

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Психологии развития личности
кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код и наименование направления подготовки, специальности

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СТУДЕНТОВ-СИРОТ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ
тема

Руководитель


подпись

Н.В. Басалаева
инициалы, фамилия

Выпускник


подпись

С.П. Лях
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2019

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Психологии развития личности
кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код и наименование направления подготовки, специальности

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СТУДЕНТОВ-СИРОТ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ
тема

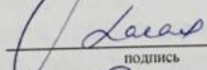
Работа защищена «27» июня 2019 г. с оценкой «хорошо»

Председатель ГЭК

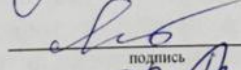

подпись

И.О. Логинова
инициалы, фамилия

Члены ГЭК


подпись

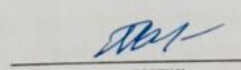
Н.В. Басалаева
инициалы, фамилия


подпись

С.В. Митросенко
инициалы, фамилия

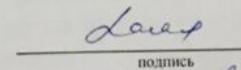

подпись

М.М. Темботова
инициалы, фамилия


подпись

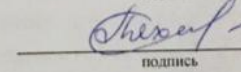
М.В. Левчук
инициалы, фамилия

Руководитель


подпись

Н.В. Басалаева
инициалы, фамилия

Выпускник


подпись

С.П. Лях
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2019

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Психологическое сопровождение студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе» содержит 53 страницы текстового документа, 40 использованных источников, 5 таблиц, 4 рисунка, 6 приложений.

СОПРОВОЖДЕНИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ, СТУДЕНТЫ-СИРОТЫ, ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ, АДАПТАЦИЯ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ.

В настоящее время современное общество располагает достаточно серьезной проблемой, связанной с адаптацией студентов-сирот. Проблемы вступления в общество таких детей носят серьезный и разноплановый характер. Процесс психологического сопровождения студентов-сирот позволит создать механизмы адаптации к новым условиям: образовательной среде вуза, учебно-профессиональной деятельности, что будет способствовать максимальному сокращению адаптационного периода студентов-сирот.

Цель работы: изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

Анализ результатов первичной диагностики социально-психологической адаптации, выявил, что 10% студентов-сирот адаптированы к условиям образовательной среды вуза, а 90% студентов-сирот относятся к дезадаптированным. На основании результатов, мы можем сделать вывод, что в период адаптации студентов-сирот к образовательной среде вуза необходима организация психологического сопровождения.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы пришли к выводу, что система психологического сопровождения является эффективным средством успешной адаптации студентов-сирот к обучению в вузе.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты изучения психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.....	9
1.1 Психологическое сопровождение: понятие, составляющие	9
1.2 Причины трудностей адаптации у студентов-сирот	15
1.3 Содержание психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.....	20
2 Экспериментальное изучение социально-психологической адаптации студентов-сирот и их психолого-педагогическое сопровождение	24
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики	24
2.2 Организация психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.....	34
2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики	41
Заключение	46
Список использованных источников	49
Приложение А	54
Приложение Б.....	56
Приложение В.....	58
Приложение Г	60
Приложение Д.....	63
Приложение Е.....	78

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время современное общество располагает достаточно серьезной проблемой, связанной с адаптацией студентов-сирот. Проблемы вступления в общество таких детей носят серьезный и разноплановый характер.

Исследователи по вопросам сиротства отмечают, что у данной категории детей возникает наибольшее количество трудностей в период вхождения во взрослую самостоятельную жизнь. Тяжело без поддержки семьи и близких, поэтому большинство детей из числа сирот, не может самостоятельно и успешно справиться с возникшими проблемами в процессе адаптации во взрослом обществе. Социальный опыт, ранее полученный ребенком-сиротой в течение своей жизни, не всегда является достаточным, а порою имеет негативный характер. Поэтому в новых жизненных обстоятельствах, с которыми сталкивается сирота, в новой социальной роли студента, приводят его к очередным проблемам, из которых он вынужден искать выход.

Важнейшей задачей обучения в вузе является, в том числе предоставление условий для формирования и научения студента-сироты социальным навыкам, стимулирование его потребности в самореализации и саморазвитии в процессе получения образования в вузе.

Процесс психологического сопровождения студентов-сирот позволит создать механизмы адаптации к новым условиям: образовательной среде вуза, учебно-профессиональной деятельности, что будет способствовать максимальному сокращению адаптационного периода студентов-сирот.

В связи с актуальностью проблемы цель нашего исследования – изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

Объект исследования – психологическое сопровождение.

Предмет исследования – психологическое сопровождение студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

2. Провести экспериментальное исследование, направленное на изучение социально-психологической адаптации студентов-сирот.

3. Организовать психологическое сопровождение студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

4. Осуществить повторное исследование социально-психологической адаптации студентов-сирот, проанализировать результаты исследования.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.

2. Эмпирические методы: тестирование (методика «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс, Р. Даймонд); методика «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)).

