

Лазаренко Лариса Анатольевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ПЕРЕЖИВАНИЯ АДАПТАЦИОННОГО КРИЗИСА

***Аннотация:** в статье рассматривается вопрос основных подходов к изучению адаптационного кризиса на этапе профессионального становления и теоретические основания поддержки студентов. Особенности психолого-педагогической поддержки студентов в условиях адаптационного кризиса автор понимает как комплексную стратегию с учётом научно-методического, психологического и социально-общественного аспектов. Представленные результаты диагностики социально-психологической адаптации испытуемых на констатирующем этапе показали, что большинство студентов (68%) подвержены переживаниям адаптационного кризиса. Это подтверждает актуальность организации им психолого-педагогической поддержки.*

***Ключевые слова:** студенты, адаптационный кризис, переживания, тревожность, образовательная среда, учебно-профессиональная деятельность, личностные ресурсы, индивидуальные особенности, стратегии преодоления кризиса, профессиональное самоопределение.*

Происходящие социально-экономические и общественно-политические изменения в обществе усиливают внимание к проблемам профессионального становления молодёжи как естественной для них потребности в социальной адаптации, будущем трудоустройстве. Особую роль при учёте этих обстоятельств имеет изучение факторов и условий, влияющих на развитие адаптационного кризиса к образовательной среде именно студенческой молодёжи. Переживание обучающимися адаптационного кризиса определяется прежде всего отношением к учебной деятельности и влияет на формирование профессиональной мотивации.

вации. Актуальность предлагаемой для обсуждения темы лежит в проекции противоречий между современными идеями и концепциями в системе высшего образования, что определяет его содержание, и стандартизированный подход в методиках и технологиях подготовки к профессиональной деятельности будущих педагогов. Анализ научной литературы, дискуссии на специальных форумах, посвящённых изучению проблемы профессионализации молодёжи подтверждают необходимость разрабатывать и реализовывать современные программы по сопровождению студентов, будущих педагогов в кризисный период их самоопределения. Соглашаясь с автором А.С. Авдеевко, подтверждаем, что в условиях переживания студентом кризиса необходимо оказывать им профессиональную психолого-педагогическую поддержку [2]. Исходя из этого предполагаем, что одной из основных задач по оказанию помощи студентам является выявление профессионально-личностных ресурсов в преодолении кризисов профессиональных ожиданий.

Ряд таких авторов как М.Р. Гинзбург, И.С. Кон, А.К. Маркова, Н.С. Пряжников и др. считают, что профессиональное самоопределение связано с личностным [6]. Следовательно, особенности самоопределения в профессии и динамика кризисов сопряжено с изучением личностного ресурса студента, который необходимо распознать уже на начальном этапе обучения.

Обращаясь к проблеме кризисов профессионального самоопределения, сошлёмся на известное отношение к нему Л.С. Выготского, который соотносил кризис с понятием «развитие личности», переживанием как основой формирования сознания не только на этапе возрастного становления, но и профессионализации. Известные работы В.В. Столина, посвящённые изучению самосознания, позволяют нам рассматривать кризис в развитии таких вариантов: как способствующий и активизирующий личностное развитие или вариант разочарования, потери интереса и сил, опустошение, истощение [7]. Исходя из этого позволим предположить, что способность студента, например, распознать динамику кризиса и научиться управлять им может быть лучшим шансом в его личностном и профессиональном развитии.

Соглашаясь с автором Л.Ф. Мирзояновой будем исходить из понимания кризисного состояния как переживание личностью сложной жизненной ситуации, которое проявляется в эмоционально-поведенческой форме реагирования [6, с. 3]. Учёный В.И. Слободчиков в исследовании, посвящённом динамике развития кризисов, отмечает их разную напряжённость [7]. Например, для первых-вторых курсов обучения в вузе фактором, вызывающим напряжение и трудности, является смена социальной ситуации, адаптация в коллективе, общение с педагогами, оценивание и сравнение себя с другими, а также новая учебно-профессиональная деятельность. Авторы исследования об особенностях кризиса профессионального развития Л.А. Лазаренко, А.Д. Сафронова, Н.Л. Оганесова по опыту педагогического наблюдения, анализу работ, посвящённых изучению кризиса студентов в адаптационный период пишут о таких факторах, как тревожность и субъективная настороженность при освоении нового вида деятельности, недооценка своих личностных качеств или, наоборот, завышенная самооценка, которая при первых неудачах приводит к фрустрационным состояниям [5, с. 2]. В работе авторов В.Б. Веретенниковой, О.Ф. Шиховой речь идёт о мотивации студентов в учебной деятельности как одному из факторов, влияющих на динамику адаптационного процесса [3].

Автор работы Д.О. Горшков о влиянии стресса на процесс адаптации студентов относит этот период профессионального становления личности к самостоятельному нормативному кризису [4, с. 5]. Студент, испытывающий переживания такого рода, нуждается в психолого-педагогической поддержке как со стороны значимых близких, так и педагогов вуза. Для студента как будущего педагога, по утверждению Г.Ю. Авдиенко, трудность заключается в способности к умению распознавать свои личностные ресурсы, используя энергию кризиса в конструктивном аспекте [1, с. 3].

Исходя из изложенного, совершенно очевидным является вопрос о создании условий в развивающей образовательной среде вуза для оказания педагогической поддержки первокурсникам. Считаем, что особенности этой работы состоят в планировании комплексного сопровождения стратегий поддержки. В

качестве стратегий предлагаем учитывать научно- методическую, психологическую и социально-общественную.

