

Самым неприятным в этом является то, что заболевание может быть достаточно тяжелым, затрагивающим не просто психологическую, но и физиологическую область. Известны случаи, когда психологические проблемы вышеописанного рода приводили даже к онкологическим заболеваниям. Ну а различные варианты вроде мигреней, вегетососудистой дистонии, сердечной недостаточности, артериальной гипертензии, различных тиков, спазм, дерматологические проблемы и так далее можно даже не рассматривать, настолько они являются обыденными – вроде «медвежьей болезни» перед экзаменом у многих студентов (тоже, кстати, проблема, имеющая психологическую природу). Также психологическую природу может иметь повышенный травматизм – иногда подсознание толкает людей буквально под машину, лишь бы только избавиться от каких-то жизненных неурядиц.

Одна из граней проблемы в том, что студенты прекрасно знают, что такое психосоматические заболевания, однако, практически все они уверены, что именно к ним подобное не относится. Они просто не могут страдать от психосоматики! Кто угодно, только не они! И поэтому при возникновении заболеваний, имеющих под собой психологическую основу, студенты обращаются к кому угодно, только не к психологу. Однако, диагностировать подобное заболевание и способствовать его излечению может только специалист. И именно такие специалисты – профессиональные психологи, должны периодически заниматься со студентами, проводить тестирование и так далее, а заодно и объяснять им опасность психосоматических расстройств. Также контролировать студентов с точки зрения психологических проблем должны кураторы групп, и при необходимости обращаться за помощью к специалистам-психологам.

## **ИНОГОРОДНИЕ СТУДЕНТЫ: ГРУППА РИСКА НА МЛАДШИХ КУРСАХ**

**В. Б. СОКОЛОВ**

*Учреждение образования*

*«Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»,*

**Е. А. КРИШТОПОВА**

*Учреждение образования*

*«Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»*

*филиал «Минский радиотехнический колледж»,*

**С. ЛАНГХАММЕР**

*Университет прикладных наук г. Миттвайда (Германия)*

**Аннотация.** В статье уделяется внимание некоторым вопросам адаптации студентов вузов на младших курсах

Иногородние студенты это в первую очередь это молодые люди, вырвавшиеся в одночасье из-под родительской опеки и оказавшиеся в ситуации, когда от них требуются взрослые решения и взрослая ответственность. Но психологически они еще не в состоянии это сделать, у большинства из них отсутствует опыт подобных решений, они ни разу не были полностью самостоятельными.

Следует учитывать, что чаще всего будущие студенты в школьные времена отличались не только хорошей успеваемостью, но и были в достаточной степени опекаемы родителями. Кроме того, обычно это абитуриенты из маленьких городов и деревень – из мест, где своих вузов нет, и именно поэтому они приезжают в большие города.

Сразу – очень много перемен в жизни. Начиная от отсутствия родительской опеки и заканчивая совершенно другой социальной средой, совершенно другими условиями жизни в большом городе. И пока процесс взросления медленно и неуклонно протекает в головах молодых людей, они являются группой повышенного риска с точки зрения различных негативных событий.

Часть иногородних студентов – молодые люди, которые стремились вырваться из-под излишней родительской опеки, и они, получив, наконец, вожделенную самостоятельность, чаще всего начинают ею злоупотреблять. Нельзя сказать, что в этом злоупотреблении имеется какой-либо злой умысел или недочеты в воспитании. Обычно причина проста: молодые люди просто не умеют пользоваться обретенной свободой. В результате возможны случаи употребления наркотиков, алкоголя и прочее деструктивное поведение. Эти студенты заинтересованы не столько и не только в учебе, получении образования и диплома, сколько в полной и бесконтрольной свободе.

Другая часть иногородних студентов – молодые люди, которые наоборот – страдают от отсутствия родительской опеки, родительского внимания. Они тоже не умеют пользоваться обретенной свободой, но реагируют на нее иначе. Для них такая свобода отнюдь не благо, и им не терпится от нее избавиться. Эти студенты являются даже большей группой риска, чем предыдущий случай, так как, пытаясь вернуться в привычные условия жизни, они подсознательно тянутся к разнообразным проблемам. Именно у них обычно случаются неприятные происшествия с владельцами квартир, где они пытаются арендовать комнату или всю квартиру (чаще всего молодые люди нарываются на мошенников и остаются без копейки), они страдают от целого набора психосоматических заболеваний и так далее.