Методологической основой выступили труды исследователей по проблеме психологического сопровождения М.Р. Битяновой, А.А. Деркач, И.В. Дубровиной, Е.И. Казаковой, А.А. Майера, Ю.В. Слюсарева, А.П. Тряпицыной и др.; по проблеме социально-психологической адаптации детей-сирот В.В. Заморуевой, Н.В. Осиповой, О.А. Рудаковой, Ю.Ю. Сысоевой, А.А. Юриной и др.

Экспериментальная база исследования представлена ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий им. академика М.Ф. Решетнева» (филиал СибГУ в г. Лесосибирске) в ноябре 2018 – мае 2019 г. В исследовании приняли участие:

экспериментальная группа – 10 студентов-сирот, контрольная группа – 10 студентов, воспитывающихся в семьях. Возраст испытуемых 18-20 лет.

Этапы исследования:

1 этап (ноябрь 2018 г.) – изучение теоретических аспектов психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот и студентов, воспитывающихся в семьях.

2 этап (ноябрь 2018 г. – апрель 2019 г.) – организация психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

3 этап (май 2019 г.) – проведение повторной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот и студентов, воспитывающихся в семьях, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе, формулирование выводов, оформление ВКР.

Результаты исследования были представлены на конференциях разного уровня: Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития человека в современном обществе» (Лесосибирск 2018); внутривузовской научно-практической конференции «Современное педагогическое образование: теоретический и прикладной аспекты» (Лесосибирск, 2019). По теме ВКР опубликовано две статьи.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в том, что в работе проанализирован и систематизирован материал по проблеме психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе. Полученные в ходе исследования данные можно использовать педагогам, кураторам групп, психологам, а так же представленный нами материал могут использовать студенты при

подготовке к занятиям, при написании рефератов, курсовых и дипломных работ.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 40 источников, и 6 приложений. В работе содержится 5 таблиц и 4 рисунка. Общий объем работы составляет 53 страницы.

Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СТУДЕНТОВ-СИРОТ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

1.1 Психологическое сопровождение: понятие, составляющие

В настоящее время в рамках развития системы образования России появляются причины формирования системной работы, сосредоточенной на осуществлении специальной помощи студентам. Такой процесс, оказывающий психологическую помощь, организован для развития и функционирования личности как учащихся, так и абсолютно всех участников образовательного процесса.

Каждая система образования, включая высшее, своей основной целью призвана обеспечить реализацию права студентов на свободу и развитие во время приобретения профессии. Качественная концепция образования включает в себя такие категории, как здоровье, благополучие, безопасность, уверенность в себе и уважение [6].

Согласно суждению психологов М.Р. Битяновой, И.В. Дубровиной, В.С. Мухиной, Н.Г. Осуховой, В.И. Слободчикова, Ю.В. Слюсарева, психологическое сопровождение, является наиболее результативным видом психологической помощи личности, испытывающей трудные жизненные ситуации [4; 11; 21; 26; 33; 34].

По мнению Н.В. Басалаевой психолого-педагогическое сопровождение личности может рассматриваться как сопровождение отношений: их развитие, коррекция, восстановление [2].

Прежде чем рассмотреть понятие «психологическое сопровождение» считаем важным обратить внимание на то, что понятие «сопровождать» в целом означает «идти вместе».

В. Даль в словаре интерпретирует понятие «сопровождение – это определенное действие. Сопровождать – значит сопутствовать, идти вместе, быть рядом и помогать» [8, с. 1072].

Как объясняет С.И. Ожегов, «сопровождать – это значит, следовать вместе с кем-то, находясь рядом, ведя куда-нибудь, или идя за кем-то» [23, с. 829].

В психологии термин «сопровождение» также интерпретируется по-разному. Ю.В. Слюсарев впервые описал понятие «сопровождение» в 1992г. и рассматривается автором как специализированный метод психологической помощи, ориентированный на развитие и саморазвитие личности человека, а также на активацию его собственных внутренних ресурсов [34].

В трудах Е.И. Казаковой и М.Р. Битяновой впервые термин «сопровождение» появился и рассматривался – как новейшая образовательная технология.

Доктор педагогических наук Е.И. Казакова, являясь ведущим представителем идеологии развития сопровождения, определяет его как особый способ помочь человеку преодолеть проблемы, которые тревожат в настоящее время, характерной чертой такой поддержки является обучение решению, таких проблемы собственными силами [16].

По мнению Е.И. Казаковой и А.П. Тряпицыной в формировании теории и методов сопровождения в качестве исходной теоретической позиции огромное значение придается системно-ориентированному аспекту, в логике развития которого осмысливается выбор и усвоение субъектом некоторых нововведений. Сопровождение может истолковываться как помощь субъекту в создании ориентационного поля развития, ответственность за действия в котором несет сам субъект [17].

