

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К УЧЕБНЫМ НАГРУЗКАМ В ВУЗЕ

PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE 1ST – YEAR STUDENTS TO EDUCATIONAL ACTIVITY IN THE UNIVERSITY

Н. Р. Тарасевич

N. Tarasevich

*Белорусский государственный университет, МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ,
г. Минск, Республика Беларусь
natusik.tarasevich.23@mail.ru*

Belarusian State University, ISEI BSU, Minsk, Republic of Belarus

Проблема адаптации студентов вуза является одной из важных проблем. Она исследуется на различных уровнях: психофизиологическом, индивидуально-психологическом, социально-психологическом. Студенты первых курсов сталкиваются с определенными сложностями. Из них можно выделить следующие: увеличившийся объем учебной нагрузки; сложности в усвоения нового материала; возникают различные сложности в взаимоотношениях не только с одногруппниками, но и преподавателями.

The problem of adaptation of university students is one of the important problems. It is explored at the various levels: psychophysiological, individual psychological, socio-psychological. 1st - year students face certain difficulties. From them it is possible to allocate the following: the increased volume of an academic load; difficulties in mastering of new material; there are various difficulties in relations not only with classmates, but also teachers.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, тревожность.

Keywords: adaptation, disadaptation, anxiety

Адаптация человека к новой среде – сложный социально-биологический процесс, в его основе лежит изменение различных систем и функции организма. Дезадаптация – потеря человеком способности приспосабливаться к условиям социальной среды.

В психологии под термином «адаптация» понимается перестройка психики индивида под воздействием определенных факторов окружающей среды, а также способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой [2].

С целью изучения особенностей психологической адаптации учащихся к условиям обучения в вузе было проведено тестирование студентов первого курса Белорусского государственного университета с помощью метода Спилбергера–Ханина для определения личностной и ситуативной тревожности. Это единственная методика, которая позволяет измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние, связанное с текущей ситуацией.

Определенный уровень тревожности – природная и несомненная особенность деятельности личности. У каждого человека существует свой оптимум, так называемый необходимый уровень тревожности. Оценка человеком своего индивидуального состояния должна быть направлена на совершенствование своих положительных качеств и преодоления отрицательных [1].

Всего было продиагностировано 50 студентов первого курса. По результатам тестирования ситуативного уровня тревожности у 16 % отмечается низкий уровень тревожности, у 62 % – умеренный, у 22 % – высокий уровень. При анализе личностной тревожности у 9 % низкий уровень тревожности, у 51 % – умеренный, у 40 % – высокий уровень. Личности, относимые к категории с высоким уровнем тревожности, могут воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в различных жизненных ситуациях и реагировать на них определенным состоянием тревожности. Также можно сказать, что такие результаты являются следствием дезадаптивных процессов, вызванных рядом факторов, в первую очередь, связанных с началом учебного года в вузе, эмоциональными особенностями организма и состоянием здоровья.

Таким образом, говоря о проблемах адаптации, нужно помнить об индивидуальных особенностях личности: темпераменте, характере, акцентуации характера, чувствах, способностях. Способности являются одним из основных особенностях социума, поскольку каждый человек по-разному воспринимает знания, умения и навыки.

Чтобы повысить уровень адаптации, студентам необходимо: соблюдать режим дня и правила здорового образа жизни, научиться планировать организацию своей деятельности, уделять достаточное количество времени самостоятельному обучению и, конечно, не бояться обратиться за помощью к одногруппникам, куратору, психологу или родителям.

ЛИТЕРАТУРА

1. Батаршев, А. В. Базовые психологические свойства и самоопределение личности: Практическое руководство по психологической диагностике / А. В. Батаршев. – СПб: Речь, 2005. – С. 44–49.
2. Постапалова, Г. И. О факторах, определяющих адаптационную способность человека / Г. И. Постапалова // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студентов. – Ереван, 1973. – С. 8–19.

ПУТИ РЕШЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ НА ПРЕДПРИЯТИЯХ ВОДОПОЛЬЗОВАНИЯ WAYS OF SOLUTIONS OF THE SOCIO-ENVIRONMENTAL ISSUES AT THE ENTERPRISES OF WATER SUPPLY

А. С. Фуртатова, Л. Л. Каменник
A. Furtatova, L. Kamenik

*Санкт-Петербургский государственный политехнический университет Петра Великого,
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
alina_furtado@mail.ru
Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University, St. Petersburg, Russian Federation*

Предприятия водопользования в процессе реализации своих целевых функций – обеспечения качественными и доступными услугами водоснабжения и водоотведения потребителей, сталкиваются с необходимостью решения социально-экологических проблем, вызванных ростом уровня загрязнения окружающей среды. Экологические проблемы загрязнения источников питьевого водоснабжения порождают усиление социальной напряженности, выражающейся в ограничении доступности потребителей к питьевой воде нормативного качества. Поиск перспектив решения данных проблем для повышения удовлетворенности потребителей качеством услуг водоснабжения определяет и подчеркивает актуальность проведенного исследования.

Enterprises of water use in the process of implementing their targeted functions – providing high-quality and affordable water supply and sanitation services to consumers, are faced with the need to address social and environmental problems caused by an increase in the level of pollution of the environment. Ecological problems of pollution of sources of drinking water supply generate an increase in social tension, which is manifested in limiting the availability of consumers to drinking water of normative quality. The search for the prospects of solving these problems in order to increase the satisfaction of consumers with the quality of water supply services determines and emphasizes the urgency of the conducted research.

Ключевые слова: предприятия водопользования, социально-экологические проблемы, система водоснабжения, ресурсосберегающие технологии.

Keywords: enterprises of water supply, social and ecological problems, water supply system, resource-saving technologies.

Современное состояние предприятий водопользования обусловлено наличием ряда экологических проблем, связанных с повсеместным загрязнением окружающей среды – водных объектов, атмосферного воздуха, почвы. Данные загрязнения являются следствием антропогенного воздействия на природную среду – в частности на водные объекты (поверхностные и подземные воды) [1]. В условиях массовой нехватки источников безопасного питьевого водоснабжения, повышенном уровне загрязнения окружающей среды и применения нерациональных технологий водопользования, необходимо предложить пути решения данных проблем на предприятиях водопользования, соответствующие современным достижениям научно-технического прогресса и организации производства, что определяет актуальность исследования.

Рациональное использование водных ресурсов является залогом устойчивого развития общества, включающего в себя, как известно, экологические, экономические факторы и социальную сферу. На сегодняшний день, по данным доклада ООН о «Целях в области устойчивого развития» на 2017 г. дефицит воды испытывает более 2 млрд человек, и их число будет лишь увеличиваться в силу последствий изменения климата, роста численности населения и сопутствующее этому увеличение антропогенной нагрузки на экосистемы и природные водные объекты [2].

Одной из главных причин недостатка безопасных источников питьевой воды является ее масштабное загрязнение, существенно снижающее текущие запасы пресной воды по качественному признаку. Водные бассейны страдают от несанкционированных сбросов неочищенных стоков предприятий и домашних хозяйств [1]. Разви-