

Возрастные психологические особенности студентов первого курса в сессионный период

Григорьева Диана Евгеньевна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Цель статьи – рассмотреть возрастные психологические особенности студентов первого курса в период сессии. Для достижения этой цели был проведен обзор литературы и анализ психологических особенностей студентов первого курса. В результате исследования были выявлены ключевые аспекты психологического благополучия студентов первого курса в период сессии, которые могут быть использованы для оптимизации учебного процесса

Ключевые слова: студент, обязанности студентов, психологические особенности студентов

Age-related psychological characteristics of first-year university students during the exam period

Grigoryeva Diana Yevgenievna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

The aim of this article is to examine the age-related psychological characteristics of first-year students during the examination period. To achieve this goal, a literature review was conducted, and the psychological characteristics of first-year students were analyzed. As a result of the study, key aspects of the psychological well-being of first-year students during the examination period were identified, which can be used to optimize the educational process

Keywords: student, responsibilities of students, psychological characteristics of students

Возраст является важным фактором в психологическом развитии человека. Каждый возраст имеет свои уникальные особенности, которые могут существенно повлиять на жизнь и поведение человека. Студенческий возраст также имеет свои особенности, которые являются предметом интереса многих исследований в области психологии.

Студенты первого курса переживают один из самых сложных периодов своей жизни. Переход от школьной жизни к высшему образованию требует от них адаптации к новой среде, новым правилам и новым людям. В период

сессий этот процесс еще более усложняется, так как студентам приходится столкнуться с множеством задач, которые требуют от них максимальной концентрации, настойчивости и усиленной работы.

В данной статье рассмотрены возрастные психологические особенности студентов первого курса в сессионный период. Рассмотрены особенности восприятия, внимания, памяти и мышления студентов, а также выявлены их эмоциональное состояние в период сессий.

Цель исследования – помочь студентам и преподавателям лучше понимать возрастные особенности их поведения в период сессии, чтобы улучшить учебный процесс и снизить стрессовые нагрузки на студентов. Результаты статьи будут полезны как для студентов, так и для преподавателей, и будут способствовать успешному завершению первого курса высшего образования.

Студенческий возраст – период профессионального самоопределения и становления личности. Он ориентирован на профессиональное становление личности как основное психическое новообразование, проявляющееся в учебно-воспитательном процессе [1, с. 26]. Данный возраст – непростой период жизни человека. Особенно сложно приходится студентам первого курса. Временной отрезок между окончанием школы и началом обучения в вузе очень короткий, и именно на нем необходимо существенно скорректировать ранее поставленные цели, глубоко переосмыслить свои привычки и поведение. Перед студентом возникают трудности, связанные с тем, что приходится привыкать ко всему новому — однокурсникам, преподавателям специализированных предметов, различным формам отчетности и значимости в глазах окружающих.

Период юности, который совпадает со студенческим возрастом, имеет отличительные особенности и является важным этапом формирования личности и профессионализации. Б.Г. Ананьев, выдающийся отечественный психолог, рассматривал период от 17 до 25 лет как завершающий этап формирования личности и основную стадию профессионального становления. В этот период у личности формируются оптимальные субъективные условия для развития навыков самообразовательной деятельности [3].

Согласно Б.Г. Ананьеву, переход от подросткового возраста к взрослости сопровождается формированием новых социальных и психологических ролей. В студенческом возрасте личность находится в процессе поиска своего места в обществе и определения своих ценностных ориентиров. Важной особенностью этого периода является формирование самооценки и самопринятия, а также активное включение в социальную жизнь.

В связи с этим, студенческий возраст является временем особой психологической напряженности и стрессовых ситуаций, которые могут влиять на формирование личности и успехи в профессиональной деятельности. Поэтому, понимание особенностей этого периода и оказание необходимой психологической поддержки студентам важно для успешного прохождения этой жизненной стадии [2, с. 14].

В период студенческой жизни молодые люди проходят через множество изменений в своей жизни, включая изменение социального статуса, переход к самостоятельной жизни, новые образовательные возможности, а также возможности для личностного роста и развития. Одной из основных возрастных психологических особенностей студентов является их стремление к самостоятельности. Они начинают чувствовать себя более независимыми от своих родителей и семейного окружения, и часто стремятся к тому, чтобы самостоятельно принимать решения и контролировать свою жизнь. Эта потребность в самостоятельности может приводить к конфликтам с родителями и другими взрослыми, которые могут продолжаться в течение всего периода студенческой жизни.

Другой важной особенностью студенческого возраста является стремление к социальной принадлежности и общению. Студенты часто формируют круг друзей, с которыми проводят большую часть своего времени, и становятся более включенными в социальную жизнь университета или колледжа. Эта социальная активность может иметь положительные или отрицательные последствия для их учебной деятельности, в зависимости от того, насколько хорошо они могут балансировать социальную жизнь с учебными обязанностями [3].