Психологическое сопровождение понимается отечественными психологами В.А. Горяниной, А.А. Деркач, В.С. Мухиной, В.Н. Раскалиным как поддержка психически здоровых людей, у которых на определенном этапе жизненного пути возникают трудности. Отличительной особенностью психологического сопровождения от других видов психологической помощи является поддержка естественно развивающихся реакций, процессов и состояний личности. Психологическая помощь

осуществляется в соответствии с закономерностями развития, постепенно открывая перспективы саморазвития, самопознания и самореализации личности. В процессе психологического сопровождения создаются условия для перехода личности от помощи извне, к самопомощи [9; 21; 31].

Согласно С.П. Ждановой «психологическое сопровождение – это системно организованная работа психологической службы, направленная на профессиональное развитие будущего специалиста в период вузовского обучения, раскрытие потенциальных возможностей студента, его индивидуальности, а также коррекцию разного рода затруднений в его личностном развитии и саморазвитии» [12, с. 72].

Психологическое сопровождение Л.Э. Кузнецова и М.Ю. Кулешова анализируют как «особую модель пролонгированной психологической помощи, направленной на создание безопасных условий, в которых возможна реконструкция образа мира и восстановление связи человека с самим собой, другими людьми и окружающим миром» [19, с. 890].

По мнению М.Р. Битяновой под психологическим сопровождением понимается «система профессиональной деятельности психолога, направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития человека в ситуации учебного взаимодействия» [4, с. 46].

Задачами психологического сопровождения по М.Р. Битяновой являются:

- предупреждение возникновения проблем развития человека;
- помощь (содействие) студенту в решении актуальных задач развития, обучения, социализации: учебные трудности, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы взаимоотношений со сверстниками, педагогами, родителями;
- психологическое обеспечение образовательных программ;

- развитие психологической компетентности (психологической культуры) студентов, родителей, педагогов [4].

В.Н. Раскалинос под психологическим сопровождением понимает «систему, обеспечивающую создание условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора. Сопровождение представляет собой деятельность, направленную на создание социально-психологических условий, способствующих успешному обучению и развитию каждого обучающегося в конкретной образовательной среде» [31, с. 11].

На современном этапе развития психологии отмечается разнообразие подходов к пониманию психологического сопровождения, что отражается в определении его сущности, структуры, видов, направлений. Н.В. Гончарова, Е.Ю. Пономарева, выделяют такие сферы его применения:

- психологическая помощь личности;
- удовлетворение эмоциональных запросов, связанных с приобретением личностной идентичности в процессах межличностного, социокультурного и этнического самоопределения;
- содействие в выработке стойких ценностных и моральных норм;
- помощь в решении экзистенциальных проблем (адаптации, индивидуализации, интеграции и т. д.) [7; 28].

Психологическое сопровождение, по мнению Е.С. Онищенко «представляет собой целостную систему. Как любая система, оно состоит из элементов (или компонентов), которые одновременно являются его инвариантными этапами» [24, с. 18].

В сопровождении, как в разворачивающемся во времени процессе, можно выделить три основных компонента:

- диагностика (отслеживание), служащая основой для постановки целей;
- отбор и применение методических средств;

- анализ промежуточных и конечных результатов, дающий возможность корректировать ход работы [24].

С взглядами Е.И. Казаковой пересекается мнение исследователя В.В. Белова, который отмечает, что процесс сопровождения, осуществляется на основе следующих принципов:

- гуманное отношение к личности и вера в ее силы;
- квалифицированная помощь и поддержка естественного развития;
- непрерывность (обеспечение сопровождения на всем периоде нахождения личности «под присмотром» психолога) и преемственность в работе всех специалистов, взаимодействующих с сопровождаемым;
- комплексность взаимодействия различных специалистов;
- активная позиция личности: главным становится не решить проблемы за сопровождаемого, а научить его решать проблемы самостоятельно, создать условия для становления способности личности к саморазвитию; автономность, для осуществления которой специалист системы сопровождения должен иметь возможность организовать свою деятельность, как особую практику, – со своими ценностями и целями [3; 16].

А.А. Майер утверждает, что психологически важной поддержкой в системе сопровождения является создание условий, способствующих переходу человека к самопомощи. По словам автора, психолог лишь организовывает условия для реализации личностного потенциала. Автор считает, что, вопреки исправлению, технология системы сопровождения подразумевает не устранение недостатков и модификаций, а поиск, скрытых ресурсов человека и его окружения, использование его личных способностей и создание на этой основе психологические условия для восстановления связей с обществом [20].

Основными характеристиками психологического сопровождения по А.А. Майеру являются:

- процессуальность – ряд органически вытекающих друг из друга этапов, приводящих к подлинному овладению знаниями, умениями и навыками;

- пролонгированность – длительность процесса психологического сопровождения;

- недирективность – создание климата самораскрытия; погруженность в реальную жизнь человека;

- погруженность в реальную жизнь человека, особые отношения между участниками процесса.

А.А. Майер в системе сопроводительной деятельности выделяет определенные этапы:

- диагностика (отслеживание), служащая основой ответственности за принятое решение;

- постановка целей;

- отбор и применение методических средств;

- анализ промежуточных и конечных результатов, дающий возможность корректировать ход работы [20].

