

## **ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ МОЛОДЁЖИ В ВУЗЕ**

**Грязнухина А.А.**

**Научный руководитель – доцент Грязнухин А.Г.  
Сибирский федеральный университет, г. Красноярск**

Одно из главных направлений повышения эффективности учебы в вузе – это формирование у студента способностей к сознательному самоуправлению, чтобы учеба приносила наибольший полезный результат для развития личности и формирования ее как специалиста. Успех учебной работы зависит от умения постоянно анализировать учебную ситуацию, что порой вызывает затруднения и препятствует эффективному усвоению знаний.

Студенту необходимо сознательно относиться к обучению в вузе, ведь наибольшего успеха добивается тот, кто строит свое обучение в виде осознанного формирования и решения задач, связанных с обучением. То есть сначала необходимо осознанно сформулировать задачи, которые необходимо выполнить, а уже потом приступать к их осуществлению. Формирование целей в процессе не будет эффективным.

При этом важными являются сами методы организации учебной деятельности: работы с текстом, понимания, запоминания, работа на лекции, проработка учебного материала. Эти методы могут быть продуктивными, позволяющими быстрее, глубже и качественнее усвоить учебный материал, либо не продуктивными, когда затраты сил и времени велики, а эффективность мала.

Время и степень успешности вхождения в новую роль (то есть осознание себя как студента и проявление соответствующего поведения) определяется уровнем адаптивности человека, а сам процесс освоения новых обстоятельств – процессом адаптации. Адаптация представляет собой единство активных и пассивных форм связи человека со средой, приспособления среды к человеку и человека к среде. Прежде всего, необходимо различать первичную – адаптацию лиц, не имеющих трудового опыта, и вторичную адаптацию, связанную с возможным последующим изменением специальности, возникновением новых условий труда (например, обучение в новой группе).

Социально-психологическая адаптация это – приспособляемость к социальной и организационной среде. Этот процесс несет на себе очень значимые функции. Основные из них заключаются в том, чтобы сформировать средства, найти условия и формы для свободного и прогрессивного развития личности. Адаптация в коллективе выступает как необходимое условие продуктивной социальной активности, самоопределения, развития индивидуальности. Для обеспечения быстрой адаптации первокурсников необходим процесс управления адаптацией. Следовательно, адаптацию можно рассматривать как систему инструментов воздействия, среди которых можно выделить наставничество старшекурсников над первокурсниками; кураторство; беседы с первокурсниками преподавателей, руководителей разного уровня; использование студенческих традиций.

Характеризуя различные уровни адаптированности, показателем высокой адаптации принято считать: высокие учебные показатели, органичное вхождение в коллектив, малый срок, необходимый для эффективного включения в процесс обучения, активная позиция. В том, что студент медленно и не адекватно включается в учебный процесс, дает низкие показатели успеваемости, проявляется низкий уровень адаптации.

Для анализа проблемы адаптации студентов Института градостроительства, управления и региональной экономики СФУ было опрошено 287 человек. Из них 105

студентов первого курса и 182 студента второго курса очной формы обучения. Опрос был проведен в форме анкетирования.

Исходя из того, что одним из главных признаков качественной адаптации является желание студента совершенствоваться в профессии, а так же желание студента связать свое будущее, свою жизнь с получаемой специальностью в анкете был задан вопрос: «Вы поняли, в чем заключается ваша будущая профессия?». 91,4% опрошенных первокурсников выбрали ответ «да», 60% опрошенных студентов второго курса также ответили «да». 3,8% первокурсников считают, что они пока не полностью поняли, в чем заключается профессия, которую они выбрали. На втором курсе пока не определились 39,5% студентов.

Когда студент поступает на определенную специальность исходя из того, что собирается в будущем работать по ней, можно говорить о сильной мотивации – полезно иметь идею, которой можно руководствоваться. К тому же эта мотивация исходит от самого студента, а не от других людей, что дает ей возможность поддержать студента в трудный период его обучения.

В одном из вопросов у студентов узнавали, собираются ли они работать по специальности. 67,6% первокурсников не сомневаются в том, что будут работать по специальности. На втором курсе работать по специальности готовы 55%. В свою очередь 19,2% второкурсников считают такую перспективу вполне вероятной. Их мнения придерживаются 7,6% студентов первого курса. Также были и те, кто не собирается связывать свою жизнь с профессией, которую стремится получить. Это 16% студентов второго курса и 11,4% первого.

Почему получились такие ответы можно выявить из мотиваций поступления студентов на ту или иную специальность. Зачастую именно отсутствие достаточно сильной мотивации к учебе и приводит к снижению успеваемости и как следствие непониманию будущей специальности и нежеланию работать по профессии.

Так же при освоении объемов знаний и навыков, необходимых для успешного обучения, трудовые показатели студента должны устраивать его руководителей и преподавателей, чего весьма трудно добиться, если студент учится по специальности, которая ему безразлична. Как следствие, поведение студента вряд ли будет соответствовать требованиям, установленным руководством. И можно с высокой долей вероятности предположить, что у студента не выражено желание совершенствоваться в профессии, и он не связывает свое будущее с данной работой.

