

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Хакасский технический институт – филиал федерального  
государственного автономного образовательного учреждения  
высшего профессионального образования  
**«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Утверждено Ученым Советом  
ХТИ – филиала СФУ

 Н. В. Дулесова

«25» 10 2012 г.

**ПРОГРАММА**  
**социально-психологической адаптации**  
**студентов первокурсников**  
**в Хакасском техническом институте – филиале ФГАОУ ВПО**  
**«Сибирский федеральный университет»**  
**на 2013-2016 годы**

**Абакан 2012**

Программа социально-психологической адаптации студентов первокурсников Хакасском техническом институте – филиале ФГАОУ ВПО «Сибирский федеральный университет» на 2013-2016 годы/Сост. М.М. Сагалакова, Ю.Р. Миннулина // Под ред. Н.В. Дулесовой. – Абакан: Сиб. федер. ун-т; ХТИ – филиал СФУ. – 2012. – \_\_ с.

## **Введение**

Формирование молодого специалиста, разносторонне образованного, нестандартно мыслящего, обладающего широким кругозором профессионала, граждански активного, духовно, нравственно и профессионально подготовленного к работе по избранной специальности является важнейшей задачей, которая сегодня стоит перед высшими учебными заведениями.

Одним из важных моментов в организации воспитательного процесса, остается работа со студентами-первокурсниками. Целенаправленная работа вуза по адаптации студентов первого курса к новым условиям их жизнедеятельности должна быть организована с использованием соответствующих форм и методов воспитательной деятельности.

Юноши и девушки, окончив школу, переходят на новый жизненный этап. Этот этап включает в себя смену не только места учебы, места жительства, но и смену уже устоявшегося коллектива. Новоиспеченным студентам нужно привыкнуть, адаптироваться как к новой группе, где им зачастую придется находиться в течение 5-6 лет, так и к новым правилам и нормам института. Психолого-возрастные особенности студенчества характеризуются эмоциональной незрелостью, открытостью, внушаемостью, самоидентификацией. В этот период студентам важно именно окружение, в котором они находятся. Очень часто в одну группу попадают юноши и девушки с разным социальным уровнем, а именно – провинциалы и городские жители. Исходя из вышесказанного, можно считать, что процесс адаптации студентов-первокурсников очень значимый, сложный и долгий.

Будет ли студент овладевать знаниями с радостью и желанием и будет ли тем самым обеспечена высокая успеваемость, не в последнюю очередь зависит от того, как сложатся отношения внутри учебных коллективов, между студентами и преподавательским составом, между студенчеством и администрацией института на начальном этапе обучения.

Поэтому в непростой работе профессорско-преподавательского состава и кураторов с академическими группами первого курса можно выделить несколько моментов.

Первое – ориентация в пространстве вуза – обычно решается путём проведения экскурсий. Однако это не везде и не в полном, необходимом для студентов первого курса объёме проводится. Более того, данное мероприятие может осуществляться фрагментарно и даже не в начале первого семестра.

Второй важный момент, который заслуживает внимания, – это совместная работа куратора группы и психологом института.

По просьбе куратора каждого отделения психологом проводится психологическая диагностика студентов с целью определения уровня социально-психологической адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе, оценки уровня развития разнообразных отношений в группе, выявления коммуникативных и организаторских склонностей личности. По результатам диагностики и по мере необходимости психологом проводятся индивидуальные консультации студентов по преодолению стрессовых

ситуаций, эмоциональных трудностей, осуществляется помощь в улучшении межличностных отношений, проводится консультационная служба в студенческих общежитиях. Проводятся индивидуальные консультации по запросам на протяжении всего учебного года. Результатом такой совместной работы будет являться улучшение адаптационных возможностей студентов к специфическим условиям высшей школы.

Третья проблема – большая перегрузка студентов первого курса, о чём не раз приходится слышать и от них самих. Из-за нехватки времени и неумения студентов самостоятельно перерабатывать изучаемые ими материалы, часто приходится сталкиваться со списыванием из учебников, причём бездумным; отсутствием собственных мыслей по изучаемым предметам, отражаемых студентами, как в устной, так и в письменной речи; практически полным копированием работ друг друга. Более того, некоторые вдумчивые, самостоятельные, грамотные первокурсники даже не понимают, что они должны не переписать материал из какого-либо источника, а творчески его осмыслить и высказать своими словами собственное мнение по изучаемой проблеме. Практически никто из студентов первого курса не знает, что используемые ими материалы какого-либо автора необходимо включать в свои работы как цитаты. В данной проблеме, в первую очередь, речь идёт о выработке у молодых людей умения логически мыслить и алгоритмизировать различные, в т.ч. учебные задачи и жизненные ситуации. Этому надо учить хотя бы в школе. Ныне же высшая школа вынуждена и обязана внести свой посильный вклад в решение данной задачи.

