

Т. В. Полянская

Полоцкий государственный университет, Полоцк

T. Polyanskaya

Polotsk State University, Polotsk

УДК 159.9

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ИХ АДАПТАЦИИ К ВУЗУ

## THE ORGANIZATION OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF STUDENTS DURING THEIR ADAPTATION TO UNIVERSITY

*Обосновывается необходимость организации психологического сопровождения для эффективного процесса адаптации к вузу студентов первого года обучения. Рассмотрены основные этапы организации психологического сопровождения на примере проведенного исследования студентов-первокурсников учреждения образования «Полоцкий государственный университет». Представлено статистическое обоснование достоверности результатов исследования и эффективности организованного психологического сопровождения. Предлагаются основные направления организации психологического сопровождения, повышающие его результативность.*

*Ключевые слова: адаптация к учебной деятельности; психологическое сопровождение; акцентуации характера; тревожность; фрустрация; агрессивность; ригидность; коммуникативные склонности; организационные склонности.*

*The necessity of organization of psychological support for the effective process of adaptation to university of first-year students is substantiated. The main stages of the organization of psychological support on the example of the conducted research of first-year students of Polotsk State University are considered. Statistical substantiation of reliability of research results and effectiveness of organized psychological support is presented. The main directions that increase the effectiveness of the organization of psychological support are proposed.*

*Key words: adaptation to training activities; psychological support; accentuation of character; anxiety; frustration; aggressiveness; stiffness; communicative tendencies; organizational tendencies.*

В современной социально-экономической ситуации профессиональный и деловой мир ориентирован на специалистов, способных успешно и непрерывно реализовывать свой профессиональный потенциал. Уровень компетентности, высокая степень мобильности, способность быстро адаптироваться к постоянно изменяющейся социальной среде являются неотъемлемым условием конкурентоспособного специалиста. Успешность учебной деятельности, качество полученного образования во многом будут зависеть от того, как пройдет адаптационный период студента в высшем учебном заведении. Сегодня белорусские вузы должны создавать современные и необходимые психолого-педагогические условия для эффективного

адаптационного процесса будущих специалистов, активизации личностных резервных возможностей студентов.

Вопросы адаптации студентов к учебной деятельности в вузе подробно рассматривались в работах Б. Г. Ананьева [1], Ф. Б. Березина [2], И. А. Зимней [3], М. С. Яницкого [4], Д. А. Андреевой [5]. Проведя теоретико-методологический анализ понятий учебной адаптации, мы можем говорить о том, что адаптация к учебной деятельности – это процесс приспособления обучающегося к требованиям образовательного пространства. В данном контексте понятие адаптация не сводится к общеизвестному процессу приспособления к изменившимся условиям, а рассматривается как непрерывное развитие личности студента.

Разнообразные аспекты проблемы адаптационного процесса студентов в вузе рассматривали Ю. В. Стафеева [6], О. Н. Казакова [7], Г. П. Кузина [8], Т. И. Каткова [9]. Данные исследования доказывают, что целенаправленная организованная система психологического сопровождения студентов первого года обучения способна качественно разрешать возникающие затруднения в адаптационном процессе студентов.

Проблема психологического сопровождения рассматривалась в исследованиях Л. П. Лазаревой [10], М. Р. Битяновой [11], Н. Н. Михайловой [12], Е. С. Салахутдиновой [13]. В целом психологическое сопровождение понимается как система профессиональной деятельности педагога-психолога, направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития в процессе обучения [13, с. 90].

Авторские программы по развитию различных аспектов адаптации студентов-первокурсников были разработаны в исследованиях Н. Н. Савельевой [14], Ю. А. Лобейко [15], Н. М. Смысловой [16], Л. Л. Редько [17].

Однако, несмотря на значительное количество научных исследований по проблеме психологического сопровождения, следует отметить недостаточную изученность возможностей влияния психологического сопровождения на процесс адаптации студентов к вузу, его эффективности, грамотной организации данной системы деятельности.

Психологическое сопровождение процесса адаптации студентов первого года обучения осуществляется поэтапно. Рассмотрим данные этапы на примере проведенного нами исследования студентов-первокурсников (N = 72) учреждения образования «Полоцкий государственный университет».

Цель исследования – изучение влияния психологического сопровождения на адаптацию студентов к обучению в вузе.

На *первом этапе* имел место актуальный анализ проблемы психологического сопровождения адаптации студентов к учебной деятельности, были определены интересующие показатели адаптационных возможностей, подобран соответствующий диагностический инструментарий, проведена диагностика исходного уровня развития адаптационных возможностей.

