

Морозов Виктор Сергеевич

студент

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный
аграрный университет им. И.Т. Трубилина»

г. Краснодар, Краснодарский край

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ В УНИВЕРСИТЕТЕ

***Аннотация:** в работе рассматривается процесс адаптации первокурсников к обучению в университете. Описываются основные трудности, с которыми сталкиваются студенты в начале учебы: новые требования, самостоятельность, вхождение в коллектив. Также уделяется внимание роли общения и поддержке со стороны семьи и группы. Делается вывод о том, что адаптация – это важный этап, который помогает студенту стать более самостоятельным и уверенным в себе.*

***Ключевые слова:** развитие личности, социальная адаптация, студенческая жизнь, ответственность, самостоятельность, коммуникация.*

Поступление в университет – важный этап в жизни каждого человека, при этом следует подчеркнуть, что «формирование и развитие личности в условиях современности в основном взаимосвязано с социальными и психологическими факторами» [1]. Вместе с новыми возможностями появляются и трудности: меняется режим, возрастает ответственность, нужно привыкать к новым людям и требованиям преподавателей. Не всем этот процесс даётся легко. Тема адаптации первокурсников актуальна, потому что именно в начале обучения закладывается отношение к учёбе и формируются первые отношения в коллективе. От того, насколько успешно студент освоится в новой среде, во многом зависит его дальнейшая учеба. В этой связи следует отметить, что «развитие духовной, гуманной, толерантной личности является социальным заказом современного мирового и российского сообщества» [2].

Начало учебы в университете – это всегда переломный момент. Для вчерашнего школьника меняется практически всё: привычный распорядок дня, система обучения, круг общения. Вместо знакомого класса и учителей – большая аудитория, новые преподаватели и группа людей, с которыми только предстоит выстроить отношения. Именно поэтому период адаптации к студенческой жизни часто оказывается непростым и требует времени. Если говорить проще, адаптация – это процесс привыкания к новым условиям. В университете она затрагивает не только учебную сторону, но и социальную. Студенту приходится учиться самостоятельности: теперь никто не будет ежедневно напоминать о заданиях или контролировать каждый шаг. Такая свобода одновременно радует и пугает. У многих появляется чувство тревоги, неуверенности, страх не оправдать ожидания – свои или чужие.

Особое место в этом процессе занимает общение. Как известно, «стремление к реализации креативных способностей в процессе обучения как один из способов мотивированности студента предполагает его активное вовлечение в процесс коммуникации, раскрывающий внутренний потенциал обучаемого, определяющий степень его участия в таких формах работы как семинар, лекция, конференция, дискуссия, круглый стол, научный доклад (презентация), проходящих в настоящее время в режиме ONLINE» [3]. Новый коллектив – это люди с разным воспитанием, интересами и взглядами на жизнь. Неудивительно, что в первые недели многие чувствуют себя скованно: кто-то боится показаться навязчивым, кто-то сказать что-то неуместное. Замкнутым и стеснительным студентам бывает особенно трудно сделать первый шаг. Однако со временем ситуация меняется. Совместная подготовка к семинарам, работа над проектами, участие в мероприятиях постепенно сближают людей. Появляются общие шутки, традиции, формируются дружеские компании. Так, С.Г. Карамышева отмечает, что «сегодняшнее высшее образование стало свидетелем заметных трансформаций в парадигме преподавания, с особым акцентом на развитие коммуникативных навыков студентов» [4].

Многое зависит и от атмосферы внутри группы. Там, где присутствуют взаимное уважение и готовность помочь, процесс привыкания проходит значительно легче. Важную роль могут сыграть староста, куратор, активисты. Неформальные встречи, совместные поездки, обсуждения вне учебных занятий помогают создать ощущение принадлежности к коллективу. Когда студент чувствует поддержку, ему проще раскрыться и проявить себя.

Нельзя игнорировать и внутренние переживания первокурсников. Согласимся с высказыванием о том, что «они испытывают трудности при социально-психологической адаптации, в виду того, что вынуждены решать ряд социальных задач, проявляя повышенную ответственность и самостоятельность, одновременно с этим заключать новые отношения и взаимодействовать с однокурсниками» [5]. В начале обучения нередко возникают сомнения: правильно ли выбрана специальность, хватит ли сил справиться с программой, удастся ли найти друзей. Это естественные вопросы, с которыми сталкивается большинство. Поддержка семьи и близких в такой период особенно важна. Постепенно, с первыми успехами и накоплением опыта, уверенность в себе укрепляется, а тревожность снижается.

Социально-психологическая адаптация – это закономерный этап вхождения в студенческую жизнь. Он может сопровождаться трудностями, но именно в этот период формируются первые серьезные отношения, развивается самостоятельность и ответственность. Со временем учебная группа перестает быть просто списком фамилий – она становится частью личной истории человека.

Список литературы

1. Донскова Л.А. Развитие эмпатии средствами иностранного языка как фактор успешной коммуникации / Л.А. Донскова // Когнитивные исследования языка. – 2023. – №3-1(54). – С. 404–408. EDN GIAKTQ
2. Донскова Л.А. Педагогическое общение в формировании толерантной личности / Л.А. Донскова // Язык. Общество. Культура: сб. ст. по материалам III Всерос. науч.-практ. конф. – Краснодар, 2021. – С. 26–31. EDN FLIYVP

3. Здановская Л.Б. Проблема мотивированности студентов при обучении немецкому языку в аграрном вузе / Л.Б. Здановская // Качество высшего образования в аграрном вузе: проблемы и перспективы: сб. ст. по материалам учеб.-метод. конф. – 2019. – С. 161–163. EDN VXOJMP

4. Карамышева С.Г. Применение комбинированного подхода для развития языковой компетенции у студентов неязыкового вуза / С.Г. Карамышева // Современные векторы развития науки: сб. ст. по материалам ежегодной науч.-практ. конф. преподавателей по итогам НИР за 2023 год. – Краснодар, 2024. – С. 422–424. EDN BUJZAY

5. Донскова Л.А. Формирование коммуникативной толерантности как составляющая вузовского образования / Л.А. Донскова // Достижения и перспективы в сфере производства и переработки сельскохозяйственной продукции: материалы IV нац. науч.-практ. конф., посвящ. 45-летию ФГБОУ ВО Белгородский ГАУ. – 2023. – С. 419–423. EDN EWTVPW