Научно-методическая состоит в организации специальных семинаров с педагогами и кураторами студенческих групп по упреждению и профилактике кризисных переживаний студентами-первокурсниками, составление памяток и рекомендаций, обмен педагогическим опытом наблюдений, внимание к индивидуальным особенностям обучающихся, учет гендерных и возрастных характеристик.

Психологическая стратегия может быть представлена в форме тренингов и диагностических семинаров для первокурсников, встреч и обсуждений экранных и литературных персонажей – педагогов, составление своих психологических портретов «Я- педагог», развитие рефлексивных умений.

Социально-общественная стратегия предполагает вовлечение студентов в различные виды общественно-значимой деятельности. Этот репертуар достаточно широк: от предложений к участию в студенческой вузовской внеаудиторной программе мероприятий до городских и региональных программ, имеющих социально важное значение. Такое участие позволит будущим педагогам пройти первичную «пробу» на профессионально-важные личностные качества.

Практической частью нашей работы является представление фрагмента исследования в его констатирующей части по изучению особенностей выраженности адаптационного кризиса у первокурсников КубГУ факультета педагогики, психологии и коммуникастики. Испытуемые – студенты 1 курса 38 человек психолого-педагогического направления подготовки. Эмпирическими методами исследования являлись биографическая анкета (В.Г. Норикадзе), метод контент-анализа, методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд).

О выраженности адаптационного кризиса свидетельствуют такие данные, полученные в результате обработки диагностического материала. Анализ материалов анкетирования по определению особенностей адаптации первокурсников к образовательной среде вуза показал, что 68% испытуемых заявляют о страхе и переживаниях по поводу объёма учебных дисциплин и 72% о пережи-

ваниях во взаимоотношениях с педагогами; 78% выражают осознание своей неуспешности в решении учебных задач и отсюда неудовлетворённость выбором направления профессиональной подготовки; 58% испытуемых имеют весьма романтическое представление о себе как субъекте будущей профессиональной деятельности. Интегральные результаты диагностики социально-психологической адаптации испытуемых (в %) выявили такую картину: самопринятие демонстрировали 76%, принятие других- 63%, адаптация – 54%, комфортность эмоциональная – 48%. Высокие показатели самопринятия могут быть демонстративными, например, как завышенная самооценка и характеризовать внутриличностный конфликт, что является симптомом кризиса.

Обобщая первоначальные результаты диагностических замеров, отметим, что испытуемые переживают адаптационный кризис в своем большинстве: 68%; средне выраженные переживания испытывают 32% первокурсников.

Профилактика адаптационного кризиса студентов предполагает создание специальной психолого-педагогической программы поддержки. Сопровождение обучающихся осуществляется с учетом комплексного подхода названных ранее стратегий поддержки. Конструктивное преодоление кризиса студентами предполагает принятие реальной ситуации, её анализ, способность к рефлексии собственных ожиданий, адекватное самопринятие, умение поэтапно решать поставленные цели, делать различие между основными, главными и второстепенными задачами. Считаем, что в условиях развивающей образовательной среды вуза особенности психолого-педагогической поддержки с целью профилактики адаптационного кризиса должны быть ориентированы на сближение эталона педагога-психолога, формируемого в учебном процессе, и востребованных специалистов этой направленности в реальной жизни.

Таким образом, проведённое нами исследование подтвердило проблематичность развития кризисных переживаний студентов и необходимость психолого-педагогического сопровождения на этапе профессионализации будущих педагогов.

Список литературы

1. Авдиенко Г.Ю. Влияние мероприятий психологической помощи студентам в начальный период обучения на успешность адаптации к образовательной среде вуза / Г.Ю. Авдиенко // Вестник психотерапии. – 2007. – №24. EDN LAIOZV
2. Авдеенко А.С. Психологическая адаптация студентов вуза / А.С. Авдеенко // Вестник СМУС74. – 2016. – Т. 4. №2(13). – С. 4–8. EDN WBWSDD
3. Веретенникова В.Б. О мотивации студентов – будущих педагогов к педагогической деятельности / В.Б. Веретенникова, О.Ф. Шихова // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – №2. – С. 72 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42918287> (дата обращения: 04.09.2025). DOI 10.17513/spno.29737. EDN ARCJNV
4. Горшков Д.О. Динамика повседневного стресса и его проявления у студентов на разных этапах обучения / Д.О. Горшков // Развитие современной науки: теоретические и прикладные аспекты. – 2020. – С. 102–104.
5. Лазаренко Л.А. Особенности кризиса профессионального развития и построение личной профессиональной перспективы у студентов КубГУ / Л.А. Лазаренко, А.Д. Сафронова, Н.Л. Оганесова // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – №84-4. – С. 434–437. EDN CSIION
6. Мирзаянова Л.Ф. Упреждающая адаптация студентов к педагогической деятельности (кризисы, способы упреждения и смягчения) / Л.Ф. Мирзаянова; под науч. ред. Т.М. Савельевой. – Минск: Беларуская навука, 2013. – 271 с.
7. Слободчиков В.И. Типология антропологических кризисов в образовании и развитии / В.И. Слободчиков, Л.Ф. Мирзаянова // Педагогическое образование и наука. – 2008. – №9. – С. 26–32. EDN OJLXJX
8. Чикина Т.Е. Учебно-профессиональная адаптация первокурсников / Т.Е. Чикина // Высшее образование в России. – 2020. – №12 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/uchebno-professionalnaya-adaptatsiya-pervokursnikov> (дата обращения: 04.09.2025).