

УДК 37.013.43**Меры по формированию социально-психологической адаптации
абитуриентов к обучению в вузах****Антипова Мария Александровна**

Педагог-психолог,

Школа № 1576,

127299, Российская Федерация, Москва, ул. Большая Академическая, 22а;

e-mail: Scmaria@yandex.ru

Аннотация

Образование играет ключевую роль в формировании статуса человека в обществе, а в современном мире это также один из основных показателей зрелости личности и сознательного выбора направления профессиональной деятельности. Процесс получения образования достаточно сложный и продолжительный, при выборе будущей профессии старшеклассники сталкиваются с трудностями и психологически сложными задачами, которые продолжают решать и на первых курсах высшего учебного заведения. В статье описаны основные проблемы, с которыми сталкиваются школьники и студенты, и способы их решения. Психолого-педагогическая поддержка обучающихся может помочь справиться с теми проблемами, с которыми они сталкиваются в старших классах в школе, а также в высших учебных заведениях, способствует повышению успеваемости, развитию профессиональных навыков и психологическому благополучию школьников и студентов, что делает это явление неотъемлемой частью образовательного процесса в школах и вузах, а также может помочь родителям, учителям, преподавателям.

Для цитирования в научных исследованиях

Антипова М.А. Меры по формированию социально-психологической адаптации абитуриентов к обучению в вузах // Педагогический журнал. 2024. Т. 14. № 2А. С. 603-609.

Ключевые слова

Образование, студент, абитуриент, психологическая помощь, выбор, профессия, наставник, тьютор, обучение.

Введение

Образование играет ключевую роль в формировании статуса человека в обществе, а в современном мире это также один из основных показателей зрелости личности и сознательный выбор направления профессиональной деятельности. Обучение не только дает человеку знания и навыки, но также открывает новые возможности для карьерного и личностного роста.

Как правило, образование обеспечивает доступ к лучшим и большим возможностям для трудоустройства. Чем выше уровень образования у человека, тем больше шансов он имеет на получение высокооплачиваемой работы и, следовательно, карьерного роста. Сегодняшние работодатели все чаще стали обращать внимание на образование соискателя при принятии решения о найме, и человек с высшим образованием имеет преимущество перед конкурентами.

Кроме того, образование влияет на социальный статус человека и его значимость в обществе. Люди с высшим образованием обычно пользуются большим уважением со стороны окружающих. Они часто занимают значимые позиции в обществе и имеют возможность оказывать влияние на принятие важных решений.

Образование способствует развитию личности и самореализации. Люди, обладающие знаниями и навыками, чувствуют себя увереннее и успешнее в жизни, они открывают новые горизонты и возможности для саморазвития, позволяя раскрыть свой потенциал и достичь поставленных в конкретный период жизни целей.

Исходя из всего вышеизложенного, образование имеет важное значение для формирования статуса человека в обществе. Таким образом, необходимость получения качественного образования и стремление к совершенствованию полученных навыков и знаний, а также личностного роста на протяжении всей жизни – база для востребованности обществом и достижения успеха.

Основная часть

Определение будущей профессии часто происходит в последние годы обучения в школе и окончательно формируется к последнему классу перед выпуском, когда выбираются предметы для сдачи Единого государственного экзамена (ЕГЭ), необходимые для поступления в выбранные вузы. Наиболее сложными с психологической точки зрения считаются последние годы обучения в школе и первый курс вуза, так как обучающимся приходится столкнуться помимо экзаменов, с адаптацией к новым условиям обучения и иной степени ответственности.

Выбор профессии – одно из самых важных решений, обязательно принимаемое каждым школьником перед окончанием обучения, которое определяет не только построение карьеры, но и дальнейший его жизненный путь [Федоринов, 2016]. Перед молодыми людьми встает нелегкая дилемма, при решении которой необходимо применить не только полученные знания, обратиться к уже имеющемуся собственному опыту, возможно, опыту старших родственников или знакомых, но и проанализировать свои возможности и интересы. Этот трудный процесс зачастую приводит будущего абитуриента к новым для него задачам, которые, в свою очередь, могут привести к психологическому дискомфорту.

Приведем три самые часто встречающиеся проблемы, возникающие в последние годы обучения в школе при выборе дальнейшего профессионального образования.