По мнению К.В. Адушкиной результатом психологического сопровождения личности в процессе адаптации к жизни становится новое жизненное качество – адаптивность, то есть способность самостоятельно достигать относительного равновесия в отношениях с собой и окружающими, как в благоприятных, так и в экстремальных жизненных ситуациях. Адаптивность предполагает принятие жизни (и себя как ее части) во всех проявлениях, относительную автономность, готовность и способность изменяться во времени и изменять условия своей жизни – быть ее автором и творцом [1].

Таким образом, мы вслед за Л.Э. Кузнецовой и М.Ю. Кулешовой определяем, психологическое сопровождение как особую модель пролонгированной психологической помощи, направленной на создание безопасных условий, в которых возможна реконструкция образа мира и

восстановление связи человека с самим собой, другими людьми и окружающим миром.

Психолог в этом процессе не просто наблюдатель, стоящий рядом, он активен, так как создает оптимальные социально-психологические условия для развития не только сопровождаемого, но и образовательной системы, в общем.

1.2 Причины трудностей адаптации у студентов-сирот

Студенческий возраст, по мнению В.В. Заморуевой, включает период 17-25 лет. Начало обучения в вузе – новый этап психологического развития человека, который формирует его социальную зрелость, интенсивное, нравственное и интеллектуальное созревание и моделирование жизненных целей. То, как протекает адаптация к общественной, учебной, научной деятельности вуза, зависит общий процесс социализации юношей и девушек, становление студента как профессионала. По данным исследователей, биофизиологическая адаптация к учебному процессу длится около двух недель, психологическая адаптация – около двух месяцев, социально-психологическая адаптация студентов к условиям вуза длится до трех лет. Но наиболее значимым периодом, своеобразным фундаментом является период обучения на первом курсе [14].

Для нашего исследования представляет интерес проблема социально-психологической адаптации студента к студенческой среде, поэтому рассмотрим соответствующие взгляды исследователей.

Н.Г. Кольцова под адаптацией студента в вузе понимает: «непрерывный, внутренне обусловленный процесс, характеризующий в конечном итоге принятие или непринятие развивающейся личностью внешних и внутренних условий осуществления учебно-профессиональной деятельности в высшем учебном заведении, а также активность личности по изменению этих условий в желаемом направлении» [18, с. 179].

Исследователь отмечает, что содержанием социально-психологической адаптации в данном случае является вхождение в систему межличностных взаимоотношений и усвоение личностью психологии микрогруппы, а результатом является изменение личностных качеств [18].

С позиции Е.А. Строевой адаптация студентов к условиям вуза – это сложный многофакторный двухсторонний процесс, включения студентов в новую образовательно-воспитательную систему, в новую систему требований и контроля, новый коллектив, а для многих в новые жизненные условия, который предусматривает повышение образовательного уровня, психологический комфорт, умение взаимодействовать с ровесниками и педагогами [35].

По мнению В.В. Заморуевой, социально-психологическая адаптация студентов в вузовской среде состоит из следующих компонентов: профессиональной адаптации, что обуславливает приспособление к содержанию, условиям и самостоятельной организации учебной деятельности, формирование навыков и направленности в учебной и научной работе; активного или пассивного приспособления личности к окружению, построения взаимоотношений в студенческих группах, формирование стиля личностного поведения; социально-профессиональной адаптации как принятия общественных требований к будущей профессиональной деятельности [14].

В.В. Заморуева поясняет, что психологическая составляющая включает в себя развития мышления, речи, зрительного восприятия, внимания, воли, креативных способностей. Деятельностную составляющую образуют механизмы приспособления студента к учебному процессу, его ритму, методам и формам работы, знакомство и приобщения к новым видам учебной деятельности [14].

В течение первого курса, как отмечает А.М. Павлова, формируется студенческий коллектив, складываются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к избранной

профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, устанавливается система работы по самообразованию и самовоспитанию профессионально значимых качеств личности [27].

Таким образом, социально-психологическая адаптация охватывает принятие новой социальной роли студента, усвоение норм, ценностей и традиций того учебного заведения, в котором он обучается. Успешное прохождение процесса адаптации студентами способствует развитию умений и навыков образовательной деятельности, осознания призвания к выбранной профессии.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме социально-психологической адаптации студентов дает нам возможность предположить, что социально-психологическая адаптация студентов-сирот представляет собой специально организованный процесс восприятия сиротами опыта студенческой жизни и познания ими социальных ролей, способствующий активному включению их в студенческую среду.

Мы считаем, что одним из важнейших условий успешного протекания социально-психологической адаптации надлежит считать наличие необходимого уровня социализации студентов-сирот, то есть соответствующих знаний, умений, навыков, сформировавшихся качеств личности, позволяющим им адаптироваться к условиям вуза.