Четвертое – занятость студентов во вне учебное время. Корни проблемы таких негативных явлений, как правонарушения, употребление алкоголя, наркотиков связаны с не востребованностью студентов в вузе. Студент, особенно первокурсник, сталкивается с рядом проблем, связанных с условиями обучения, проживания, быта, отдыха и не находя поддержки и помощи со стороны преподавателя, куратора, куратора общежития, зачастую находит решение проблем в компании с асоциальной направленностью. Отсюда распитие спиртных напитков, употребление наркотиков, нарушение правопорядка, учебной дисциплины, слабая успеваемость. По сути, у молодежи формируется собственная социокультурная среда, со своими «правилами» и «порядками». И задача профессорско-преподавательского состава и кураторов оказывать активное влияние на ее формирование.

Следовательно, чтобы «студенты-новички» не чувствовали себя чужими и в свободное от учебы время могли найти занятия по интересам, необходимо довести до сведения первокурсников информацию о существующих на базе института творческих коллективах и кружках.

Следующий момент – формирование здорового образа жизни, отношения к репродуктивному здоровью как важнейшей нравственной ценности. Обоснованную тревогу вызывает состояние здоровья студентов и повсеместное распространение таких асоциальных явлений, как курение, особенно среди девушек, употребление алкоголя.

Таким образом, выявление трудностей, выступающих перед студентами на первом курсе в вузовской системе обучения, и определение путей их преодоления позволит повысить академическую активность студентов, успеваемость и качество знаний. Решение этой проблемы позволит избежать отчисления студентов на первом курсе, сохранить знания, полученные в средней школе, и выработанную привычку к дисциплине и труду; усилить интеллектуальный потенциал нашей страны.

Принимая во внимание выше перечисленные факторы, назрела необходимость разработки программы социально-психологической адаптации студентов первокурсников в ХТИ – филиале СФУ.

**Вид программы:** диагностико–развивающая и профилактико-образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа. Предлагаемая программа ориентирована на наиболее полное раскрытие личностного потенциала студентов, на формирование и развитие у обучающихся социально-психологических умений и навыков, развитие креативности.

**Объект (участники):** студенты – первокурсники в учебно-воспитательном процессе.

**Предмет деятельности:** социально-педагогические и психолого-педагогические условия развития личности студентов-первокурсников.

**Цель программы социально- психологической адаптации первокурсников:** создание социально-педагогических и психолого-педагогических условий для развития личности обучающихся в условиях высшего учебного заведения, формирование и актуализация интереса студентов к учебной деятельности.

**Задачи:**

- обеспечение механизмов оптимизации периода адаптации в условиях нового учебного заведения с учетом психологических особенностей студентов-первокурсников;

- создание благоприятного психолого-педагогического микроклимата в студенческих группах;

- взаимодействие со студентами и родителями, с целью предупреждений отклоняющегося поведения, преодоление трудностей в учебе, решение личностных проблем в адаптационный период;

- раннее выявление и предупреждение возможных нарушений в период социализации личности студента посредством психодиагностики и консультирования;

- повышение психолого-педагогическую компетентность педагогов, студентов и их родителей, используя различные формы и методы пропаганды психологических знаний;

- выявление дезадаптированных студентов группы риска;

- оказание консультативной или иной другой помощи по ликвидации проблемных ситуаций в микросреде студентов;

- совместное взаимодействие с заинтересованными представителями по защите и охране их прав.

**Используемые средства:** диагностические методики, групповые дискуссии, мини-лекции, ролевые игры, игры на интенсивное физическое взаимодействие, работа в парах, психологическое просвещение – по окончании занятий у каждого участника получается психологический буклет, наблюдение, опрос экспертов, наблюдение, контент - анализ документов.

**Форма промежуточного и окончательного контроля:**

В качестве промежуточного контроля использовались устные ответы участников (рефлексия) в конце занятия – отмечают основные сложности, что нового и т.д. Это даёт участникам возможность осознать свои успехи, изменения, наметить некоторый план применения этих достижений в дальнейшем.

В качестве окончательного контроля - умение активно взаимодействовать со сверстниками, с окружающими, с родителями. Приобретение активной социальной позиции подростка.

**Структура и содержание программы**

**Раздел 1. Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая деятельность.**

Направлена на формирование психологических знаний, повышения уровня социально-психологической компетентности обучающихся, их родителей и преподавателей.

**1) Неделя адаптации студентов.**

1. Знакомство со студентами первого курса.
2. Составление банка данных о студентах из разных социальных категорий.
3. Ориентирование студентов на участие в работе спортивных секций и коллективов художественной самодеятельности, кружков по интересам.
4. Проведение лекции–беседы со студентами, проживающими в общежитии, совместно с сотрудниками ОМВД России.
5. Знакомство с правилами внутреннего распорядка.
6. Выявление студентов, склонных к противоправным действиям.

**2) Повышение уровня социально-психологической компетентности студентов.**

1. Встречи с сотрудниками правоохранительных органов.
2. Привлечение студентов первого курса к участию в студенческих конференциях, в общеинститутских мероприятиях.