Самой распространённой трудностью при выборе профессии можно назвать отсутствие определенности в отношении своих возможностей, способностей и интересов. Отсутствие

широких знаний о различных профессиях (сферах деятельности) и поверхностное знакомство с ними не дают старшеклассникам определиться с выбором, кроме того, школьнику сложно определить, в чем именно заключаются его сильные стороны и на что он способен, что также затрудняет процесс [Федоринов, Шепарнев, 2015]. Поэтому задача педагогов, психологов, взрослых, окружающих ребенка, – оказать всевозможную поддержку и не избегать диалога со школьником о его интересах, помочь проанализировать сильные и слабые стороны и подсказать, что стоит изучить глубже и чему необходимо уделить больше внимания, но делать это без давления и в дружеской атмосфере.

Еще одной проблемой является влияние внешних факторов на выбор профессии. Часто старшеклассники подвергаются давлению со стороны родителей (учителей или общества), которые могут настаивать на выборе определенной профессии, не учитывая при этом настоящие желания, интересы и способности ребенка, это может привести к недопониманию, а также к выбору неподходящей профессии, что в дальнейшем может привести к чувству неудовлетворенности, стрессу, психологическим проблемам. К сожалению, данная проблема основывается на том, что родители не умеют слушать и слышать ребенка, мотивируя свои поступки тем, что недостаток опыта школьника не позволит верно определить направление для дальнейшего профессионального образования и тем самым ребенок чаще всего не заканчивает обучение в выбранном родителями вузе и теряет год (а то и несколько лет) своей жизни на исправление допущенной ошибки. Задачей окружения старшеклассника должно быть активное обсуждение и учет истинных желаний будущего абитуриента, а также помощь в подготовке к следующему этапу образования в выбранной сфере.

Третьей проблемой при выборе профессии является недостаток информации о различных профессиях и возможностях обучения. Часто школьники не имеют доступа к достоверной информации о различных профессиях, их перспективах и требованиях, что затрудняет принятие обоснованного решения. Недостаток информации может привести к ошибочному выбору профессии или даже к отсутствию ясного понимания того, чего хочет достичь обучающийся в будущем. В решении данной проблемы может помочь администрация школы, приглашая представителей различных профессий, которые, помимо знакомства с особенностями своей профессиональной деятельности, помогают школьникам узнать, какие знания им понадобятся в первую очередь и на что следует обратить внимание при подготовке к экзаменам. Также способствовать решению данной проблемы могут встречи с преподавателями и студентами (а возможно, и выпускниками) вузов, которые, рассказывая о своем опыте обучения, преподавания, помогают будущим студентам определиться с поступлением в выбранные учебные заведения.

В целом, выбор профессии для школьников – это сложный и ответственный процесс, который требует внимательного подхода, самоанализа и обдумывания. Для того чтобы сделать правильный выбор, старшеклассники должны иметь возможность обращаться за помощью к педагогам, психологам или карьерным консультантам, изучать различные профессии и области профессиональной деятельности, а главное – обязательно учитывать свои желания, интересы и способности. Важно помнить, что выбор профессии должен быть осознанным и основываться на собственных убеждениях и целях, чтобы обеспечить себе успешное и достойное будущее.

Окончание обучения в школе часто воспринимается как переход во взрослую жизнь и почти всегда связан с большим количеством стресса. После сдачи единых государственных экзаменов в школе бывшему школьнику предстоит поступление в выбранный вуз, а это еще один из очень важных этапов в жизни, который нередко сопровождается психологическими проблемами у

абитуриентов. Этот переходный период может вызывать стресс, тревогу, неуверенность в своих силах и способностях, проблемы с самооценкой.

Приведем три самых распространенных проблемы, с которыми сталкиваются абитуриенты при поступлении в вуз.

Наиболее очевидной является проблема неуверенности в себе или иначе страх неудачи. Это связано с боязнью быть недостаточно компетентным для обучения в этом вузе, например, недостаточное количество баллов, высокий конкурс, сложная программа обучения, отсутствие бюджетных мест и т.д. Этот страх может привести к негативным эмоциям, апатии, снижению самооценки и уверенности в своих силах, что, безусловно, скажется на дальнейшей реализации своих планов. Опорой в этом случае может служить поддержка окружения, всесторонняя помощь и подбадривание, убеждение в готовности оказать посильное участие при неблагоприятных обстоятельствах. Также наличие выбора (поступление не в один вуз одновременно) послужит хорошим стимулом не падать духом.