Следует учитывать, что на сегодняшний день нет четкого подхода к определению показателей адаптационных возможностей и практически невозможно точно определить диагностический инструментарий для описание процесса адаптации, что в некотором роде затрудняет разработку психокоррекционных программ по развитию адаптационных возможностей и выработку четких психологических рекомендаций. Основанием для выбора диагностических показателей послужило изучение подходов к проблеме влияния индивидуально-психологических характеристик на успешность процесса адаптации А. Г. Маклакова [18], С. А. Ларионовой [19], А. А. Реана [20], Б. Г. Ананьева [1]. В ходе исследования определены следующие показатели адаптационных возможностей: выраженность типов акцентуаций характера, тревожность, фрустрация, агрессия, ригидность, коммуникативные и организаторские склонности.

Для определения исходного уровня адаптационных возможностей нами был использован следующий диагностический инструментарий: методика определения типов акцентуаций характера (К. Леонгард, Н. Шмишек) [21, с. 546–547,]; методика диагностики самооценки психических состояний – тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности (Г. Айзенк) [21, с. 503]; методика диагностики коммуникативных и организаторских склонностей (КОС) (В. В. Синяевский, Б. А. Федоришин) [22, с. 184–185]. Показатели данных диагностических методик имеют количественное выражение, что позволяет определить уровни диагностируемых личностных свойств. Таким образом, в результате обработки данных выборка была разделена на различные группы по уровню выраженности: 1) акцентуаций характера; 2) тревожности, фрустрации, агрессии, ригидности (высокий, средний, низкий); 3) коммуникативных и организаторских склонностей (очень высокий, высокий, средний, ниже среднего, низкий). Для количественной обработки данных использовался критерий «угловое преобразование Фишера».

Первоначально проанализирована выраженность акцентуаций характера у студентов и обнаружено, что высокие показатели по нескольким типам акцентуаций наблюдаются у 29 %. Для данной категории студентов преимущественно характерна низкая устойчивость в стрессовых ситуациях, бессилие перед внешними факторами. Они испытывают более значительные трудности в процессе адаптации к вузу. Данные студенты образуют «группу риска», они нуждаются в особом педагогическом внимании и обязательном психологическом сопровождении.

На *втором этапе* указанные студенты составили экспериментальную группу и были расформированы по тренинговым группам по 14–15 человек. Им было предложено посещать курс обучающих занятий с элементами тренинга 2 раза в неделю в течение 6 недель.

На основании данных первичной констатирующей диагностики нами была разработана и апробирована программа психологического сопровождения студентов в период адаптации к условиям вуза «Успешная адапта-

ция», внедренная в деятельность Полоцкого государственного университета. Цель программы: содействие успешной адаптации студентов к новым условиям жизнедеятельности: развитие адаптационных возможностей и предупреждение дезадаптации студентов первого года обучения.

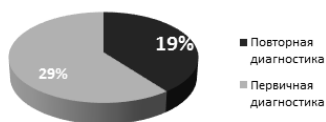
Данная программа носит информационно-просветительский, обучающий характер и направлена на формирование новых знаний, умений и навыков, которые необходимы студентам первого курса в процессе их адаптации к вузу. Основными методами проведения занятий выступили: словесные – групповая дискуссия, проблемная лекция; наглядные – демонстрация методических брошюр; практические – самодиагностика, практическая отработка элементов тренинговых упражнений и техник.

При разработке программы учитывалось, что занятия по развитию адаптационных возможностей целесообразно начинать с первых дней обучения в высшем учебном заведении.

Расположение материала занятия и порядок проведения: вводная часть занятий – как адаптационная, ориентировочно-мотивирующая; основная часть – представляющаяся как активная – тренировочная; заключительная часть – подведение итогов, предоставление рекомендаций.

На *третьем этапе* организации психологического сопровождения проведена повторная диагностика уровня развития адаптационных возможностей, определена статистическая значимость различий показателей адаптации студентов до и после проведенной программы. Произведена оценка эффективности внедренной психокоррекционной программы.

После проведенного нами повторного исследования высокие показатели по нескольким типам акцентуаций наблюдаются у 19 %, что представлено на рисунке 1.



**Рис. 1. Процентное соотношение студентов с высокими показателями по нескольким типам акцентуаций характера по результатам первичной и повторной диагностики**

Результаты первичной и повторной диагностики тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности представлены в таблице 1.

Из таблицы видно, что по результатам повторной диагностики на достоверном уровне уменьшилось процентное соотношение студентов первого курса с высоким уровнем агрессии ( $\phi^*_{\text{эмп}} = 0,36$ ,  $\phi^*_{\text{кр}} = 1,68$ ,  $p = 0,046$ ). Не выявлено значимых различий процентного соотношения у студентов

первого курса с высоким уровнем тревожности ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,46$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,59$ ,  $p = 0,056$ ), фрустрации ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,54$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,52$ ,  $p = 0,064$ ) и ригидности ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,54$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,52$ ,  $p = 0,064$ ).