Б.Г. Ананьев, выдающийся советский психолог, одним из первых исследовал психологические особенности студенческого возраста и подчеркивал его положительные стороны. Он утверждал, что студенческий возраст является периодом активного развития личности и предоставляет молодым людям уникальные возможности для самопознания и личностного роста. Некоторые из положительных сторон студенческого возраста, которые Б.Г. Ананьев подчеркивал в своих исследованиях:

1. Активное стремление к познанию мира: студенческий возраст характеризуется жадой знаний и увлечением новыми идеями. Молодые люди активно ищут новые знания и опыт, что способствует их личностному росту.

2. Развитие творческого потенциала: исследователь подчеркивал, что студенческий возраст является периодом формирования творческого потенциала. Молодые люди начинают проявлять свои таланты, знакомятся с различными видами искусства, исследуют новые формы самовыражения.

3. Общение и социальная адаптация: студенческий возраст характеризуется широким кругом общения и социальной активностью. Молодые люди начинают строить свои отношения с окружающими людьми, обретают друзей, сотрудничают с коллегами по учебе и работе.

4. Развитие профессиональных навыков: студенческий возраст предоставляет молодым людям возможность получить профессиональное образование и развиваться в своей профессиональной сфере. Они начинают знакомиться с различными видами деятельности, ищут своё место в мире труда и строят свою карьеру.

5. Формирование ценностных ориентаций: студенческий возраст является периодом формирования ценностных ориентаций, мировоззрения и

нравственных принципов. Молодые люди начинают осознавать свою жизненные ценности, определять свои приоритеты и искать свой путь в жизни.

6. Физическое здоровье и активный образ жизни: студенческий возраст связан с высокой физической активностью и заботой о здоровье. Молодые люди активно занимаются спортом, следят за своим питанием и образом жизни.

7. Исследование собственной личности: студенческий возраст является периодом поиска своей индивидуальности и самопознания. Молодые люди начинают изучать свои интересы, таланты и потребности, определяют свои цели и мечты [2, с. 141].

Таким образом, студенческий возраст может быть полным и интересным периодом для личностного роста и развития. Молодые люди имеют возможность искать свой путь в жизни, развивать свой творческий потенциал, получать образование и формировать ценностные ориентации.

Конечно, помимо положительных сторон, студенческий возраст также связан с некоторыми психологическими сложностями и вызовами. Некоторые из них включают:

1. Стресс и депрессия: студенческая жизнь может быть очень напряженной, особенно когда студенты сталкиваются с испытаниями в виде экзаменов и социальных проблем. Это может привести к появлению стресса и депрессии, которые могут отрицательно повлиять на психическое и физическое здоровье.

2. Низкая самооценка и неуверенность: студенческий возраст часто связан с поиском своего места в обществе и чувством неуверенности в своих способностях. Это может привести к низкой самооценке и негативному отношению к себе.

3. Проблемы социализации: студенческий возраст связан с изменением социального окружения, особенно для тех, кто переезжает в другой город или страну. Новые студенты могут столкнуться с трудностями в установлении контактов с новыми людьми и нахождении своего места в новой среде.

4. Неправильное управление временем: многие студенты сталкиваются с проблемами управления временем, что может привести к стрессу и неэффективной работе.

5. Проблемы с вредными привычками и алкоголем: студенческий возраст также связан с риском потребления алкоголя, что может привести к различным проблемам, включая здоровье, академические результаты и социальную адаптацию.

В целом, студенческий возраст связан со многими психологическими вызовами, но это также период возможностей и роста, если студенты справляются с вызовами и используют возможности для своего развития [4, с. 11].

Изучение студента как личности позволяет сделать вывод о том, что в этом возрасте происходит активное становление характера, нравственных и эстетических чувств. Студенты становятся более самостоятельными, ответственными за свое поведение, серьезнее относятся к жизни, стремятся

выстроить устойчивые отношения с людьми. Конкретизируются и уточняются жизненные планы и стремления, повышается сознательность, мотивы поведения становятся более объективными.

Таким образом, студенческий возраст – это важный этап становления личности, который выпадает на период жизни от 17 до 25 лет. Данный возраст имеет множество психологических особенностей, к которым относятся активное стремление к познанию мира, развитие творческого потенциала, формирование ценностных ориентаций и так далее. Но помимо положительных сторон, студенческий возраст также связан с некоторыми психологическими сложностями и вызовами, которые включают в себя повышенный уровень стресса, сложности с социализацией, риск появления вредных привычек и так далее.

Библиографический список

1. Абдиева Г.И. Юношеский возраст как период личностно-профессионального самоопределения и становления. М.: Глобус, 2021. 26 с.
2. Ананьев Б.Г. К психофизиологии студенческого возраста. М.: Современные психолого-педагогические проблемы высшей школы, 1974. 432 с.
3. Психологические особенности студенческого возраста. URL: <http://spsu.ru/news/4668-psikhologicheskie-osobennosti-studencheskogo-vozrasta/> (дата обращения: 05.05.2023).
4. Гредюшко О.П. Социально - психологические факторы тревожности студентов ССУЗ педагогического профиля. Казань, 2004. 18 с.