Другой распространенной проблемой является сравнение себя с другими абитуриентами. Многие студенты испытывают давление со стороны окружающих, сравнивают свои успехи и способности с успехами других, что может вызвать чувство тревоги и стресс.

Важной проблемой является неуверенность в выборе профессии и вуза. Многие абитуриенты сталкиваются с дилеммой, когда им сложно определиться с выбором специальности, которая соответствовала бы их интересам и способностям. Это может также вызвать большой стресс и страх сделать неправильный выбор.

Важно понимать, что психологические проблемы абитуриентов при поступлении в вуз – это нормальное явление, которое можно и нужно преодолевать. Для этого важно иметь поддержку со стороны родителей, друзей, психологов, развивать навыки саморегуляции, управления стрессом и укрепления психологической стойкости.

Кроме того, необходимо стремиться к самопознанию, пониманию своих целей и желаний, постоянно развиваться и учиться. Образование – это не только получение знаний, но и возможность личностного роста, саморазвития и самоопределения.

Важно помнить, что каждый человек уникален и что успех в учебе и жизни зависит в первую очередь от собственных усилий, уверенности и настойчивости.

Несмотря на очевидность разрешения всех вышеописанных трудностей для школьников и абитуриентов, довольно часто они имеют затяжной характер. Родители, учителя и общество в целом стараются решить другие задачи (в силу занятости, недостаточной компетенции или по другим причинам), и школьник остается один на один со своими страхами, неуверенностью и тревожностью.

Для того, чтобы обучающимся справиться с теми проблемами, с которыми он сталкивается в старших классах в школе, им необходима помощь педагога-психолога, учителей-наставников. Учителя, педагоги-психологи помогают решить старшеклассникам следующие задачи:

- помощь в усвоении учебного материала: педагог может объяснить сложные задачи и помочь ученикам разобраться в темах, которые у них вызывают затруднения;
- подготовка к экзаменам: учитель может помочь разработать стратегию подготовки к экзаменам, провести репетиторские занятия и помочь обучающимся успешно справиться с тестами и контрольными работами;
- развитие навыков самостоятельной работы: педагог-психолог может научить учеников эффективно планировать свое время, организовывать учебный процесс и работать над своими слабыми сторонами;

- поддержка в выборе карьеры и поступлении в высшее учебное заведение: педагог-психолог помогает ученикам определить свои интересы и цели и подготовиться к поступлению в вуз, включая написание эссе, подготовку портфолио и подготовку к собеседованиям;
- помощь в развитии личностных качеств: педагог-психолог помогает ученикам развивать навыки коммуникации, лидерства, аналитического мышления и самодисциплины, которые будут полезны им не только в учебе, но и в жизни.

Во многих вузах был создан институт тьюторства. Тьютор (англ. tutor – наставник, репетитор, преподаватель, частный педагог) – неформальная педагогическая должность. Тьюторство играет значительную роль в помощи студентам в освоении учебного материала и развитии их профессиональных навыков. Тьютор – это опытный преподаватель или студент-старшекурсник, который помогает индивидуально или в малых группах студентам в освоении сложных тем, подготовке к экзаменам и выполнении учебных заданий.

Рассмотрим психологические аспекты тьюторства в вузах и его влияние на академическую успеваемость и развитие студентов.

Одним из основных психолого-педагогических аспектов наставничества является поддержка и мотивация студентов. Студенты испытывают стресс и неуверенность в своих силах при изучении сложных дисциплин, а тьютор может стать для них наставником, который помогает преодолеть трудности, повысить уверенность в себе и мотивацию к учебе. Поддержка и понимание со стороны тьютора способствуют улучшению психологического комфорта студентов и формированию позитивного отношения к учебному процессу.

Важным психологическим аспектом тьюторства является индивидуализация обучения. Каждый первокурсник уникален и имеет свои особенности, способности и потребности. Тьютор, работая индивидуально с каждым обучающимся, может адаптировать методики и подходы к обучению под его особенности. Это способствует эффективному усвоению учебного материала, развитию критического мышления и самостоятельности студентов. Наставничество также способствует развитию коммуникативных навыков обучающихся. В процессе общения с тьютором студенты учатся выражать свои мысли, аргументировать свою позицию, задавать вопросы и обсуждать учебные и научные темы. Это помогает развивать навыки общения, работать в коллективе и эффективно взаимодействовать с коллегами.

