

**Теоретико-методологические основы изучения проблемы социальной адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе и анализ путей их решения**

**Научный руководитель – Кокорева Марина Евгеньевна**

***Краюшина Юлия Романовна***

*Студент (бакалавр)*

Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И.

Пирогова, Москва, Россия

*E-mail: juliefrommoscow@inbox.ru*

**Введение** Поступление в вуз является для человека новым жизненным этапом, на котором он вынужден сталкиваться с рядом трудностей: смена обстановки, окружающей социальной среды, ближайшего окружения и многое другое. Ключевую роль на этапе вхождения в новую образовательную среду играет социальная адаптация, от успеха прохождения которой зависит не только дальнейшее обучение – усвоение навыков и умений, получаемых в вузе, но и психологическое состояние студента-первокурсника.

**Цель**

Изучить основные трудности, с которыми сталкивается студент-первокурсник во время обучения в вузе и проанализировать основные пути их решения.

**Материалы и методы**

Анализ публикаций и статей.

**Результаты**

Среди основных трудностей, с которыми сталкиваются студенты-первокурсники при поступлении в вуз, удалось выделить следующие: дидактические, к которым относятся низкая мотивация к обучению, отсутствие навыков самостоятельной работы ввиду вызванного привыканием к частому контролю со стороны учителей в школе, а также стресс, связанный с переходом в принципиально новую среду. Социально-психологические – ощущение изоляции и одиночества в новой, незнакомой обстановке, вдали от школьных друзей и знакомых, отсутствие социальных связей в учебной группе и трудности с построением контакта с одногруппниками и преподавательским составом. И последние, психофизиологические – к таким относятся недостаток сна ввиду необходимости изучения большого объема новой информации и подготовки к семинарским занятиям и коллоквиумам, а также эмоциональное напряжение, сопровождаемое переживаниями относительно своего пребывания в студенческой группе. В качестве способа решения указанных трудностей предлагается реализация программы «Адаптация студентов первого курса», которая ориентирована на разрешение наиболее актуальных проблем студенчества на начальном этапе обучения в вузе и в качестве своей цели ставит помощь первокурсникам в их адаптации к новым условиям жизни и деятельности. В рамках программы реализуются следующие направления: информационно-ознакомительная работа, психологическое просвещение, индивидуальное психологическое консультирование и социальная работа, в рамках которой проводится пропаганда здорового образа жизни среди студентов, а также осуществляется полный анализ студенческих групп с целью эффективного и своевременного предоставления им адресной помощи. Посредством реализации данной программы в Минском государственном лингвистическом университете удалось: ликвидировать информационный дефицит, дать студентам необходимые психологические знания, проинформировать первокурсников об их правах и обязанностях, а также разрешить внутриличностные и межличностные проблемы.

### **Выводы**

Социальная адаптация – очень важный и одновременно сложный процесс для каждого студента. Трудности, с которыми приходится сталкиваться, носят разный по степени «тяжести» характер, однако при помощи составления программы по помощи в адаптации к среде вуза делает весь этот процесс значительно проще и позволяет студентам-первокурсникам успешно войти в новую социальную среду, что, в свою очередь, способствует не только выстраиванию необходимых социальных связей, но и значительно повышает эффективность приобретаемых в процессе обучения знаний, умений и навыков.