Согласно этому, трудности социально-психологической адаптации студентов-сирот состоят в отсутствии начального адаптационного потенциала, к которому относится социальный статус, особенности межличностного взаимодействия и т.п., то есть тот потенциал, который в нормальных условиях воспитания и развития личности дает семья.

Исследователь Ю.Ю. Сысоева обращает внимание на то, что перед студентом стоит задача адаптации к учебному процессу и к новой студенческой жизни. В этот период подходит раскочка личностных качеств и навыков обучения и усиление осознанных мотивов поведения. Значительно

изменяется, расширяется круг общения, осваивается новая социальная роль – роль студента [36].

На основании этого, причины трудностей студентов-сирот можно связать с затруднениями в освоении новых отношений, нового периода жизни. Это и тяжело складывающиеся отношения с преподавателями и ровесниками, и трудно, осваиваемый процесс обучения в вузе, и трудности формирования жизненных планов и личностных позиций.

Большинство современных исследователей в этой сфере, например Р.А. Дормидонтов и А.А. Юрина, выделяют следующие источники дезадаптации студентов-сирот: относительную социально-культурную депривацию (обособленность от привычных условий); гиперстимуляцию новыми по содержанию социальными стимулами; недостаточную подготовленность к саморегуляции; утрату сложившихся форм наставничества; потерю привычного коллектива; низкий уровень психологической готовности к освоению профессии; ломку динамических стереотипов; когнитивный диссонанс, вызванный несопадением суждений о жизни действительному положению дел; акцентуации характера и психопатическое развитие личности [10; 38].

Таким образом, говоря о трудности адаптации студентов-сирот, мы говорим о проблеме изменений внешних и внутренних условий социализации сирот, о проблеме их социальной дезадаптации.

В связи с выше сказанным нам интересно высказывание Н.В. Осиповой, которая отмечает, что эффективность социально-психологической адаптации во многом зависит от того, насколько адекватно человек воспринимает свою социальную позицию, свои качества и социальные связи [25].

То есть, чем успешнее будет протекать процесс социализации студентов-сирот, тем эффективнее будет проходить социально-психологическая адаптация к условиям вуза.

Обратим внимание на то, что социализация, как процесс усвоения человеческим индивидом определенной системы знаний, норм и ценностей,

позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества, включает в себя как социально-контролируемые процессы целенаправленного воздействия на личность (воспитание), так и стихийные, спонтанные процессы, влияющие на ее формирование [29].

В таком случае трудности социально-психологической адаптации студентов-сирот заключаются в характере принятия норм, ценностных различиях, что связано с процессами социализации.

Похожее мнение отражено в исследовании Н.Г. Кольцовой, которая обращает внимание на то, что «искаженное или неправильное представление о своем месте в социальном мире у студентов-сирот приводит к нарушениям социально-психологической адаптации, крайним проявлением которых может быть патологическая адаптация, отказ от взаимодействия с социальным окружением, а также различные невротические и психосоматические расстройства» [18, с. 184].

В нашем исследовании понятие «адаптивность» отражает результативную сторону процесса адаптации. Соответственно, адаптивность студентов к обучению в вузе, по мнению Л.А. Жилиной предполагает наличие следующих особенностей в поведении и деятельности студентов:

- удовлетворительное психологическое и физическое состояние студента в учебных и внеучебных ситуациях в вузе;
- принятие студентом социальных ожиданий и предъявляемых к нему требований, а также соответствие его поведения этим ожиданиям и требованиям;
- способность придавать происходящему в вузе желательное для себя направление и пользоваться имеющимися условиями для успешного осуществления своих учебных и личностных стремлений и целей [13].

Таким образом, мы можем сделать вывод, что адаптация студента к условиям вуза представляет собой процесс активного приспособления студента к новым условиям социальной среды, в результате которого происходит принятие целей, норм группы, социальных ролей и других

характеристик социальной среды. Характер и результаты адаптационного процесса зависят от многих факторов, прежде всего, таких как: цели и ценностные ориентации студента, возможностей их достижения в студенческой среде.

1.3 Содержание психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе

В оптимизации процесса адаптации студентов-сирот к новым условиям обучения и новому социальному статусу существенную роль может сыграть организация психологического сопровождения.

С точки зрения И.И. Кобзаревой «психологическое сопровождение студентов-сирот выступает как система средств, которые содержат в себе разные формы, методы и приемы психологической помощи развитию личности студентов. Их подбор обусловлен принципами личностно-развивающего обучения, которое основано на гуманистических идеях и реализуется в субъектном взаимодействии участников учебно-воспитательного процесса» [15, с. 95].

В.Н. Скворцов и А.Г. Маклаков с позиции компетентностного личностно-развивающего подхода одним из направлений психологического сопровождения студентов-сирот выделяют формирование у них адаптационного потенциала, по их мнению именно на этой основе происходит оптимизация процесса адаптации студентов к условиям обучения в высшем учебном заведении. При этом работа со студентами-сиротами не должна категорически отличаться от работы, проводимой с обычными студентами [32].

