

## ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

**Т. Казанбаева**

*2курс, психологический факультет*

Научный руководитель – доц. **А.А. Артамонова**

Одним из ответственных моментов для человека – поступление в специальное учебное заведение (вуз) для получения профессии, вхождения в систему новых социальных отношений.

В психологическом плане данный этап в развитии является критическим, поскольку вхождение в новую социальную ситуацию развития приводит к трансформации прежних форм взаимодействия с окружающим миром, делает необходимым появление новой структуры личности, поэтому перед практической психологией встает задача оптимизации процесса вхождения юношей и девушек в вузовскую жизнь [2, с.19].

Адаптация является динамически сложным многоплановым процессом, включающим в себя:

- 1) адаптацию к учебной деятельности (в данном случае речь идет о смене основных форм, методов обучения и д.р.);
- 2) адаптацию к новой социальной среде – учебной группе.

Успешная адаптация в учебной группе выступает как необходимое условие продуктивной социальной активности, личностного профессионального самоопределения, развития индивидуальности [1].

Студент сталкивается с непривычными условиями организации учебно-воспитательного процесса, с новыми формами и методами учебной деятельности, с новыми учебными предметами и, как следствие, испытывает повышенную тревожность и чувство одиночества.

Причиной острого переживания тревоги могут быть не только индивидуальные и личностные особенности студента, но и вся макро- и микро-социальная среда, окружающая его [2, с.28].

Смысл социальной тревожности прост, человек чувствует тревогу, когда у него есть мотивация произвести впечатление на других и сомнения в способностях сделать это. Тревожность свойственна многим людям, но она может стать господствующей, накладывая свой отпечаток на все поведение человека [3, с.15].

Сама специфика учебной и творческой деятельности обостряет переживание экзистенциальной тревоги, и далеко не всем людям удаётся найти более-менее успешный путь её преодоления. Люди со слабым типом нервной системы особенно уязвимы в ситуациях проверки способностей (экзамены, тесты и т.п.). Неудовлетворение потребности в самореализации приводит к депрессивным состояниям и тревоге. Нереализованные проек-

ты – это, по сути, внешняя сторона нереализованных способностей, неактуализированного личностного потенциала [4, с.202].

В марте (по окончании первой сессии) был проведен опрос, в котором приняли участие 40 студентов 1 курса. Опросник включал в себя вопросы об адаптации студентов к учебной деятельности и социальной группе. В ходе исследования было выявлено, что студенты 1 курса хорошо адаптировались в новых условиях (вузе). Это проявилось в ответах на вопрос «Легко ли было найти общий язык с преподавателями?», где все ответили «да». Это показывает нам, хорошо организованный двухсторонний процесс обучения между студентами и преподавателями. Что касается непосредственно учебного процесса, то и здесь у студентов не возникало проблем. Доказательство этому факту послужили ответы на вопрос «Насколько трудно Вам было подготовиться к первой сессии?». Выбранные студентами варианты ответов «трудностей не возникало», «сложно эмоционально, переживал (а)» демонстрируют нам, что адаптация к новым учебным предметам, методикам обучения и новому учебному процессу прошла быстро и успешно.

#### **Библиографический список**

1. Вахромов Е.Е. Понятия «самоактуализация» и «самореализация» в психологии // Потенциал личности: комплексный подход. Материалы Всероссийской Internet-конференции. Отв. Редактор - Е.А. Уваров. Тамбов, Изд-во Тамбовского университета им. Г.Р. Державина, 2002. – С. 129-133.

2. Леонтьев Д.А. Гуманистическая психология как социокультурное явление // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. М.: Смысл, 1997. – С. 19-30.

3. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал, 2000. № 1. – С. 15-21.

4. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу // Вопросы психологии, 1987, № 3.

## **ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

**А. Козятинская**

*1 курс, психологический факультет*

**Научный руководитель – доц. А.А. Артамонова**

Проблема развития личности всегда стояла в центре внимания наук о человеке. До сих пор не существует единой концепции самореализации. Методологическая сторона проблемы изучения самореализации личности состоит в недостаточной определенности этого понятия. На современном этапе развития представлений о самореализации представляется невозможным даже классифицировать это понятие по форме – является ли это явлением, процессом, потребностью, свойством или чем-то иным.