Таблица 1

**Процентное соотношение студентов первого курса с различными уровнями тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности (тест – ретест)**

Переменные	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	Первичная диагностика	Повторная диагностика	Первичная диагностика	Повторная диагностика	Первичная	Повторная диагностика
Тревожность	13 %	5 %	54 %	43 %	33 %	52 %
Фрустрация	11 %	2 %	29 %	33 %	60 %	65 %
Агрессия	8 %	4 %	46 %	29 %	46 %	67 %
Ригидность	11 %	2 %	47 %	44%	42 %	54 %

Кроме этого, на достоверном уровне увеличилось процентное соотношение испытуемых с низким уровнем фрустрации ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,28$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,77$ ,  $p = 0,038$ ). Процентное соотношение студентов первого курса с высоким уровнем тревожности ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,54$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,52$ ,  $p = 0,064$ ), агрессии ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,57$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,50$ ,  $p = 0,067$ ) и ригидности ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,43$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,62$ ,  $p = 0,053$ ) на достоверном уровне не изменилось.

Снижение высокого уровня агрессии и фрустрации оптимизирует и улучшает процесс адаптации студентов к обучению в вузе. Такие испытуемые не склонны реагировать выраженным состоянием тревожности, лучше владеют собой в различных жизненных обстоятельствах, быстро способны найти правильный способ взаимодействия с окружающими.

Результаты первичной и повторной диагностики уровней развития коммуникативных и организаторских склонностей студентов первого курса отражены в таблице 2.

Повторная диагностика показала, что на достоверном уровне увеличилось процентное соотношение студентов с высоким уровнем коммуникативных ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,25$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,81$ ,  $p = 0,035$ ) и очень высоким уровнем организаторских ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,35$ ,  $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,70$ ,  $p = 0,045$ ) склонностей. Это благоприятно для адаптации, так как испытуемые с высоким и очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей легче адаптируются в новом учебном коллективе, активно стремятся к организаторской деятельности, стремятся расширить круг своих знакомых, а значит, и лучше приспособливаются к новым условиям обучения в вузе.

**Процентное соотношение студентов первого курса с различными уровнями коммуникативных и организаторских склонностей (тест – ретест)**

Переменные	Вид диагностики	Уровни				
		Очень высокий	Высокий	Средний	Ниже среднего	Низкий
Коммуникативные Склонности	Первичная диагностика	19 %	36 %	19 %	15 %	11 %
	Повторная диагностика	27 %	40 %	19 %	14%	0 %
Организаторские Склонности	Первичная диагностика	17 %	17 %	2 %	15%	49 %
	Повторная диагностика	24%	29 %	14 %	18 %	15 %

Исходя из полученных результатов повторной диагностики, можно говорить о том, что проведенная нами программа по повышению уровня адаптационных возможностей студентов первого курса способствовала изменению важных для адаптации диагностических показателей в положительную сторону. Полученные результаты показали, что процесс адаптации студентов-первокурсников к среде вуза статистически значимо повышается и будет более успешным при реализации организованного психологического сопровождения.

С целью повышения эффективности психологического сопровождения студентов в процессе их адаптации в вузе нами предлагаются следующие направления работы психолога:

1. Проведение комплексной психолого-педагогической диагностики с целью определения уровня развития адаптационных возможностей.

2. Проведение индивидуальных консультаций со студентами, испытывающими трудности в процессе адаптации к вузу, с выработкой практических рекомендаций для успешной адаптации.

3. Организация занятий с элементами тренинга для развития уровня адаптационных возможностей учащихся первого курса, обучение способам «первой психологической помощи в стрессовых ситуациях».

4. Проведение мероприятий информационно-просветительского характера, кураторских часов с целью оказания помощи студентам обрести социальную стабильность и уверенность, освоить социальные нормы и требования, предъявляемые образовательным процессом.

5. Мониторинг эмоционального состояния студентов в период экзаменационной сессии, моделирование ситуации экзамена.

6. Создание условий для благоприятного психологического климата в студенческих группах, формирование тимбилдинга, проведение социометрического исследования с целью выявления «отверженных членов группы».

7. Коррекция профессионального самоопределения студентов на ранних этапах обучения в вузе.

8. Создание условий для развития лидерских, организационных, управленческих способностей.

9. Развитие устойчивой мотивации на получение субъектно значимого образовательного продукта.

10. Обучение навыкам самоорганизации и тайм-менеджмента.

11. Организация профрейдов и профобходов иногородних студентов в общежитиях.

12. Привлечение студентов первого курса к активной деятельности в вузе: участие в волонтерских движениях, психологических кружках, благотворительных акциях, в проведении информационно-просветительских занятий по принципу РОР.

