

Секция «Социальная психология: проблемы исследования личности»

**Первый шаг в профессию «психолог»: опыт исследования социально-психологической адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе**

**Буданова Айжан Турсенгалмиевна**

*Студент (бакалавр)*

Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского, Саратов, Россия

*E-mail: A.Budanova97@yandex.ru*

Вхождение личности первокурсника в новую для него вузовскую среду - это сложный, многоплановый и длительный процесс социально - психологической адаптации, от успешности прохождения которого зависит и психологическое здоровье личности, и результативность обучения, и становление студента как потенциального специалиста.

\*\*\*

Смена места обучения, новый коллектив, новая социальная роль и соответствующие ей требования, а так же обустройство в новом городе - со всеми этими и многими другими проблемами я столкнулась, поступив на факультет психологии Саратовского государственного университета (СГУ) им. Чернышевского. Преподаватель дисциплины «Введение в профессию» доцент кафедры общей и социальной психологии Гуменская Ольга Михайловна, кандидат педагогических наук предложила нам самим заняться разрешением этих проблем. Под ее руководством мы начали исследование социально-психологической адаптации (СПА) первокурсников к условиям обучения в вузе.

В качестве рабочего, в основу нашего исследования было положено определение М.С. Яницкого, трактующего социально-психологическую адаптацию первокурсников к условиям обучения в вузе как процесс вхождения личности в совокупность новых отношений и форм деятельности, определяющих выработку оптимального режима функционирования личности в учебной среде [Яницкий М.С. 2004, с. 233-241.].

Сначала нами был разработан опросник, который мы навал: «Муки и радости первокурсника». СПА студентов рассматривалась в диапазоне 5 аспектов (сфер студенческой жизни): организация учебных занятий, взаимоотношение с преподавателями, взаимоотношение с однокурсниками, общественная жизнь, трудности самоорганизации в студенческой жизни. Опросник был опробован на моих однокурсниках (выборка - 36 человек) в 2014-2015 учебном году.

В 2015-2016 учебном году было решено продолжить и расширить исследование социально - психологической адаптации первокурсников, взяв за основу оправдавший себя опросник «Муки и радости первокурсника», дополнив его исследованием мотивации поступления на факультет психологии СГУ у абитуриентов, а также - исследованием тревожности (методика Ч.Д. Спилберга и Ю.Л. Ханина) и используемых студентами копинг-стратегий (копинг-тест Р. Лазаруса) в течение первых трех месяцев обучения. Полученные данные обрабатывались совместно с ребятами, ставшими студентами нашего факультета (35 человек).

Впоследствии студенты первого курса факультета психологии СГУ стали базовой выборкой при разработке программы оптимизации социально-психологической адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе (ниже - Программы), представленной на фестивале прикладных проектов «Жизнь науки в обществе» для студентов-стипендиантов Оксфордского Российского Фонда в рамках Международной недели науки и мира - СГУ 2015 (общее количество исследуемых - 205 человек: первокурсники гуманитарных, естественно - научных и технических факультетов СГУ).

Диагностический пакет Программы состоял из вышеперечисленных методик, за исключением мотивационной анкеты. На основе результатов, для первокурсников были разработаны рекомендации по оптимизации СПА к вузовскому обучению и предложены программы тренингов: «Профилактика экзаменационного стресса» и «Формирование адаптивных копинг-стратегий».

В настоящее время нами проводится опрос исследуемых студентов на тему «Уроки первой сессии», результаты которого будут сопоставлены с показателями их успеваемости.

По итогам мониторинга СПА первокурсников, проводимого в течение первых трех месяцев обучения, после первой сессии и в конце учебного года, мы планируем предложить для внедрения в СГУ опробованную на студентах базовой выборки (первокурсниках факультета психологии) «Программу оптимизации социально-психологической адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе».

Наше исследование будет продолжено в направлении обеспечения психологического сопровождения профессионального становления студентов бакалавров факультета психологии СГУ, - будущих практических психологов различных сфер трудовой деятельности.

### **Источники и литература**

- 1) 1. Баева И.А Психологическая безопасность в образовании: Монография. Санкт-Петербург, 2002.
- 2) 3. Безюлёва Г.В. Психолого-педагогическое сопровождение профессиональной адаптации учащихся и студентов/Г.В. Безюлёва: монография. — М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008.
- 3) 2. Буданова А.Т. «Социально-психологическая адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе (на примере студентов первого курса факультета психологии СГУ)», Сборник материалов IV международной научной конференции «Изменяющийся мир: общество, государство, личность», Саратов ИЦ «Наука», 2015
- 4) 4. Яницкий М.С. К проблеме оценки потенциала самореализации личности в процессе обучения, Философия образования, 2004, №11, с. 233-241.

### **Слова благодарности**

Выражаю благодарность своему научному руководителю Гуменской Ольге Михайловне, доценту кафедры общей и социальной психологии, кандидату педагогических наук.

### **Иллюстрации**



Рис. 1. На данном изображении показан развернутый буклет Программы оптимизации социально-психологической адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе