

**Олешко Татьяна Ивановна**

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА УНИВЕРСИТЕТА КАК РЕСУРС УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ К СОВРЕМЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СИТУАЦИИ**

*Аннотация:* в статье проводится оценка деятельности психологической службы вуза как ресурса успешной адаптации первокурсников к современной образовательной ситуации. Успешная адаптация студентов вуза на первом курсе определяет возможность эффективного обучения. Процесс адаптации первокурсников представляет теоретический и практический интерес. В работе рассматриваются особенности адаптации, работа психологической службы вуза в этом направлении, а также приводятся результаты исследования.

*Ключевые слова:* первокурсники педагогического вуза, адаптация, успешная адаптация, вузовская среда, психологическая служба вуза.

Психологическая служба в педагогическом вузе – не только важнейший ценностный ориентир образования в высшей школе, но и предмет поиска научно обоснованных путей оказания помощи молодым людям в сложном процессе «вхождения» в атмосферу профессиональной деятельности.

По инициативе Минобрнауки России идет процесс становления психологических служб университетов.

Разработана Концепция развития сети психологических служб в образовательных организациях высшего образования в Российской Федерации (*письмо Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № МН-11/2743 от 07 сентября 2022 г.*).

В настоящее время ведется ежедневная работа со всеми субъектами образовательного пространства по основным направлениям деятельности службы:

психологическое просвещение, диагностика, консультирование, работа по психологической коррекции и профилактике.

Психологическая служба университета интенсивно развивается и становится одним из существеннейших компонентов вузовской образовательной системы.

И.В. Дубровина в своих работах отмечала значимость деятельности психологической службы, которая должна быть направлена на реализацию основных принципов государственной политики в области образования, основываться на гуманистическом характере образования, приоритете общечеловеческих ценностей жизни и здоровье человека, свободного развития личности, общедоступности образования, адекватности образования уровням развития [3].

Сейчас многие вузы России уже сформировали в своей структуре междисциплинарные академические системы сопровождения образовательного процесса и наладили развивающуюся связь таких служб.

Л.А. Цветкова оценила эффективность деятельности психологической службы так:

- строится на соответствии поставленных перед службой задач, основных направлений деятельности и достигнутых результатов в соответствии со сформулированными целями;

- встраивается в систему психологического сопровождения в образовательной среде на фазе дизайна психологической службы [7].

И.В. Васильева замечает, что при помощи деятельности психологической службы в вузе можно успешно решать проблемы становления личности студента, вопросы профессионального определения и реализовать программу модернизации образования в рамках конкретного учебного учреждения [2].

Психологическая поддержка студентов является порой необходимым условием для формирования зрелой личности. Период профессионального становления крепко переплетен с развитием социальных отношений. Новые знакомства и поиск своего места в коллективе, дружеские и любовные отношения, требования преподавателей, с которыми не всегда удается найти общий язык.

Поэтому психологи службы особое внимание обращают на обучающихся первых курсов.

В современных условиях психологическая работа со студентами в сфере адаптации к новым условиям становится приоритетной.

Адаптация – это процесс, при котором организм приспосабливается к условиям внешней среды, а в дальнейшем формирует новые способы поведения по преодолению имеющихся трудностей для дальнейшей и успешной деятельности без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой.

Адаптация – приспособление личности к измененным внешним условиям. Различают физиологическую, социально-психологическую и профессиональную адаптации [4].

В Большой Советской Энциклопедии адаптация – это процесс и результат приспособления строения и функций организма (особей, популяций, видов) и их органов к условиям среды».

У А.А. Реана адаптация – это процесс и результат внутренних изменений и внешнего активного приспособления к новым условиям существования [6].

Ф.Б. Березин пишет, что существенным фактором целостного процесса адаптации человека к условиям среды является психическая адаптация [1].

Над проблемами адаптации студентов к новым условиям работали многие ученые, это работы: Т.Н. Афонинной, Г.В. Брындиной, З.А. Даниловой, В.И. Медведева, В.И. Уваровой, А.А. Реан, В.Г. Шуметова и др.

Адаптация в вузе – это процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебного процесса. Мы рассматриваем такие аспекты адаптации:

– психолого-педагогический (приспособление первокурсников связано с новой дидактической системой, которая имеет отличия от школьной);

– социально-психологический (студенты усваивают новые социальные роли, устанавливают и поддерживают социальный статус в новом коллективе);

– мотивационно-личностный (определяющий формирование позитивных учебных мотивов и личностных качеств);

– психофизический (предполагающий, приспособление функций и реакций организма к требованиям новой среды).

Адаптация для студента первокурсника является продуктивным выходом из адаптивной ситуации, когда личность соотносит собственные возможности и возникшие трудности.

Наибольшей поддержкой для первокурсников в процессе адаптации становится психологическая служба вуза. Такие направления деятельности психологической службы как психоконсультирование, психокоррекция, психопросвещение, психопрофилактика позволяют оказать учащимся определенную помощь, способствуя их успешной адаптации.

В конце сентября прошла диагностика результатов адаптации первокурсников к обучению в вузе.

Целью настоящего исследования является выявление особенностей адаптации студентов-первокурсников педагогического вуза на первых месяцах обучения.

В исследование приняли участие 305 обучающихся первых курсов очной формы обучения ФГБОУ ВО «Армавирского государственного педагогического университета».

В основу исследования положена анкета, разработанная психологической службой вуза. Немаловажное влияние на успешность адаптации студентов к обучению в вузе оказывает мотивация, с которой студент приходит на тот или иной факультет. Поэтому первоначально нами диагностировались мотивационные составляющие выбора вуза.

Анализируя результаты проведенного анкетирования, мы можем сделать вывод, что преобладающим мотивом поступления в педагогический вуз является желание получить высшее образование (95%), интерес к профессии (87%), учет своих способностей (80%) и престиж, авторитет вуза и факультета (72%). Так же на выбор данного учебного заведения повлияли следующие факторы:

– потому что здесь обучались родственники – 16,5%;

- по совету взрослых или друзей – 36,3%;
- из-за близости к дому – 24,2%.

По нашим данным, значительная часть студентов первокурсников сознательно, целенаправленно связывали свое профессиональное обучение именно с педагогическим вузом.

Это подтверждают следующие ответы:

- планируют работать по данной специальности – 53,8%;
- выбрали случайно – только 6,6%.

Далее психологическая служба вуза пыталась выяснить степень удовлетворенности выбором вуза. Вполне удовлетворены учебным заведением 87,3% первокурсников, 12,7% частично удовлетворены.

Результаты диагностики показали, что обучающиеся педагогического вуза в целом ориентированы на работу по получаемой профессии, что говорит об эффективности их обучения.

На вопросы относительно учебной деятельности студенты отмечали:

- хорошие впечатления от учебного процесса – 63,7%;
- очень высокие учебные требования – 13,2%;
- значительные трудности по всем предметам – 12,5%.

Особое значение мы обращали на трудности, с которыми сталкиваются первокурсники на первом месяце обучения.

Было выяснено, что у 51,6% студентов трудностей в адаптации не возникло, у 13,2% – высокая тревожность, 16,5% – бытовые трудности, у 15,4% – стресс, 18,7% – социальная и психологическая неготовность к принятию роли студента -8,8%.

С однокурсниками познакомились 92,3%, только у 7,7% возникли трудности.

61,5% выбирают индивидуальные консультации как наиболее приемлемую форму обращений, 44% готовы общаться с психологом в тренингах.

На вопрос, как прошел первый месяц адаптации, первокурсники дали следующие ответы: отлично – 45,1%, 38,5% – хорошо, 13,2% -удовлетворительно, плохо – 3,3%.

По итогам исследования были сделаны следующие виды.

1. Студенты после поступления в вуз испытывают трудности адаптации в новой образовательной среде.

2. Незначительная студентов-первокурсников характеризуется трудностями адаптации в окружающих условиях.

3. Работа психологической службы раскрывает проблемные зоны и ресурсы личности первокурсника, обеспечивающие творческое приспособление первокурсников к изменившимся условиям.

Для успешной адаптации первокурсников психологическая служба вуза разработала программу адаптации. Программа состоит из мероприятий проводимых психологами службы и кураторами учебных групп.

Внедрение указанной программы в течение первых месяцев имело позитивный эффект для студентов первых курсов.

Уже на первой неделе обучения психологической службой вуза проводятся тренинги адаптации первокурсников к обучению в вузе.

Тренинги способствуют более эффективному процессу адаптации студентов к новым условиям, предотвращению крупных конфликтных ситуаций у студентов внутри группы и с администрацией ВУЗа, снижению риска возникновения у студентов различных зависимостей.

Волонтеры-психологи являются своеобразным ресурсом психологической службы.

Деятельность волонтеров-психологов имеет важное значение для общества и каждого человека, в частности. Именно через волонтерство студенты могут легко и эффективно развивать надпрофессиональные компетенции, получать опыт в своей будущей профессии, налаживать взаимосвязи, реализовывать личностный потенциал.

В течение года студенты активно участвуют в проведении психологических тренингов, мастер-классов, практических семинаров и бесед по работе со студентами вуза. В помощь первокурсникам волонтеры отсняли цикл видеороликов, принимали участие в различных проектах.

Таким образом, в настоящем исследовании обнаружено существенное значение психологических факторов в процессе адаптации первокурсников к студенческой среде. Психологическая служба вуза играет большую роль в процессе адаптации первокурсников, помогает осознать учащимся закономерный характер выявленных трудностей, способствуя формированию доверия, объединению и сплочению учебной группы. А разработанная программа, направленная на преодоление трудностей адаптации студентов первокурсников в новой образовательной среде, позволит обоснованно решать задачи повышения эффективности профессионального обучения, способствуя разрешению личностных проблем учащихся, сохранению их психологического здоровья, полноценной интеграции и личностной самореализации в университете.

### *Список литературы*

1. Березин Ф.Б. Психологическая и психофизическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л.: Наука, 1988. – 260 с.
2. Васильева И.В. Организация психологических служб: учебное пособие / И.В. Васильева; Тюменский государственный университет. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2011. – 143 с. EDN TOVPEF
3. Дубровина И.В. Психологическая служба в современном образовании: как ее понимать? Как ее структурировать? / И.В. Дубровина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3Aebac> (дата обращения: 13.05.2024).
4. Рапацевич Е.С. Педагогика. Большая современная энциклопедия / Е.С. Рапацевич. – Мн.: Современ. слово, 2005. – 720 с.
5. Савинков С.Н. Психологическая служба в образовании: учебное пособие для вузов / С.Н. Савинков. – М.: Юрайт, 2023. – 169 с.

6. Реан А.А. Психология адаптации личности / А.А. Реан. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2008. – 479 с.

7. Цветкова Л.А. Оценка эффективности деятельности психологической службы в образовательной организации / Л.А. Цветкова, Н.А. Антонова, К.Ю. Ерицян; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена. – СПб.: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2021. – 40 с. EDN IDJICW