

## Проблемы адаптации к обучению в ВУЗе в воспоминаниях выпускников

Научный руководитель – Салихова Наиля Рустамовна

*Фажрутдинова Аида Рафаилевна*

*Студент (бакалавр)*

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Институт психологии и образования, Казань, Россия

*E-mail: aida\_f99@mail.ru*

Обучение в высшем учебном заведении - это не только период профессионального развития, подготовки к трудовой деятельности, но и важнейший этап формирования и становления личности. Для большинства студентов поступление в высшее учебное заведение означает в первую очередь шаг во взрослую жизнь, сопряженный с необходимостью самостоятельного планирования жизни и ростом личной ответственности. В связи с этим особое значение приобретает проблема успешности адаптации студентов к новой среде.

Адаптация рассматривается как комплексное явление [5]. Так, в структуре студенческой адаптации выделяются биологический, психологический, профессиональный и социальный аспекты [6]. Обзор целого ряда исследований в области трудностей студентов при обучении на 1 курсе ВУЗа [1,2,3,4,6] показал, что большинство исследований делают акцент на той или иной стороне адаптации, при этом отсутствует структурированное описание исчерпывающего списка трудностей.

Учитывая проанализированные данные, мы провели свое исследование с целью выявления и структурирования проблем, с которыми сталкиваются первокурсники при поступлении в ВУЗ, на основе использования метода контент-анализа эссе испытуемых, написанных в свободной форме на тему личного опыта адаптации на первом году обучения в институте. Выборка составили 179 аспирантов КФУ. По результатам исследования выявленные проблемы были сгруппированы в категории и проведен их частотный анализ.

Результаты показали, что основные переживания студентов-первокурсников связаны с трудностями социального взаимодействия (71,5%), главным образом с установлением контактов с одногруппниками (59,2%). Также часто упоминали о том, что обучение в ВУЗе требует от студента значительной работы по саморазвитию, в частности, освоения новых учебных навыков (52,2%), навыков совладания с собой (50,3%) и организации собственной учебной деятельности и времени (49,2%) и формирования ряда прочих умений.

Таким образом, проведенное исследование позволило существенно дополнить список трудностей студентов-первокурсников, выделенных нами при теоретическом обзоре литературы, а также не только структурировать, но и конкретизировать содержание выявленных проблемных областей. Важно также отметить, что актуальность многих трудностей свидетельствует о несформированности необходимых средств - психических качеств, которые позволили бы эффективно действовать в новой ситуации.

На основе полученных данных может быть составлена программа содействия студентам в адаптации к обучению в высшем учебном заведении. Введение подобных мер, особенно на раннем этапе адаптации, может способствовать снижению уровня стресса и, соответственно, более успешному обучению.

### Источники и литература

- 1) Алгаев А.Н. Трудности адаптации студентов к обучению в вузе // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 6 (73). С. 377-378.

- 2) Боронина Л.Н., Вишневский Ю.Р., Дидковская Я.В., Минеева С.И. Адаптация первокурсников: проблемы и тенденции - Университетское управление. - 2001. - № 4(19).- С. 65-69.
- 3) Кринчик Е.П. К вопросу о психологической поддержке профессионального становления психолога в процессе обучения на факультете психологии МГУ - Вестник МГУ, серия 14 «Психология». – 2004 г. - № 4.
- 4) Малкова, Т. В. Исследование учебных проблем студентов при обучении в ВУЗе // Молодёжь и наука: Сборник материалов VII Всероссийской научно-технической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, посвященной 50-летию первого полета человека в космос [Электронный ресурс]. — Красноярск: Сибирский федеральный ун-т, 2011.— Режим доступа: <http://elib.sfu-kras.ru/handle/2311/4960>.
- 5) Реан А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. СПб., 2006.
- 6) Шевелева А. М. К вопросу об адаптации студентов первого курса к учебе в вузе // Совет ректоров. — 2014. —№ 4 — С. 55-69.