Заключение

Таким образом, психолого-педагогическая поддержка в вузах и школах играет важную роль в мотивации и развитии обучающихся. Способствует высокому уровню успеваемости, развитию профессиональных навыков и психологическому благополучию обучающихся, что делает это явление неотъемлемой частью образовательного процесса в школах и вузах. А также может помочь родителям, учителям, преподавателям и оказать необходимую поддержку школьнику, абитуриенту, студенту.

Библиография

1. Алексейчева Е.Ю. Гуманизация образования: антропоцентризм и видимое обучение. В сборнике: Гуманизация образования: принципиальные позиции и положения. Сборник статей. Ярославль, 2021. С. 6-16.
2. Алексейчева Е.Ю. Новые тренды в управлении образовательными системами // Цифровая гуманитаристика: человек в «прозрачном» обществе: Коллективная монография. М.: Книгодел, 2021. С. 68-97.

3. Алексейчева Е.Ю. Современные подходы к организации научного продюсинга // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия «Экономика». 2020. № 4 (26). С. 100–108. DOI 10.25688/2312-6647.2020.26.4.09
4. Алексейчева Е.Ю. Этика distant-образования. В сборнике: Актуальные проблемы образования. материалы методологического семинара. Сер. "Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ" Ярославль, 2020. С. 78-84.
5. Алексейчева Е.Ю., Ананишнев В.М., Ермоленко Г.А., Жукоцкая А.В., Казенина А.А., Кожевников С.Б., Нехорошева Е.В., Осмоловская С.М., Сахарова М.В., Скородумова О.Б., Хасянов А.Ж., Хилханов Д.Л., Хилханова Э.В., Черненькая С.В. Цифровая гуманитаристика: человек в «прозрачном» обществе. Коллективная монография. Москва, 2021.
6. АЧБД Медиа о настоящем и будущем в России. URL: <https://achbd.media/a/school-tutors?ysclid=luo96t6vds749953265>.
7. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации. URL: <https://minobnauki.gov.ru>.
8. Словари и энциклопедии. URL: https://pedagogical_dictionary.academic.ru/3221/Тьютор?ysclid=luo9e4f15i578292393.
9. Федоринов А.В. Адаптированность первокурсников к обучению в Государственном университете по землеустройству и возможности ее повышения // Адаптация первокурсников к вузовской среде в системе студенческого самоуправления. М.: Государственный университет по землеустройству, 2016. С. 88-94. EDN XWJYUL.
10. Федоринов А.В., Шепарнев А.В. Всероссийский студенческий землеустроительный отряд, как новая форма интеграции науки, образования и производства в АПК // Материалы Всероссийской научно-практической конференции преподавателей вузов, руководителей штабов линейных отрядов, командиров, комиссаров, бойцов отрядов, проведенной в рамках слета Всероссийского студенческого землеустроительного отряда «Студенческий землеустроительный отряд - вчера, сегодня, завтра». М.: Государственный университет по землеустройству, 2015. С. 20-24. EDNVKDGTP.

Measures for the formation of socio-psychological adaptation of applicants to study at universities

Mariya A. Antipova

Educational Psychologist,
School No. 1576,

127299, 22a Bolshaya Akademicheskaya str., Moscow, Russian Federation;

e-mail: Scmaria@yandex.ru

Abstract

Education plays a key role in shaping a person's status in society, and in the modern world it is also one of the main indicators of personal maturity and conscious choice of the direction of professional activity. The process of obtaining education is quite complex and lengthy, when choosing a future profession, high school students face difficulties and psychologically difficult tasks that they continue to solve in the first years of higher education. The article describes the main problems faced by schoolchildren and students and ways to solve them. Psychological and pedagogical support for students can help to cope with the problems they face in high school, as well as in higher education institutions, contributes to improving academic performance, developing professional skills and psychological well-being of schoolchildren and students, which makes this phenomenon an integral part of the educational process in schools and universities. And it can also help parents, teachers.

For citation

Antipova M.A. (2024) Mery po formirovaniyu sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii abiturientov k obucheniyu v vuzakh [Measures for the formation of socio-psychological adaptation of applicants to study at universities]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 14 (2A), pp. 603-609.

Keywords

Education, student, applicant, psychological assistance, choice, profession, mentor, tutor, training.

