

## **РАСПРОСТРАНЕННЫЕ СТУДЕНЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

**Азиева Эвелина Рамилевна**

ординатор ФГБОУ ВО Башкирский государственный медицинский университет, РФ, г. Уфа

**Мустафина Гульгена Раисовна**

научный руководитель, канд. мед. наук, доцент, ФГБОУ ВО Башкирский государственный медицинский университет, РФ, г. Уфа

Краткое резюме

1. Управление временем
2. Низкая мотивация
3. Отсутствие концентрации
4. Отвлекающие факторы
5. Невозможность найти подходящее жилье
6. Депрессия
7. Финансовые проблемы
8. Недостаток сна
9. Отсутствие интереса
10. Одиночество

Уровень образования определяется успеваемостью студента, зависящей от различных факторов социально-психического и социально-педагогического характера, а также от психофизических особенностей самой личности студента. На протяжении многих лет исследователи, говоря об учебной деятельности студента и её успешности, прежде всего, подразумевали ведущую роль интеллектуального уровня личности. Безусловно, значение этого фактора нельзя недооценивать. Однако сегодня не приходится сомневаться и в том, что успеваемость учащихся зависит и от ряда других факторов.

### **1. Управление временем**

В водовороте студенческой жизни мы часто сталкиваемся с самой распространенной студенческой проблемой — управление временем. Управление лекциями, заданиями и подобием социальной жизни или определение лучшего времени для учебы может показаться недостижимым подвигом.

Решение:

Среди этого хаоса возникает практическое решение — создание персонализированного расписания. Расставляя приоритеты в задачах, устанавливая реалистичные цели и включив перерывы, студенты могут легко найти способ решить эти наиболее распространенные студенческие проблемы. Эффективное управление временем, постановка целей и выбор предпочтительного пути в жизни всегда должны быть на первом месте.

## **2. Низкая мотивация**

Борьба с низкой мотивацией — одна из вполне реальных распространенных проблем студентов. Попытка сбалансировать несколько заданий, надвигающиеся сроки и бремя ожиданий — одна из самых распространенных проблем для студентов. Неустанная работа может легко подорвать мотивацию, что приведет к выгоранию. Низкая мотивация у студентов может возникнуть из-за чрезмерного академического давления и отсутствия четких целей.

Решение:

Создание системы поддержки, например, учебных групп или поиск руководства у наставников, может изменить ситуацию. Обмен опытом и обучение у других не только обеспечивает новые перспективы, но и служит мотивирующим стимулом.

## **3. Отсутствие концентрации**

Одной из главных проблем в университете для студентов является то, что они оказываются заваленными под горами заданий, переключаясь между отвлекающими факторами в социальных сетях и приближающимися сроками. Эти распространенные проблемы студентов очевидны, и отсутствие концентрации становится грозным врагом. Справляясь с курсовой работой, работой на неполный рабочий день и социальными обязательствами, студенты оказываются перегруженными. Эта проблема может быть вызвана отвлекающими факторами в окружающей среде, чрезмерным использованием цифровых устройств и недостаточным сном.

Решение:

Однако практическое решение одной из проблем студентов заключается в установлении специальной учебной программы. Поставив реалистичные цели и приняв методы осознанности, студенты могут бороться с этими распространенными проблемами в университете.

## **4. Отвлекающие факторы**

Представьте себе подготовку к важному экзамену, когда уведомления заполняют ваш телефон, социальные сети манят, а привлекательность потоковых сервисов оказывается непреодолимой. Эти отвлекающие факторы не только мешают концентрации, но и ставят под угрозу успех в учебе — одну из основных проблем студентов.

Решение:

В преодолении этих личных проблем в студенческой жизни создание специального учебного пространства, внедрение методов управления временем и использование инструментов, повышающих концентрацию, могут оказаться полезными. Признавая реальную борьбу с чрезмерным отвлечением, вы можете преодолеть распространенные общие проблемы студентов.

## **5. Невозможность найти подходящее жилье**

Борьба за подходящее жилье является основной распространенной проблемой студентов. Что делать, если студент взволнован своим новым учебным путешествием, но сталкивается с пугающей проблемой не найти подходящего места для проживания? Это больше, чем просто проблемы студентов с жильем, это нарушение их сосредоточенности и благополучия.

Решение:

Практическое решение заключается в сотрудничестве университетов с местными жилищными службами или поиске платформы, которая предоставляет студенческое жилье, обеспечивая оптимизированный процесс для студентов.