По мнению Л.Э. Кузнецовой и М.Ю. Кулешовой в основе системы психологического сопровождения студентов-сирот лежит принцип непрерывности. Его суть состоит в том, что работа со студентами-сиротами начинается еще на первом курсе – тренингами для первокурсников, основной

целью которых на данном адаптационном этапе является знакомство студентов между собой, формирование сплоченного коллектива учебной группы и обучение преодолению стрессовых ситуаций во время экзаменационной сессии. Вторым этапом (2-3 курс), проведение тренингов, направленных на развитие личностных качеств и повышения мотивации к учебной деятельности. Завершающий этап (4 и 5 курс) определяется периодом интенсивного профессионального становления будущего специалиста. Актуальным становится определение дальнейшего профессионального пути, сопоставление желаемого и достигнутого в профессиональном развитии.

Поэтому доминирующими тенденциями являются самовоспитание, саморазвитие, закрепление навыков работы в команде и способности к установлению социальных связей после окончания университета.

Для успешной реализации психологического сопровождения студентов-сирот на всем периоде обучения в вузе необходимо использовать весь арсенал методических приемов психодиагностики. Это анализ документов, изучение результатов практической и учебной деятельности студентов-сирот, наблюдение, беседа как со студентами-сиротами, так и с преподавателями, товарищами по учебе, анкетирование, а также экспериментально-психологические обследования студентов-сирот с использованием различных методик. Кроме того, должна быть продумана система действий конкретных мероприятий, которые позволяют студентам-сиротам преодолеть или скомпенсировать возникшие трудности в период обучения в вузе [19].

Как отмечают исследователи Р.В. Овчарова, О.А. Рудакова, Р.М. Хусаинова, существует несколько направлений психологического сопровождения студентов-сирот [22; 30; 37].

Направления психологического сопровождения студентов-сирот представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Направления психологического сопровождения студентов-сирот

№	Направление	Содержание
1.	Профилактическое	<p>Предупреждение возникновения явлений дезадаптации студентов-сирот, а так же разработка конкретных рекомендаций педагогическому коллективу по оказанию помощи в вопросах обучения и развития с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.</p> <p>Психопрофилактическая работа – обеспечение решения проблем, связанных с обучением, воспитанием, психическим здоровьем студентов-сирот.</p>
2.	Диагностическое	<p>Выявление особенностей психического развития личности студентов-сирот, наиболее важных особенностей деятельности, соответствия уровня развития умений, знаний, навыков, личностных и межличностных образований возрастным ориентирам и требованиям общества.</p>
3.	Консультативное	<p>Помощь в решении тех проблем, с которыми к психологу обращаются студенты из числа сирот.</p> <p>Выделяют два вида консультирования: индивидуальное и групповое. Индивидуальное консультирование – оказание помощи и создание условий для развития личности, способности выбирать и действовать по собственному усмотрению, обучатся новому поведению. Групповое консультирование – информирование всех участников образовательного процесса по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для данной категории обучающихся с целью создания адаптивной среды, позволяющей обеспечить полноценную интеграцию и личностную самореализацию в вузе.</p>
4.	Развивающее	<p>Разработка и реализация развивающих программ для студентов-сирот (индивидуальная и групповая работа).</p>

5.	Коррекционное	Организация работы со студентами-сиротами, имеющими проблемы в обучении, поведении и личностном развитии, выявленные в процессе диагностики. Направлено на уменьшение степени выраженности дезадаптации, ее поведенческих последствий (индивидуальная и групповая работа).
6.	Просветительно-образовательное	Формирование потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения студентов-сирот; в своевременном предупреждении возможных нарушений в становлении личности; приобщение студентов-сирот к психологической культуре.
7.	Проф-ориентационное	Психолого-педагогическая поддержка делает процесс профессионального самоопределения студентов-сирот последовательным, осознанным и обоснованным; она направлена на самопознание, выявление истинных мотивов их выбора, реальных возможностей и образовательных потребностей.

Таким образом, на основании вышесказанного мы можем сделать вывод, что психологическое сопровождение как единая система организационных, социально-психологических и психолого-педагогических мероприятий направлена на создание условий для развития у студентов-сирот с помощью психологических средств адаптационного потенциала личности, а также, на создание благоприятной образовательной среды. Важнейшим результатом психологического сопровождения является оптимизация процесса адаптации у студентов-сирот к условиям обучения в высшем учебном заведении.

Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-СИРОТ И ИХ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики

Экспериментальное исследование организовано и проведено нами на базе ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева» (филиал СибГУ в г. Лесосибирске) с целью изучения социально-психологической адаптации студентов-сирот к условиям вуза.

Выборка представлена двумя группами: экспериментальная – студенты-сироты 1 курса в количестве 10 респондентов; контрольная – 10 студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях. Выборка состоит из студентов, обучающихся по направлениям: 15.03.02 технологические машины и оборудование; 35.03.02 технология лесозаготовительных и деревообрабатывающих производств; 09.03.02 информатика и вычислительная техника. Средний возраст испытуемых – 18-20 лет.

