



*Мантахаева Анастасия Анатольевна*

студентка

*Ушева Татьяна Федоровна*

канд. пед. наук, доцент

Евразийский лингвистический институт (филиал)

ФГБОУ ВПО «Московский государственный

лингвистический университет»

г. Иркутск, Иркутская область

## **РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПО АДАПТАЦИИ**

### **СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА**

*Аннотация:* в статье представлена психологическая программа, предназначенная для формирования адаптивных качеств студентов первого курса. В целях повышения количества студентов, успешно адаптировавшихся к новой для них среде в максимально короткие сроки, описаны содержание, методы, формы реализации программы.

*Ключевые слова:* адаптация студентов, психологическая компетенция, конфликтологическая компетенция, адаптивные навыки.

Адаптация студентов является на современном этапе развития высшей школы одной из наиболее значимых проблем. От того, как они будут подготовлены на первом этапе, зависит уровень их дальнейшей профессиональной подготовки и деятельности. Начальный период обучения в вузе связан с социальными переменами, изменением прежних стереотипов, с переживанием стрессовых ситуаций [1, с. 933].

Под адаптацией студента следует понимать процесс приобщения студента к условиям вузовского образовательного процесса, в результате чего он становится субъектом новых видов деятельности и отношений и, следовательно, приобретает возможности оптимального выполнения своих функций. Это приобщение студента к новым условиям вузовской среды, к новым видам деятельности.

В ее основе лежат противоречия между требованиями, предъявляемыми условиями новой среды и готовностью личности к ним на основе предшествующего опыта.

Разрешение данных противоречий путем преподавания психологии обуславливает динамику процесса обучения, показателями которой выступают качественные изменения в структуре личности и моделях ее поведения в новой ситуации. Речь идет о приспособлении студента к условиям учебного процесса и окружения без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой.

Освоение психологической программы «Ветер перемен» предполагает изучение четырех основных компонентов: «учебная деятельность», «организация деятельности», «коммуникация», «нормы студенческой жизни».

Цель программы: формирование адаптивных навыков студентов через психологическое просвещение.

Задачи программы:

1. Повышение психологической компетентности студентов через психологическое просвещение.
2. Развитие конфликтологической компетенции студентов.

В пору студенчества люди пытаются найти свое место в обществе, стремятся понять себя, более критично относиться не только к себе, но и к другим. Особенности эти выделяют как отечественные, так и зарубежные исследователи – А.Г. Асмолов, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.И. Фельдштейн и др.

Основываясь на Федеральном законе Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [6], основные принципы государственной политики и правового регулирования отношений в сфере образования: адаптивность системы образования к уровню подготовки, особенностям развития, способностям и интересам человека.

Проблемами адаптации студентов занимаются А.А. Налчаджан, О.А. Молокова, В.А. Петровский, А.Б. Георгиевский, В.П. Казначеев [3, с. 9; 4, с. 93; 5, с. 24].

Содержание и методы программы развивают психологическую и конфликтологическую компетенции. Психологическая компетенция обеспечивает успешную деятельность и взаимодействие в системах «человек-человек», «человек-коллектив», «человек-большие социальные группы», а конфликтологическая компетенция – способность осуществлять деятельность, направленную на минимизацию деструктивных форм конфликта. Конфликтологическая компетенция представляет собой уровень развития осведомленности о диапазоне возможных стратегий конфликтующих сторон и умение оказать содействие в реализации конструктивного взаимодействия в конкретной конфликтной ситуации.

Содержание программы построено модульно. Освоение психологической программы «Ветер перемен» предполагает изучение четырех основных компонентов: «учебная деятельность», «организация деятельности», «коммуникация», «нормы студенческой жизни».

Основываясь на научных и учебно-методических работах В.Б. Лебединцева, будет осуществляться переход организации и проведения занятий от фронтальных (лекционно-семинарские занятия) к нефронтальным (коллективные занятия) [2, с. 72].

Применение организационных форм: программа реализуется через учебно-развивающие занятия, фокус-группы, тренинговые формы.

Для анализа сформированности компетенций слушателей программы используются: методики, самоотчеты, рефлексивный анализ. Целенаправленное и лонгитюдное исследование позволяет свидетельствовать об устойчивости результатов в изменении представлении студентов об учебе в вузе.

В процессе реализации программы «Ветер перемен», обучающиеся получают новые представления об адаптации, как психологическом феномене, которые необходимы им в первое время в высшем учебном заведении.

Реализовывать данную программу могут кураторы студенческих групп, педагоги-психологи высшего учебного заведения, преподаватели, а также студенты старших курсов направлений подготовки «Психология» и «Психолого-педагогическое образование».

В ходе реализации учебной программы «Ветер перемен» проводится первичная и заключительная диагностика: методика САН (самочувствие-активность-настроение), опросник Роджерса-Даймонда СПА (социально-психологическая адаптация), методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана (в модификации В.В. Бойко), методика «Ситуативная (реактивная) / личностная тревога» Филлипса, анкета И.А. Красильникова «Психологическая удовлетворенность в различных жизненных сферах»), фокус-группа «Моя группа», тренинги («Знакомство, «Как преодолеть трудности принятия новых социальных норм», «Сплочение»). В ходе и по итогам которых можно судить об успешности адаптации студентов, участвовавших в реализации программы.

### ***Список литературы***

1. Кузьмишин А.А. Адаптации студентов первого курса в вузе [Текст] / А.А. Кузьмишин, Н.А. Кузьмишина, А.И. Забиров, И.Н. Гарькин. – Казань: Молодой ученый, 2014. – №3. – 935 с.
2. Лебединцев В.Б. Необходимость перехода к нефронтальным системам обучения [Текст] / В.Б. Лебединцев. – М.: Педагогика, 2015. – №2. – 74 с.
3. Молокова О.А. Психологическая адаптация: основные концепции [Текст] / О.А. Молокова. – Иркутск: ИГЛУ, 2014. – 274 с.
4. Молокова О.А. Формирование ключевых компетенций в педагогическом образовании: коллективная монография [Текст] / О.А. Молокова, М.В. Погодадева, Т.Ф. Ушева. – Иркутск: ИГЛУ, 2014. – 188 с.
5. Ушева Т.Ф. Формирование метапредметных умений учащихся: учебно-метод. пособие [Текст] / Т.Ф. Ушева. – Иркутск: ИГЛУ, 2012. – 92 с.
6. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс. – Режим доступа: [www.rg.ru/2012/12/30/obrazovanie-dok.html](http://www.rg.ru/2012/12/30/obrazovanie-dok.html)