Именно поэтому собственные причины, которые побудили студента к поступлению в высшее учебное заведение, являются наиболее важными по сравнению с другими. Своим интересом и желанием помочь людям руководствовались 58% недавних абитуриентов. На втором курсе те же мотивации были у 41,8%.

Не редко в перечне причин, которые побудили студентов к поступлению на ту или иную специальность встречаются надежды, возлагаемые на них другими людьми. Поступление по причине того, что лица имеющие авторитет для студента поступали на ту же специальность, не является сильной мотивацией. Многие студенты идут по стопам своих братьев, сестер или родителей. Однако такая мотивация хороша настолько, насколько у студентов имеются еще и свои побуждения к учебе. Хотя стремление оправдать в своей жизни ожидания других вполне естественно, быть основной движущей силой оно не может – достижения в учебе не будут связаны с ощущением жизненного успеха. Тем не менее, совет родителей стал мотивом для поступления 19% первокурсников и 7,7% студентов второго курса.

В основном студенты второго курса кроме собственных интересов руководствовались тем, что специальность, которую они хотят получить – творческая. Так ответили 10,4% опрошенных студентов. На первом курсе это послужило мотивом посту-

пления для 19% студентов. Такая мотивация поступления как любовь к предмету вполне приемлема для изучения этого предмета. Однако она не должна быть единственной – удовольствие может смениться раздражением, когда обучение приступит к более трудным разделам данного предмета.

Одной из лучших мотиваций является желание иметь максимальные шансы в жизни. Только когда студент начинает относиться к успехам в учебе как к обстоятельству, которое определяет его будущую карьеру в значительной степени, он приобретает способность гибко подходить к новым возможностям по мере того, как они открываются, а так же начинает испытывать чувство реальной цели.

Обучение в высших учебных заведениях отличается от школьного обучения, поэтому студенту необходимо преодолеть ряд трудностей, связанных с привыканием к новым методам обучения. Студент должен быть готов к трудностям. А также должен совершенствоваться в том, что уже умеет делать.

Учась в высшем учебном заведении, необходимо чаще корректировать свои рабочие планы. Изменение планов в свете новой информации – признак силы, а не слабости. У студента всегда должен быть перечень дел, которые он планирует выполнить в ближайшем будущем, составленный в порядке убывания значимости. По мере того, как изменяются обстоятельства, необходимо пересматривать приоритетность дел в этом перечне. Умение не теряться при перемене ситуации – одно из самых полезных умений в жизни. Студент должен развивать настойчивость и гибкость. А также, насколько он сможет, сохранять решимость и извлекать уроки из всех ситуаций, с которыми ему придется столкнуться во время обучения.

Одним из главных показателей социально-психологической адаптации является умение преодолевать неудачно сложившиеся ситуации, продуктивное поведение в условиях психической напряженности, ощущение духовного комфорта. Чтобы адаптация прошла успешно у студента не должно возникать чувства страха, напряжения или неуверенности в процессе учебы.

Чтобы понять, как происходит социально-психологическая адаптация у студентов, был задан вопрос, как часто они испытывают стрессы.

Подавляющее большинство студентов второго курса не испытывают стрессов ни при каких обстоятельствах (48,9%). На первом курсе 57,1% не испытывают стрессов. 23% опрошенных студентов второго курса ответили, что стрессы у них время от времени бывают. С ними согласны 25,7% первокурсников. Во время сессии испытывают стресс 14,3% второкурсников. 35,3% второкурсников часто испытывают стрессы. На первом курсе столь же часто испытывают стресс 17,1%.

Вполне вероятно, такой высокий процент не подверженных стрессу студентов вызван их непониманием самого понятия стресса. Ведь стресс вызывают любые сильные эмоции, как положительные, так и отрицательные.

Так же был задан вопрос какие факторы, усложняющие быстрое включение в учебный процесс студенты могут назвать. 1,6% студентов второго курса затруднились ответить. 32% студентов второго курса регулярно не высыпаются. Отрицательный настрой у некоторых преподавателей чувствуют 7,7% студентов. 30% опрошенных второкурсников считают, что таких факторов нет. 2,7% второкурсников считают, что таким фактором является разлука с родными. 9,3% опрошенных второго курса назвали свои проблемы (с ними согласны 20% первокурсников). Влюбленность на первом курсе мешает 17,1% студентов, на втором 8,8%. 11,4% первокурсников не высыпаются, 11,4% страдают от излишней свободы и самостоятельности, а 13,3% первого курса не знают что ответить.

Из всего выше изложенного можно сделать следующий вывод: необходимо, чтобы факторы усложняющие обучение довольно большому проценту студентов были

минимизированы. Как следствие исчезнут стрессы и обучение будет эффективным, а адаптация более полной и быстрой. Но для этого нужно стараться выбирать профессию внимательней, чтобы она не стала усложняющим фактором обучения, как это произошло у некоторых студентов.

Главным условием для того, чтобы социально-психологическая адаптация студента прошла успешно является осознание поставленных перед собой целей и задач, а так же формирование правильных мотиваций, которые могут стать движущей силой для успешного обучения.