Этапы экспериментального исследования:

I этап (ноябрь 2018 г.) – определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот и студентов, воспитывающихся в семьях.

II этап (ноябрь 2018 г. – апрель 2019 г.) – организация психологического сопровождения студентов-сирот.

III этап (май 2019 г.) – проведение повторной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот и студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

В качестве диагностического инструментария мы использовали следующие методики:

- методика «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд).

- методика «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов).

Приведем описание вышеназванных методик.

1. Методика «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд).

Цель – выявление особенностей адаптационного периода личности через интегральные показатели «адаптация», «самоприятие», «приятие других», «эмоциональная комфортность», «интернальность», «стремление к доминированию».

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа, без использования каких-либо местоимений. Такая форма была использована авторами для того, чтобы избежать влияния «прямого отождествления». То есть ситуации, когда испытуемые сознательно, напрямую соотносят утверждения со своими особенностями. Данный методический прием является одной из форм «нейтрализации» установки тестируемых на социально-желательные ответы.

Для того чтобы обозначить свой ответ в бланке, необходимо выбрать подходящий, один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от «0» до «6»:

- «0» – это ко мне совершенно не относится;
- «1» – мне это не свойственно в большинстве случаев;
- «2» – сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;
- «3» – не решаюсь отнести это к себе;
- «4» – это похоже на меня, но нет уверенности;
- «5» – это на меня похоже;
- «6» – это точно про меня.

Выбранный студентами вариант ответа отмечается в бланке для ответов в ячейке, соответствующей порядковому номеру высказывания.

2. Методика «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов).

Цель – исследование уровня социально-психологической адаптивности.

Методика состоит из 15 вопросов, поделенных на две группы (группа А состоит из 10 утверждений, группа Б из 5 утверждений). С ее помощью выявляется уровень социально-психологической адаптивности личности.

Уровни социально-психологической адаптивности:

8-10 баллов – высокий;

6-7 баллов – выше среднего;

5 баллов – средний;

3-4 балла – ниже среднего;

1-2 балла – низкий.

Анализируя результаты первичного диагностического исследования социально-психологической адаптации студентов экспериментальной группы по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда (Приложение Б), мы отмечаем, что 10% студентов-сирот адаптированы к условиям образовательной среды вуза, а 90% студентов-сирот относятся к дезадаптированным. Низкие результаты по шкале адаптации говорят о неприспособленности студентов-сирот к новым жизненным обстоятельствам, а именно к условиям вуза, о несогласованности студентов-сирот с требованиями новой для них социальной среды.

Анализ результатов по шкале «Самопрятие» показал, что для 70% студентов-сирот характерен средний уровень, 30% имеют низкий уровень самопрятия. Это свидетельствует о том, что студенты-сироты принимают себя адекватно только в определенных условиях, то есть их позитивная самооценка зависит от ситуации.

Анализ результатов по шкале «Прятие других» дает нам основание говорить о том, что для 10% испытуемых характерен средний уровень

«приятия других». Данный факт свидетельствует о том, что они не всегда позитивно принимают точку зрения других людей, в некоторых случаях могут отнестись враждебно к окружающим людям. Для 90% студентов-сирот характерен низкий уровень «приятия других». Следовательно, они критически относятся к людям, могут испытывать раздражение и даже презрение по отношению к ним; ожидая негативного отношения к себе.

Анализируя результаты исследования по шкале «Эмоциональная комфортность», мы отмечаем, что 70% студентов-сирот имеют низкий показатель по данной шкале. Это говорит о том, что у данных студентов преобладают отрицательные эмоциональные состояния. У 30% студентов был выявлен средний уровень по данной шкале. Данный факт свидетельствует о том, что этим студентам свойственны и позитивные, и негативные эмоции, при этом они не всегда комфортно ощущают себя в различных ситуациях.

По шкале «Интернальность» выявлено, что для всех студентов экспериментальной группы характерен низкий уровень. Низкие показатели интернальности свидетельствуют о низкой активности студентов-сирот в достижении целей и неумению адекватно оценивать проблемные ситуации, выбирать в соответствии с требованиями среды подходящие стратегии поведения, организовывать и контролировать свои социальные контакты, определять вид и объем социальной поддержки.

Все опрошенные студенты-сироты показали высокий уровень по шкале «эскапизм». Высокий уровень ухода от проблем может привести к ряду проблем. При высоких показателях уровня эскапизма могут возникнуть осложнения при адаптации студентов-сирот к профессиональной деятельности, поскольку возникающие проблемы не решаются, а только усугубляют, накапливаясь внутри личности.

Проанализировав результаты по шкале «Стремление к доминированию», мы пришли к выводу, что 90% респондентов имеют низкий уровень по данной шкале. Им свойственны склонность к

подчинению, а 10% студентов-сирот имеют средний уровень по данной шкале. Они отличаются умеренной склонностью к лидерству, но в тоже время способны подчиняться.