References

1. *AChBD Media o nastoyashchem i budushchem v Rossii* [AChBD Media about the present and future in Russia]. Available at: <https://achbd.media/a/school-tutors?ysclid=luo96t6vds749953265> [Accessed 15/02/2024].
2. Alekseicheva E.Yu. (2020) Etika distant-obrazovaniya [Ethics of distant education] V sbornike: Aktual'nye problemy obrazovaniya. materialy metodologicheskogo seminar. Ser. "Biblioteka Masterskoj orgdeyatelnostnyh tekhnologij MGPU" YAroslavl' [In the collection: Current problems of education. materials of the methodological seminar. Ser. "Library of the Workshop of organizational and activity technologies of the Moscow State Pedagogical University" Yaroslavl] pp. 78-84.
3. Alekseicheva E.Yu. (2020) Sovremennye podhody k organizatsii nauchnogo prodyusinga [Modern approaches to the organization of scientific production] Vestnik Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta. Seriya «Ekonomika» [Vestnik of Moscow City University. Series «Economics»], 4 (26), pp. 100-108.
4. Alekseicheva E.Yu. (2021) Gumanizatsiya obrazovaniya: antropocentrizm i vidimoe obuchenie.[The humanization of education: Anthropocentrism and visible learning] V sbornike: Gumanizatsiya obrazovaniya: principial'nye pozitsii i polozheniya. Sbornik statej. YAroslavl' [In the collection: Humanization of education: fundamental positions and positions. Collection of articles. Yaroslavl], pp. 6-16.
5. Alekseicheva E.Yu. (2021) Novye trendy v upravlenii obrazovatel'nymi sistemami [New trends in the management of educational systems] Cifrovaya gumanitaristika: chelovek v «prozrachnom» obshchestve: Kollektivnaya monografiya. M.: Knigodel [Digital humanities: a person in a "transparent" society: Collective monograph. M.: Knigodel], pp. 68-97.
6. Alekseicheva E.Yu., Ananishnev V.M., Ermolenko G.A., Zhukotskaya A.V., Kazenina A.A., Kozhevnikov S.B., Nekhorosheva E.V., Osmolovskaya S.M., Sakharova M.V., Skorodumova O.B., Khasyanov A.J., Hilkanov D.L., Hilkanova E.V., Chernenkaya S.V. (2021) Cifrovaya gumanitaristika: chelovek v «prozrachnom» obshchestve. Kollektivnaya monografiya. Moskva [Digital humanities: a person in a "transparent" society. A collective monograph. Moscow]
7. Fedorinov A.V. Adaptirovannost' pervokursnikov k obucheniyu v Gosudarstvennom universitete po zemleustroistvu i vozmozhnosti ee povysheniya [Adaptation of first-year students to study at the State University in land management and the possibility of increasing it]. *Adaptatsiya pervokursnikov k vuzovskoi srede v sisteme studencheskogo samoupravleniya* [Adaptation of first-year students to the university environment in the system of student self-government]. M.: State University of Land Management, 2016. S. 88-94. EDN XWJYUL.
8. Fedorinov A.V., Shepamev A.V. (2015) Vserossiiskii studencheskii zemleustroitel'nyi otryad, kak novaya forma integratsii nauki, obrazovaniya i proizvodstva v APK [All-Russian student land management team, as a new form of integration of science, education and production in the agro-industrial complex]. *Materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii prepodavatelei vuzov, rukovoditelei shtabov lineinykh otryadov, komandirov, k omissarov, boitsov otryadov, provedennoi v ramkakh sleta Vserossiiskogo studencheskogo zemleustroitel'nogo otryada «Studencheskii zemleustroitel'nyi otryad - vchera, segodnya, zavtra»* [Proc. All-Russian Conf. "Student land management detachment - yesterday, today, tomorrow."]. Moscow: State University of Land Management, pp. 20-24. EDNVKDGTP.
9. *Ministerstvo nauki i vysshego obrazovaniya Rossiiskoi Federatsii* [Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation]. Available at: <https://minobmauki.gov.ru> [Accessed 15/02/2024].
10. *Slovari i entsiklopedii* [Dictionaries and encyclopedias]. Available at: https://pedagogical_dictionary.academic.ru/3221/T'yutor?ysclid=luo9e4f15i578292393 [Accessed 22/02/2024].