

позволяет им не только удерживать лидирующие позиции, но и по праву занимать нишу в досуговой деятельности семьи.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Киселёва, Т.Г. Социально-культурная деятельность: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки "Социально-культурная деятельность" и специальности "Социально-культурная деятельность"/ Т.Г. Киселёва, Ю.Д. Красильников. – Москва : МГУКИ, 2004. – 539 с.
2. Стальная, В. А. Вопросы классификации в индустрии развлечений / В. А. Стальная // Корпоративный менеджмент [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.cfin.ru/press/practical/2008-09/04.shtml>. – Дата доступа: 05.03.2022.
3. Торговый вектор: за пределы Московской области [Электронный ресурс]. – Режим доступа: / sob/issue-18-2262.html. – Дата доступа 05.03.2022.
4. ТРЦ на смену ТЦ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: / dvoretsky/modules/myarticles/article.php?storyid=219. – Дата доступа 05.03.2022.

Кузьменко П.Д., студент 316а(и) группы
дневной формы обучения
Научный руководитель – Алехнович Е.Ч.,
кандидат психологических наук, доцент

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ
СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ ЖИЗНИ
В ВУЗЕ**

Адаптация к новым условиям жизнедеятельности является одним из центральных в науках о жизни: философии, физиологии, медицине, психологии, педагогике.

Анализ различных формулировок данного понятия, предложенных в педагогике, позволил нам остановиться на определении, данном Г.Г. Абрамовой – «процесс приспособления личности к социокультурному пространству, активного освоения культурных норм, ценностей, обретение профессии, принятие на себя социальной роли и гармоничное вхождение личности в систему социальных отношений» [1, с. 12]. На наш взгляд такая формулировка достаточно полно и точно определяет основную суть феномена социально-педагогической адаптации.

Одной из целей обучения является формирование гармоничной личности, а также побуждение ее к высоким достижениям. Поэтому адаптация личности к данному процессу имеет такое большое значение.

Теоретические основания и эмпирические исследования данной проблемы изложены в работах Г.В. Безюлевой, С.В. Васильевой, Т.Д. Дубовицкой, Н.Г. Колызаевой, И.В. Коровиной, С.Т. Посоховой и др.

Важными признаками успешно адаптации студентов являются: удовлетворительное психологическое и физическое состояние в учебных и внеучебных ситуациях в вузе; принятие социальных ожиданий и предъявляемых требований; способность придавать происходящему в вузе и вне вуза желаемое для себя направление и пользоваться имеющимися условиями и вариантами для успешного осуществления своих учебных и личностных стремлений и целей [2].

На данные критерии мы и опирались, проводя собственное исследование особенностей адаптации студентов-первокурсников университета культуры и искусств.

Целью нашего исследования было выявление связи между уровнем адаптации студентов к условиям обучения в вузе с их эмоциональным

благополучием и психологическим климатом в учебной группе. Респондентами выступили студенты первого курса в количестве 10 человек, 9 из них девушки и 1 юноша.

Для определения особенностей процесса адаптации нами были использованы авторская анкета по выявлению трудностей адаптации первокурсников, а также экспресс-диагностика О.Л. Гончаровой. Этот блок методик позволял выявить различные группы трудностей (межличностных, бытовых, учебных), возникших у первокурсников в процессе адаптации к вузу.

По результатам анкетирования и беседы можно сделать вывод о том, что 80% испытуемых испытывают трудности, связанные с общением с преподавательским составом университета; нестабильностью расписания, так как в высшем учебном заведении оно делится на учебные недели. Так же небольшое количество (40%) респондентов испытало разочарование, связанное с тем, что в высшем учебном заведении не делается большой упор на профильные дисциплины.

Полагаем, одной из причин такой неудовлетворенности является отличие психологического климата в школе и колледже от климата в высшем учебном заведении. Так же, одной из причин являются завышенные ожидания о студенческих годах, которые ребята строят сами на основе фильмов, рассказов, информации в социальных сетях. Немаловажным фактором является также и то, что выбор будущей профессии многих определялся не внутренними, а внешними мотивами.

Также было выявлено, что (40%) опрошенных чувствуют себя комфортно в университете, некомфортно в университете себя чувствуют (10%), затрудняются ответить (50%).

Выяснилось также, что на качество адаптации оказывают влияние и условия проживания иногородних студентов. В нашей выборке (90%) респондентов проживают в общежитии, (10%) проживают на съёмной

квартире. У таких студентов кардинальным образом меняются бытовые условия, и социальное окружение. Нередко возникают конфликты с соседями по комнате из-за разных привычек и взглядов на устройство быта. Также на жильцов студенческого общежития иногда накладываются излишние общественные обязанности, что также сказывается на свободном времени студентов и качестве их подготовки к занятиям.

