

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра психологии
Институт педагогики и психологии**

**ВТОРОЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАУЧНЫЙ ФОРУМ
(с международным участием)**

ДОКЛАДЫ И ВЫСТУПЛЕНИЯ

**Секция 2. «Отцы и дети в меняющемся мире»:
психологическая наука о развитии, обучении и воспитании личности**

**Психологическое сопровождение процесса адаптации студентов-
первокурсников к обучению в вузе**

**Стенченко Елена Николаевна,
ассистент кафедры психологии,
ГОУ ВО ЛНР «Луганский государственный педагогический университет»**

В современных условиях нестабильности, способность к адаптации является важнейшим условием для сохранения психического и соматического здоровья, для развития и совершенствования личности. Особенно важна нормальная адаптация при переходе человека из одной социальной ситуации развития в другую. Поступление вчерашнего школьника в высшее учебное заведение является одним из таких переломных моментов. Именно от того, насколько быстро пойдут адаптационные процессы, насколько легко вчерашний школьник сможет выработать оптимальный режим учебной деятельности и навыков работы, зависит не только его успех в овладении профессиональными знаниями и умениями, но и его психологическое благополучие. Поэтому столь важным оказывается вопрос об оказании помощи

студентам в труднейшем и противоречивом процессе становления личности на новой ступени ее развития.

Период обучения в вузе связан с серьёзными изменениями в личности молодых людей: выработкой собственного мировоззрения и системы ценностей, осознанием собственной самобытности и уникальности, личностным и профессиональным самоопределением. Данная точка зрения прослеживается в ряде работ отечественных и зарубежных психологов: А.Д. Андреева, А.Г. Асмолова, Е.А. Климова, И.П. Павлова, А.В. Петровского, И.М. Сеченова, Ж. Годфруа, Дж. Морено, Г. Селье и др.

За время обучения в вузе, при наличии благоприятных условий, у студентов происходит развитие всех сфер личности: познавательной, мотивационно-потребностной, ценностно-смысловой, развиваются и укрепляются такие личностные качества, как целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициативность, саморегуляция. Именно поэтому исследование процесса психологической адаптации первокурсников становится очень важной в практических, прикладных целях и является неизменно актуальной.

В юношеском возрасте трудности адаптации к образовательной системе вуза имеют свою специфику, во многом связанную с личностными характеристиками студентов, уровнем самооценки, ценностными ориентациями, целями и возможностями, сформированностью профессионального самосознания, основанного на ценностном отношении к профессии. Эффективность психологической адаптации в вузе в значительной степени зависит от того, насколько адекватно студент воспринимает себя и окружающее образовательное пространство. Искаженное или недостаточно развитое представление о себе ведет к нарушению адаптации. Процесс преодоления трудностей адаптации в вузе студентами может быть значительно ускорен с помощью его психологического обеспечения, средствами психологической поддержки в процессе адаптации к обучению.

С целью изучить процесс психологической адаптации студентов-первокурсников в вузе нами было проведено эмпирическое исследование. Обследовано 70 студентов первого курса: парни и девушки, в возрасте от 17 до 19 лет, получающие первое высшее образование.

В процессе исследования использовались следующие методики: первичной диагностики и выявления индивидуальных особенностей студентов (М.И.Рожков, М.А.Ковальчук); методика адаптированности студентов в вузе Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой; опросник Л. Йовайши, для выявления склонности к профессии и интереса к выбранной специальности, анализа интересов и направленности студентов; анкета для определения впечатлений о начале студенческой жизни первокурсников и проблем возникающих у них в связи с приобретением нового статуса студента;

В ходе исследования получены следующие результаты:

1) Значимая часть первокурсников испытывает серьезные трудности во взаимоотношениях с родителями;

2) У большинства испытуемых агрессивность проявляется на среднем уровне, однако у незначительного количества — на высоком;

3) Большинство испытуемых переживают сильное недоверие к окружающим людям, могут проявлять подозрительность, враждебность и при этом пассивность и застенчивость;

4) У 30% студентов выявлены акцентуации характера, способные вызвать трудности в ходе адаптации. Преобладает гипертимный тип, характеризующийся поверхностной учебной мотивацией, неадекватной самооценкой, сложностями с рациональной оценкой трудностей, легкостью в установлении социальных контактов, а также стремлением к лидерству.

Следовательно, почти треть респондентов неадекватно оценивают себя и собственные способности. Это может проявляться как в заниженной самооценке, при которой любые даже вероятные трудности вызывают сильную тревогу, так и завышенной — студенты переоценивают свои силы и недооценивают трудности;

6) У большинства испытуемых средние и высокие показатели по шкалам адаптированности к учебной группе и учебной деятельности, а около 11% студентов соответственно испытывают трудности при адаптации к группе и учебной деятельности, однако 27,18% респондентов считают, что обучаются в разрозненных группах, 12,14% - испытывают дискомфорт из-за отсутствия привычного окружения, которое оказывало эмоциональную поддержку и отличалось общностью интересов. Кроме того, основываясь на данных о значимом количестве показателей по конфликтности взаимоотношений с родителями, неадекватной самооценке и недоверию к людям, а так, с учетом анализа запросов на консультациях, можно сделать вывод, что большинство исследуемых первокурсников нуждаются в помощи психолога для развития коммуникативных и когнитивно-волевых качеств, коррекции самооценки, сплочения коллектива и разрешения внутриличностных проблем;

7) У студентов существует потребность в получении внешней помощи;

8) По результатам анкетирования 11,52% студентов осознанно готовы обращаться за психологической помощью к специализированным службам. Такой службой является социально-психологическая служба университета;

9) Наиболее желательными для студентов являются такие формы работы с психологами: индивидуальные (консультации) и групповые интерактивные (тренинги, деловые игры);

10) На успешность адаптации к вузовскому обучению, которое вызывает у большинства студентов своеобразное состояние напряжения в связи с кардинальными переменами в их жизни, большое влияние оказывают характерологические особенности.

Как показало исследование, проведенное в ходе данной работы, адаптация к новым условиям – процесс стрессогенный, сопровождаемый внутренними конфликтами и противоречиями, а потому требующий внимательного отношения к тому, как складывается взаимодействие студентов-первокурсников и устоявшейся среды вуза.

Психологическое сопровождение студентов способствует созданию такого образовательно-развивающего пространства, результатом взаимодействия с которым станет высокий уровень личностного и профессионального развития студентов, готовность к профессиональной деятельности. Личностный подход обеспечивает возможность учитывать индивидуальные (физиологические, психические, личностные) закономерности развития студентов, обеспечивает формирование чувства ответственности, стимулирует появление потребности у студентов самостоятельно приобретать необходимые профессиональные знания и применять их на практике, критически мыслить, брать на себя ответственность за принятые решения, достигать необходимого уровня развития профессиональной компетентности.

Психологическое сопровождение студентов направлено на выявление проблем в развитии обучающихся; оказание первичной помощи в преодолении трудностей в обучении и социальном взаимодействии; профилактику психологических проблем; осуществление просветительской, консультативной работы со студентами и преподавателями.