22, 23] подчеркивается, что сами студенты согласны, что легче предотвратить появление конфликтов заранее. В контракте также есть рекомендации по устранению возникающих конфликтов.

Большое внимание в функционировании зарубежных студенческих общежитий уделяется пролонгированной воспитательной работе со студентами. Предполагается, что такая работа в общежитии должна проводиться администрацией совместно с проживающими студентами, и она должна быть направлена на формирование нравственных и социальных качеств личности: гуманности, порядочности, ответственности и заключаться в организации воспитывающего познавательного досуга молодежи в общежитии – досуга, который будет ей интересен. Примером тому может служить создание студенческих городков в известных вузах США, Англии, Австрии, Германии, Франции, Испании, Дании. Широкая сеть бытовых, досуговых, развлекательно-познавательных учреждений – студенческие кафе, клубы и салоны, спортивные залы и площадки, малоэтажные благоустроенные общежития, а также наличие в государственных и частных высших учебных заведениях штатных сотрудников (в том числе психологов), занимающихся социально-психологическими проблемами студенчества, в немалой степени способствуют возникновению атмосферы доброжелательности, духовной близости между людьми, дают возможность самостоятельного выбора формы отдыха, творческого применения собственных сил. Как отмечают А. Бартоломей, М. Немировский, А. Новикова, студенческие общежития за рубежом давно стали местом, где «самые неожиданные, самые необычные идеи молодых встречают понимание, обретают жизнь» [1].

При необходимости студенты могут получить консультацию психолога на сайте своего колледжа или университета, а также на различных сайтах, таких как www.sideroad.com, www.collegeconfidential.com, www.studentnow.com, можно встретить статьи, посвященные проблемам заселения в общежития, конфликтам с соседями по комнате и администрацией и т.д. Так, Скотт Гринберг в своей статье «Tips for first year college students» предлагает студентам первого курса основные правила, которых стоит придерживаться в общежитии и колледже: составить список необходимых в общежитии вещей, учитывать мнение соседей по комнате при обустройстве быта, заранее готовить домашние задания, по возможности участвовать в общественной жизни колледжа и др. [19].

⁷ Именно эти конфликты были самыми частыми и острыми для наших респондентов.

Литература:

1. Бартоломей А., Немировский М., Новикова А. Внеучебное время - воспитанию студентов // Высшее образование в России. - 1995. - № 1.
2. Богданов Р.В. Адаптация студентов к учебному процессу как результат внеучебной работы // library.krasu.ru
3. Большой психологический словарь. Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко, – СПб.: прайм – ЕВРОЗНАК, 2003.
4. Вяткин Л. Г., Капичникова О. Б., Дружкин А. В. Актуальные проблемы воспитания молодёжи. Вып. 3. - Саратов. - 1997.
5. Гринберг Дж. Управление стрессом. – 7-е изд. – СПб.: Питер, 2004.
6. Гришина Н.В. Психология конфликта. – СПб.: Питер, 2006.
7. Дьяченко М.И. и др. Психология высшей школы / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович, С.Л. Кандыбович. – Мн.: Харвест, 2006.
8. Королев С. Студенческое общежитие периода застоя: технологии дисциплины // www.sergeikorolev.sitecity.ru
9. Лисовский В. Т., Дмитриев А, В. Личность студента. – Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1974.
10. Лисовский В. Т. Советское студенчество. – М.: Высшая школа, 1990.
11. Педагогика и психология высшей школы: Учебное пособие / Под ред. Булановой-Топорковой М.В. – Ростов на Дону: Феникс, 2002
12. Петровский А.В., Абраменкова В.В., Зеленова М.Е. и др. Социальная психология: Учебное пособие для студентов пед. институтов – М.: Просвещение, 1987
13. Петровский А.В., Ковалева В.М., Крашенинников А.А. Основы педагогики и психологии высшей школы. – М., Изд-во Московского Университета, 1986.
14. Саржвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой // www.psyperm.narod.ru
15. Сафонова М. Каждый должен побыть иногородним (образовательная миграция: освоение нового социального пространства) // www.eavest.ru
16. Сущенко С.А. Социальная психология/С.А. Сущенко – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2005.
17. Терц Абрам (Синявский А.) Квартиранты// Терц Абрам (Синявский А.) Соб.соч. в двух томах. Т.1. М, 1992.
18. Утехин И. Очерки коммунального быта. – М.: ОГИ, 2001.
19. Dunnewind Stephanie. Dormitory detente: Roommate conflicts are a growing part of the college experience // www.accessmylibrary.com
20. Greenberg Scott. Tips for first year college students // www.sideroad.com
21. Fee Susan. Three's a crowd // www.sideroad.com
22. Fee Susan. College roommate problems – solve them with contracts // www.sideroad.com
23. Fee Susan. Do best friends make best college roommates? // www.sideroad.com

Поступила в редакцию 02.07.2010 г.

Сведения об авторе

Е.Н. Погодина – аспирант, ассистент кафедры психологии Международного университета природы, общества и человека «Дубна».

E-mail: elenka_p@list.ru