## **6. Депрессия**

Одной из наиболее распространенных проблем, с которой сталкиваются студенты в университете, является борьба с личным и социальным давлением. Нередко ученики чувствуют себя изолированными и обремененными. В такие моменты поиск поддержки у друзей или семьи становится решающим. Она вызвана снижением интереса, важными жизненными событиями, потерей радости, пустотой. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), депрессия поражает более 264 миллионов человек во всем мире, причем значительная часть из них — молодые люди, включая студентов. Депрессия у студентов может быть вызвана академическим стрессом, социальным давлением и личными проблемами, такими как финансовые трудности.

Решение:

Установление баланса между академической и личной жизнью важно. Поощрение открытых разговоров о психическом здоровье и поиск поддержки благополучия для студентов может создать благоприятную среду. При необходимости важность включать в жизнь студента работу с психологом.

## **7. Финансовые проблемы**

Жизнь в университете — это волнующее путешествие, но финансовые проблемы студентов часто добавляют серьезные проблемы. Примерно **70%** студентов во всем мире берут кредиты для покрытия платы за обучение и других образовательных расходов. Следовательно, значительная часть выпускников оказываются под бременем студенческого долга. Это финансовое напряжение может повлиять на качество их жизни и будущую финансовую стабильность. Растущая стоимость обучения, учебников и ежедневная рутина не дают им чувствовать себя полноценно.

**Решение:**

Финансовые проблемы, которые возникают у студентов при оплате за обучение может решить государство, за счет частичного или полного погашения обучения в замен на помощь государству после получения диплома.

## **8. Недостаток сна**

Выполняя задания, посещая лекции и поддерживая общественную жизнь, студенты часто оказываются на грани выгорания из-за хронического недосыпания. Хроническое недосыпание распространено среди студентов и может быть вызвано плохим управлением временем и чрезмерным использованием электронных устройств. Недостаток сна отрицательно влияет на когнитивные функции, память и общее состояние здоровья.

**Решение:**

Внедрение простых практик сна, таких как установление постоянного режима отхода ко сну и создание благоприятной среды, может значительно облегчить эти проблемы студентов. Важно осознать важность [сна](#), что он является частью успеха и целостного здоровья.

## **9. Отсутствие интереса**

Находясь в постоянном цикле университетской жизни, возникает реальная проблема — отсутствие интереса. Многие студенты оказываются втянутыми в монотонность лекций и заданий. Отсутствие интереса к предмету может затруднить для студентов сохранение

вовлеченности и мотивации. Это часто является результатом непонимания актуальности материала для их будущих целей.

### **Решение:**

В таких сценариях практическое решение заключается в развитии чувства цели и вовлеченности. Важно включать интерактивные методы обучения, находить время для досуга и найти свое направление в обучении.

## **10. Одиночество**

Университетская жизнь, полная студенческих проблем, часто скрывает молчаливую борьбу: одиночество. Одиночество становится постоянным спутником, влияя на психическое благополучие. Однако студенты могут разорвать эту изоляцию, развивая интересы, посещая мероприятия и укрепляя связи.

### **Решение:**

Чтобы преодолеть одиночество и придать дополнительный импульс учебной программе, важно найти друзей с общими интересами обучения, заниматься в групповых занятиях и организовывать совместный досуг.

### **Список литературы:**

1. Мылгасова О.В. Студент сегодня: трудиться и учиться – эффективно? //Достойный труд - основа стабильного общества. – Екатеринбург, 2016. – С. 196-201.
2. Заплаткин М.В., Королев А.В., Пантюхина А.О., Рыжова Н.Е. Совмещение учебы и работы в студенческой среде: социологические заметки. // «Управление в социальных системах. Коммуникативные технологии».- 2016- С.33-41.
3. Константиновский Д.Л., Чередниченко Г.А., Вознесенская Е.Д. Работающий студент: мотивы, реальность, проблемы. // Вопросы образования- 2009 – С. 70.
4. Рощин С.Ю., Рудаков В.Н. Совмещение учебы и работы студентами российских вузов. // Вопросы образования - 2014 - С. 152-179.
5. Константиновский Д.Л., Чередниченко Г.А., Вознесенская Е.Д. Российский студент сегодня: учеба плюс работа. - М.: Издательство ЦСП, 2002. - 128 с.
6. Герчиков В.И. Феномен работающего студента вуза. // Социология образования - 1999 г.- С. 88.