Тем не менее, соседство со студентами старших курсов и смежных специальностей для первокурсников может быть и полезно, они могут рассказать о университете и помочь разобраться с правилами, расписанием и требованиями внутри университета и студенческого общежития.

Взаимодействие преподавательского состава и студента первокурсника также можно отнести к факторам адаптации. Многие респонденты отметили, что сложнее всего было привыкнуть к требованиям преподавательского состава. Качества коммуникаций с преподавателями (10%) опрошенных оценивают как высокие, (40%) оценивают качества как выше среднего, также (40%) оценивают как средние и (10%) оценивают как низкое.

Некоторый процент опрошенных (30%) недоволен расписанием учебных занятий, что приводит к недостатку времени на самостоятельное изучение материала и подготовку к семинарским занятиям. Небольшая часть респондентов отмечает неравномерное распределение нагрузки, так как на конец семестра выпадает большое количество семинарских занятий и подготовка к сессии. Что ведёт к снижению успеваемости студентов первого курса.

На ряду с диагностикой уровня адаптации респондентов проводилась также диагностика их эмоционального благополучия («Шкала тревожности Дж. Тейлора») и психологического климата в группе («Экспресс-методика» по изучению социально-психологического климата в коллективе О.С. Михалюк и А.Ю. Шальто) [3].

Полученные результаты показали, что имеются некоторые проблемы как с эмоциональным благополучием студентов – у 40% их них высокий или близок к высокому, так и с межличностными отношениями в группе – 50% опрошенных считают их противоречивыми.

Всё это свидетельствует о том, что есть проблемные зоны, нуждающиеся в коррекции и социально-педагогическом сопровождении.

С этой целью нами было проведено интерактивна занятие с элементами тренинга.

Тренинг проводился разово, продолжительностью 45 минут. Его целью являлось информирование студентов о факте адаптации как таковом, сложностях данного процесса, его динамике, а также знакомство с профилактическими приемами и методами самопомощи в процессе адаптации.

Ключевыми этапами тренинга были: знакомство, установление правил группы, беседа про социально-психологическую адаптацию в вузе, игры на самопредъявление – «Мало кто знает, что я... », «Общее в нас»), ознакомление с методами самопомощи по преодолению трудностей адаптации - техники релаксации, упражнения на снятие тревоги перед публичным выступлением, приемы самоменеджмента и тайм-менеджмента. Завершающий этап, направленный на подведение итогов и финальную рефлексию.

После проведения программы для улучшения адаптации было проведено повторное тестирование. О положительных результатах и пользе проведенной работы высказались 20% испытуемых. Полагаем, это связано с кратковременностью нашей работы. При более длительном и целенаправленном решении данного вопроса положительные результаты могут оказаться более заметными.

Организация адаптации студентов к обучению в вузе может строиться также и с соблюдением таких рекомендаций, как: организация встречи с

психологом с целью проведения практических занятий и тренингов по диагностике и коррекции проблем адаптации; выявления среди учащихся первых курсов групп «риска»; внедрение в учебно-воспитательный процесс высшего учебного заведения активных методов обучения; проведение регулярных встреч и кураторами первокурсников, создание шефского звена для первокурсников из числа студентов старших курсов, проведение мероприятий (в том числе и социально-культурного характера), направленных на улучшение процесса адаптации студентов,

Подводя итог проведенной работе, отметим, что в силу своей краткосрочности программа не принесла ожидаемых результатов, так как адаптация - это длительный и сложный процесс, который у каждого проходит индивидуально и занимает различный промежуток времени. Как показали наши опросы, при общей благоприятной ситуации, все же некоторые второкурсники и третьекурсники не смогли пройти процесс адаптации окончательно, даже спустя полтора – два года.

Таким образом, подчеркнем, что адаптация к обучению в вузе - это длительный и сложный процесс. Помощь студентам-первокурсникам в успешном прохождении адаптации к условиям обучения в вузе должна быть важным приоритетом в работе с ними не только социально-психологической службы вуза, но и сотрудников деканатов, преподавателей выпускающих кафедр.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, А. В. Управление социально-педагогической адаптацией женщин группы социального риска: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. В. Абрамова. – Челябинск: [б. и.], 2011. – 25 с.
2. Большой психологический словарь.— М.: Прайм ЕВРОЗНАК. Под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. 2003.
3. Практикум по возрастной психологии: Учеб. Пособие/Под ред. Л.А.Головей, Е.Ф.Рыбалко.— СПб.: Речь, 2002. –694с.