В заключении следует отметить, что при реализации психологического сопровождения студентов в процессе их адаптации в вузе акцент должен ставиться не просто на личном развитии студентов, а на актуализации их потребности в саморазвитии. Следует формировать стремление студентов-первокурсников к самоактуализации, к личностному и профессиональному самосовершенствованию, которое является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, гражданина, будущего специалиста.

#### **Список использованных источников**

1. *Ананьев, Б. Г.* К психофизиологии студенческого возраста / Б. Г. Ананьев, Н. В. Кузьмина // Современные психолого-педагогические проблемы высшей школы. – Л.: ЛГУ, 1974. – Вып. 2. – С. 3–15.

2. *Березин, Ф. Б.* Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. – Л.: Знание, 1988. – 270 с.

3. *Зимняя, И. А.* Педагогическая психология: учеб. для студентов по пед. и психол. направ. и спец. / И. А. Зимняя. – М.: Логос, 2000. – 384 с.

4. *Яницкий, М. С.* Основные психологические механизмы адаптации студентов к учебной деятельности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / М. С. Яницкий. – Кемерово, 1995. – 147 с.

5. *Андреева, Д. А.* О понятии адаптации. Исследование адаптации студентов к условиям учебы в вузе / Д. А. Андреева // Человек и общество. – 1973. – № 11. – С. 25–27.

6. *Стафеева, Ю. В.* Методология и методы психолого-педагогического исследования / Ю. В. Стафеева. – Петропавловск-Камчатский: КамГУ имени Витуса Беринга, 2010. – 87 с.

7. *Казакова, Е. И.* Психолого-педагогическое и медико-социальное сопровождение развития ребенка / Е. И. Казаковой, Л. М. Шипицына. – СПб.: Питер, 1998. – 245 с.

8. *Кузина, Г. П.* Адаптация. Инновационный курс / Г. П. Кузина, С. А. Рунова. – Казань: Казан, 1996. – 568 с.

9. *Каткова, Т. И.* Процесс адаптации / Т. И. Каткова, Ю. В. Стафеева. – Казань: Казан, 1996. – 568 с.

10. *Лазарева, Л. П.* Основные направления деятельности психологической службы вуза в вопросах и ответах / Л. П. Лазарева. – Хабаровск: ДВГУПС, 2001. – 79 с.
11. *Битянова, М. Р.* Организация психологической работы в школе / М. Р. Битянова. – М.: Генезис, 2000. – 370 с.
12. Михайлова, Н. Н. Педагогика поддержки: учеб.-метод. пособие / Н. Н. Михайлова, С. М. Юсфин. – М.: МИРОС, 2001. – 208 с.
13. *Салахутдинова, Е. С.* Педагогическое сопровождение адаптации студентов в учебной группе: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Е. С. Салахутдинова. – Кострома, 2014. – 258 с.
14. *Савельева, Н. Н.* Проектирование системы адаптации первокурсников к обучению в вузе: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Н. Н. Савельева. – Владивосток, 2007. – 190 с.
15. *Лобейко, Ю. А.* Психология и педагогика профессиональной деятельности: учеб. пособие / Ю. А. Лобейко, С. И. Тарасова. – Ставрополь: Изд-во СГАУ, 2003. – 168 с.
16. *Смыслова, Н. М.* Адаптация студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования как механизм успешной социализации личности / Н. М. Смыслова. – Н. Новгород: ВГИПУ, 2011. – 115 с.
17. *Редько, Л. Л.* Психолого-педагогическая поддержка адаптации студента-первокурсника в вузе: учебное пособие / Л. Л. Редько, Ю. А. Лобейко. – М.: Илекса, 2008. – 296 с.
18. *Маклаков, А. Г.* Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2001. – 592 с.
19. *Ларионова, С. А.* Социально-психологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика / С. А. Ларионова. – М.: РГБ, 2003. – 198 с.
20. *Реан, А. А.* Психология адаптации личности / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – 479 с.
21. *Бурлачук, Л. Ф.* Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2007. – 3-е изд. – 688 с.
22. *Фетискин, Н. П.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. – 490 с.

(Дата подачи: 20.02.2018 г.)

*М. А. Пономарева*

Академия управления при Президенте Республики Беларусь, Минск

*M. A. Ponomareva*

Academy of Management at President of the Republic of Belarus, Minsk

**ДК 005.32-057.17**

## **АНАЛИЗ МЕТАПРОГРАММ ПРИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОТБОРЕ РУКОВОДЯЩИХ КАДРОВ**

## **ANALYSIS OF META-PROGRAMS IN THE PROFESSIONAL SELECTION OF MANAGERIAL PERSONNEL**

*В статье рассматривается анализ метапрограмм как эффективный инструмент профессионального отбора руководящих кадров, обосновывает целесообразность разработки метапрограммного портрета для конкретной должности. Проанализированы метапрограммы кандидатов на руководящие должности, охарактеризована степень*