

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ СТУДЕНТОВ

*У О " Белорусский государственный университет транспорта",  
г. Гомель, Республика Беларусь*

*Для определения основных направлений деятельности социально-психологической службы на основе учета возрастных, личностных особенностей студентов, выявления актуальных проблем в студенческой среде и путей их решения в университете был проведен ряд социологических исследований и опросов студентов. В результате проведенных исследований были выявлены типичные психологические трудности, возникающие у студентов, которые можно условно сгруппировать в 6 блоков.*

Для определения основных направлений деятельности социально-психологической службы на основе учета возрастных, личностных особенностей студентов, выявления актуальных проблем в студенческой среде и путей их решения в университете был проведен ряд социологических исследований и опросов студентов. В результате проведенных исследований были выявлены типичные психологические трудности, возникающие у студентов, которые можно условно сгруппировать в 6 блоков.

1-ый блок, названный "Учебная деятельность" включал вопросы, связанные с учебной деятельностью студентов, в частности с затруднениями, связанными с методами обучения в вузе, достаточностью школьной подготовки для обучения в вузе, с трудностями в учебе и запоминании большого объема информации. В целом 53% студентов отметили трудности, связанные с учебной деятельностью. При этом свыше половины (54,6 %) опрошенных отметили, что им трудно запоминать большой объем информации. Многие (38,7 %) отметили, что им не хватает воли и усидчивости для полноценного освоения материала. Большинство студентов (75 %) выделяют недостаточный уровень психологической готовности к обучению в ВУЗе.

Второй блок вопросов был направлен на выявление трудностей, связанных с конструктивным аспектом (блок "Самоуправление"). В целом, наличие трудностей такого плана отметили 52 % студентов. При этом наибольшее количество ответов связано с трудностями, связанными с неумением рационально распределять время, силы, планировать свою работу (60- 80 % студентов в различных учебных группах). От 54 до 68% студентов отметили затруднения в процессе целеполагания и нахождении эффективных способов достижения цели, а также в развитии способности к самостоятельному принятию решения. Неблагополучное положение отмечается с развитием у студентов способности к саморегуляции

эмоционального состояния. 67-82 % указали на отсутствие знаний и умений о методах самозащиты от стрессов, переутомления, жизненных кризисов, снятия напряженности, повышенной тревожности, что, в конечном счете, может определять риск, склонности студентов к использованию наркотических и психотропных препаратов. Данный результат свидетельствует о том, что необходима ранняя (в начале обучения) диагностика тревожности, склонности к напряженности, беспокойству и организация для желающих тренингов по саморегуляции психоэмоциональных состояний.

Третий блок вопросов был связан с коммуникативным аспектом (блок "Общение") и отражал проблемы студентов, связанные с общением. Выявлено, что подобные проблемы актуальны для 25% опрошенных.

Наиболее тревожным, с точки зрения формирования различных форм девиантного поведения, является то, что около половины (47,6 %) опрошенных студентов отметили, что они легко поддаются чужому влиянию, причем, среди иногородних таких студентов оказалось существенно больше. 24,8 % студентов недовольны своим социометрическим статусом в группе, а часть опрошенных (15-28 %) имеет трудности в установлении контакта с людьми, проблемы во взаимоотношении с родителями, низкую самооценку.

Четвертый блок вопросов касался личностных проблем студентов (блок "Личностные проблемы"). Оказалось, что трудности личностного характера испытывают 35% студентов. Неожиданно высоким оказалось количество студентов (29-27 %), отметивших, что они застенчивы и это мешает им полноценно общаться и заводить новые знакомства. Значительное количество опрошенных (47-56%) отметили, что они плохо понимают себя и им трудно быть самими собой. Тревогу вызывает факт, что 27 % отмечает, что в их студенческой жизни нет ничего, в чем они могли бы выразить себя, проявить свою индивидуальность.

Пятый блок вопросов был связан с изучением трудностей, связанных с негативными психическими состояниями студентов (блок "Психические состояния").

На наличие трудностей, вызванных определенными негативными психическими состояниями, указало 45 % опрошенных студентов. Большинство студентов (65-80 %) считают, что им не хватает активности, энергетики. Явно тревожным с точки зрения возможного развития девиантного поведения является факт, что более половины опрошенных студентов (54 %) часто чувствуют себя одинокими, часто пребывают в пессимистическом настроении. 28 % отметили такие негативные состояния как повышенную тревожность, причину которой им трудно объяснить, "застревание" на обидах, немотивированную агрессивность. При этом тревожность и агрессивность значительно чаще отмечали у себя иногородние студенты.

Шестой блок вопросов ("Адаптация") касался трудностей адаптации иногородних студентов к условиям жизни в городе и обучению в ВУЗе.

Из числа студентов, прибывших на обучение из сельской местности, небольших городов и поселков 85 % первокурсников и 60 % студентов второго курса отметили серьезные трудности в адаптации к жизни в городе. Среди основных проблем студенты назвали трудности, связанные с отсутствием поддержки со стороны родителей; утомительность частых контактов с незнакомыми людьми; ощущений, что "они выбиты из колеи" и не могут собраться, взять себя в руки. От 72 до 80 % студентов на первом курсе и 54-61 % на втором отметили, что им трудно привыкнуть к напряженному темпу жизни в большом городе, и они не располагают подходящими способами разрядки возникающего напряжения.

Классификация психологических проблем студентов по блокам позволила более дифференцированно подойти к подбору методов и методик, направленных на их решение. Так проблемы, отраженные в блоке "Учебная деятельность" показывают, что большинству студентов ВУЗа необходима определенная психологическая помощь в развитии воли, целеустремленности, самоорганизации, которая может быть реализована в виде соответствующих тренингов или индивидуальных консультаций. Для решения проблем, связанных с блоком "Самоуправление" необходима помощь специалистов социально-психологической службы, направленная на овладение студентами научных основ культуры умственного труда, диагностике тревожности, склонности к напряженности, беспокойству и организации тренингов по саморегуляции психоэмоциональных состояний. Выявление трудностей в общении раскрывает необходимость проведения работы по повышению коммуникативной культуры студентов посредством тренингов, предоставления необходимой консультативной информации. Повышенное внимание со стороны специалистов социально-психологической службы необходимо уделять иногородним студентам, особенно на младших курсах.

Большую помощь в работе могут оказать кураторы учебных групп. Для этого необходимо организовать им консультативную помощь, а также методическую подготовку кураторов по психолого-педагогическим основам работы со студентами.

УДК 398.33:378.1

Фещенко А.П., Демидов П.Г.

## **ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ФАКУЛЬТЕТОВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

*УО "Белорусский государственный университет транспорта",  
г. Гомель, Республика Беларусь*

Процесс адаптации к курсантской среде на военных факультетах в высших учебных заведениях – явление достаточно серьезное. Для студентов