**Раздел 2. Диагностическое социально-педагогическое и психолого-педагогическое сопровождение студентов первого курса.**

*Психолого-педагогическая диагностика:*

1. анкета «Взаимоотношения в семье»;
2. опросник К.Леонгарда;
3. опросник Айзенка;
4. анкета «Мотивация учебной деятельности» автор Е.П. Ильин;
5. методика СОП (склонность к отклоняющемуся поведению)

6. опросник Спилберга;
7. личностная агрессивность и конфликтность;
8. психологический климат;
9. социометрия.

### **Раздел 3. Развивающая психолого-педагогическая деятельность.**

Предлагаемые занятия в тренинге «Сплочение студентов в студенческих группах» (Приложение 1) ориентированы на наиболее полное раскрытие личностного потенциала студентов, на формирование и развитие у обучающихся социально - психологических умений и навыков, развитие креативности и сплочение студентов в единую группу.

**Материально-техническая оснащённость:** изолированное помещение для проведения индивидуальных и групповых развивающих работ, музыкальное оснащение, канцелярские товары- листы ватмана, ручки, карандаши, листы А-4, цветная бумага и цветной картон.

**Ожидаемые результаты:** социально-педагогическая и психолого-педагогическая адаптация студентов как результат успешной социализации личности

#### **Тематическое планирование**

| № | Название темы            | Упражнения   |
|---|--------------------------|--|
| 1 | Занятие 1.<br>Знакомство | Приветствие<br>Принципы работы<br>Футболка с надписями<br>Снежный ком<br>Визитная карточка<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции      |
| 2 | Занятие 2.               | Приветствие<br>Все-некоторые-только я<br>Охота за сокровищем<br>Путаница<br>Покажи предмет<br>Обратная связь. Покажи свои эмоции |
| 3 | Занятие 3.               | Приветствие<br>Живой шрифт<br>Хлопки по коленям<br>На льдине<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции                                    |
| 4 | Занятие 4                | Корабли и скалы<br>Лабиринт<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции   |
| 5 | Занятие 5                | Приветствие<br>Ветер в ивах<br>Робот<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции  |
| 6 | Занятие 6                | Приветствие  |

|    |            |   |
|----|------------|---|
|    |            | Гусеница<br>Зеркало<br>Трио<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции  |
| 7  | Занятие 7  | Приветствие<br>Несколько мячей<br>Встаньте в круг<br>Постройтесь по росту<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции                                      |
| 8  | Занятие 8  | Приветствие<br>Переходы со стулом<br>Счет до десяти<br>Встреча взглядами<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции                                       |
| 9  | Занятие 9  | Приветствие<br>Фигуры<br>Общий брезент<br>Переход через болото<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции   |
| 10 | Занятие 10 | Приветствие<br>Поиск сходств<br>Волшебный ключ<br>«Мандала» или общий рисунок манкой<br>или ладошками в краске<br>Рефлексия. Покажи свои эмоции |



### Тренинг

#### «Сплочение студентов в студенческих группах»

**Участники:** студенты первых курсов.

**Цель:** знакомство, сплочение и формированию взаимного доверия между всеми членами группы.

#### **Задачи:**

- способствование знакомству студентов;
- развитие эмпатии и групповой сплоченности;
- создания атмосферы доверия и уважения, взаимного доверия и обучению координации совместных действий в учебной группе;
- тренировка умения находить взаимопонимание со студентами своей группы;
- развитие взаимного доверия участников, развитие умений расслабляться и снимать напряжение.

Сплоченность складывается из многих компонентов, важнейшие из которых перечислены ниже:

Наличие общей цели, которая принимается всеми участниками и которая, с очевидностью, не поможет быть достигнутой кем-то из группы индивидуально.

Умение координировать действие для достижения общей цели.

Взаимное доверие, готовность оказать в ситуации, подразумевающих высокую степень неопределенности, включающих элемент совместного риска.

Положительный эмоциональный и мотивационный фон.

Соревновательность, но направленная не столько на членов своей команды, сколько на общего конкурента.

Часто ребята, которые учатся в одной группе в течение нескольких лет, довольно мало знают друг о друге: кто, чем увлекается, кто что любит. А ведь узнать что-то о человеке – значит проявить к нему внимание; сравнить его интересы со- своими – значит задуматься о разнообразии людей; попробовать принять чужие, пусть даже странные интересы – значит проявить терпимость. Эти игры можно использовать для создания атмосферы доверия и уважения, взаимного доверия и обучению координации совместных действий. Техника способствует сплочению, формированию взаимного доверия и наглядной демонстрации основного принципа командной работы. «Ломает» пространственные барьеры между участниками, сильно сближает группу в физическом смысле, что, как следствие, вызывает и психологический эффект сближения. Тренировка умения находить взаимопонимания с коллегами по команде в затрудненных условиях, при ограниченности доступных средств общения. Упражнения стимулируют развитию взаимного доверия участников, развивает умение расслабляться, снимать напряжение и создают возможность для тактильного контакта.