Бывает, что пытаясь почувствовать себя в своей тарелке, молодые люди этой группы демонстрируют протестную форму поведения: они тянутся к компаниям, где употребляют алкоголь и наркотики, но не потому, что им так уж нравятся подобные компании, но просто хочется почувствовать себя увереннее в непривычном мире, вот они и выбирают «друзей», которые демонстрируют абсолютную уверенность.

Мало того, что поведение как первой группы студентов, так и второй совершенно деструктивно, они еще и не уделяют должного внимания учебе, слишком погружаясь в свои психологические проблемы, занятые попытками тем или иным способом избавиться от психологического дискомфорта.

С течением времени риск попадания в неподходящую компанию уменьшается как у студентов первой, так и второй групп – молодые люди взрослеют, привыкают к обстановке большого города, обживаются в нем, учатся самостоятельности. Главное для них – пройти первый, самый сложный этап адаптации. И вот в этом им должны помочь как кураторы групп, так и профессиональные психологи, задача которых – объяснить молодым людям то, что с ними происходит, откуда берется их психологический дискомфорт, как от него можно

избавиться, не прибегая к экстремальным способам вроде наркотиков, алкоголя, а также психосоматических заболеваний.

Также особое внимание таким студентам должны уделять преподаватели, особенно профильных специальностей: необходимо увлечь их учебой, отвлекая от деструктивного поведения, а процесс взросления при этом пойдет гармонично, без катаклизмов и революционных рывков.

Для всех студентов младших курсов (не только иногородних) весьма полезны различные экскурсии – желательно по лучшим белорусским туристическим маршрутам (воспитание патриотизма), а также посещение музеев (особенно во время тематических выставок). Экскурсии на производства тоже не будут лишними, особенно для будущих инженеров. Также желательны встречи с интересными людьми (писателями, художниками, учеными, артистами и так далее) – в современном мире для выпускников высших учебных заведений очень желательно разностороннее образование и широта взглядов, которые могут быть приобретены в процессе общения с различными людьми, начиная от известного ученого и заканчивая слесарем-умельцем.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ НАРКОМАНИИ И АЛКОГОЛИЗМА В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ**

**В. Б. СОКОЛОВ, Е. А. КРИШТОПОВА**

*Учреждение образования*

*«Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»,*

**В. МАРЦИНКЯВИЧЕНЕ**

*Каунасская коллегия, Университет прикладных наук (Литва)*

**Аннотация.** В статье уделено внимание факторам, влияющим на распространение молодежной наркомании и алкоголизма в молодежной среде вуза

В молодежном сознании и бытовой культуре сформировался устойчивый социально-психологический стереотип, согласно которому потребление алкогольных напитков легких наркотиков рассматривается как допустимый и моднообразцовый стандарт поведения и проявления привычного образа жизни.

Для студентов высших учебных заведений психологический аспект наркомании и алкоголизма становится определяющим – выявив его, можно избавиться не только от следствия, но и от причины проблемы. Интересно, что до поступления в вуз большинство студентов не употребляло ни наркотики, ни алкоголь, и проблема появляется только после начала учебы в высшей школе. Подобная ситуация отнюдь не является случайной.

В наше время рождаемость падает, и в семьях все чаще имеется не более двух детей, единственный ребенок уже не редкость, а почти норма. Объясняется такая ситуация тем, что за одним ребенком проще смотреть, ему можно обеспечить нормальный жизненный старт – а ведь это стоит денег, которые родители должны заработать. Кроме того, родители сейчас куда как больше, чем раньше, обеспокоены карьерным ростом, и нередко рождение детей откладывается в угоду карьере, ну а затем уже бывает поздно рожать больше одного ребенка.

Такое положение приводит и к гиперопеке со стороны родителей, и к выращиванию инфантильного поколения. Нынешние молодые люди взросле-