Результаты исследования социально-психологической адаптации студентов экспериментальной группы представлены на рисунке 1.

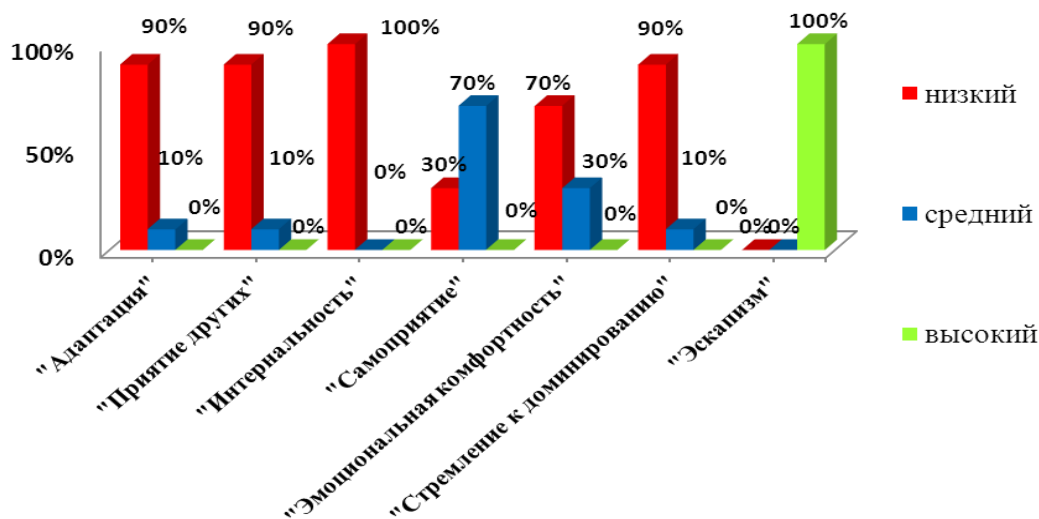


Рисунок 1 – Процентное соотношение уровней социально-психологической адаптации студентов экспериментальной группы по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

Анализ результатов первичного диагностического исследования социально-психологической адаптации студентов контрольной группы по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда (Приложение Б), выявил, что высокий уровень адаптации имеют 20% респондентов, 80% испытуемых показали средний уровень адаптации. Это говорит о том, что студенты контрольной группы являются адаптированными к условиям вуза и готовы принимать требования новой для них социальной среды.

Анализ результатов по шкале «Самопринятие» показал, что для 20% студентов контрольной группы характерен средний уровень, 80% имеют высокий уровень самопринятия. Это свидетельствует о том, что студенты-первокурсники, воспитывающиеся в семьях, принимают себя адекватно в

любой ситуации, то есть их позитивная самооценка находится на высоком уровне в любой ситуации. Высокий уровень самоприятия положительно влияет на процесс адаптации.

Анализ результатов по шкале «Приятие других» дает нам основание говорить о том, что для 30% испытуемых характерен средний уровень «приятия других». Данный факт свидетельствует о том, что они не всегда принимают точку зрения других и может отмечаться враждебность и подозрительность к окружающим. Для 70% студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях, характерен высокий уровень «приятия других». Следовательно, они с пониманием и терпением относятся к окружающим их людям, в любой ситуации. Полученные данные являются положительным фактором в процессе адаптации. Такой показатель как приятие других может помочь создать контакты в новом коллективе, чувствовать себя комфортно при групповой работе.

Анализируя результаты исследования по шкале «Эмоциональная комфортность», мы отмечаем, что 60% студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях, имеют высокий показатель по данной шкале. Это говорит о том, что у данных студентов преобладают положительные эмоциональные состояния. У 40% студентов был выявлен средний уровень по данной шкале. Данный факт свидетельствует о том, что этим студентам свойственны и позитивные, и негативные эмоции, при этом они не всегда комфортно ощущают себя в различных ситуациях.

По шкале «Интернальность» выявлено, что для 20% студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях, характерен средний уровень по данной шкале. Средние показатели интернальности свидетельствуют о недостаточной активности студентов в достижении целей и не способность правильно оценивать проблемные ситуации. 80% испытуемых показали высокий уровень по шкале «Интернальность». Люди с высоким уровнем интернальности во всех жизненных успехах и неудачах обвиняют только себя.

Проанализировав результаты по шкале «Стремление к доминированию», мы пришли к выводу, что 60% студентов контрольной группы имеют средний уровень по данной шкале. Они отличаются умеренной склонностью к лидерству, но в тоже время способны подчиняться, а 40% респондентов имеют высокий уровень по данной шкале. Стремление к доминированию может быть хорошей мотивацией для положительной адаптации студентов к профессиональной деятельности. Но также существует вероятность возникновения ряда конфликтов, которые могут повлечь за собой высокий уровень стремления к доминированию. Эти конфликты могут иметь как внутренний, так и внешний характер.

Результаты исследования социально-психологической адаптации студентов контрольной группы представлены на рисунке 2.

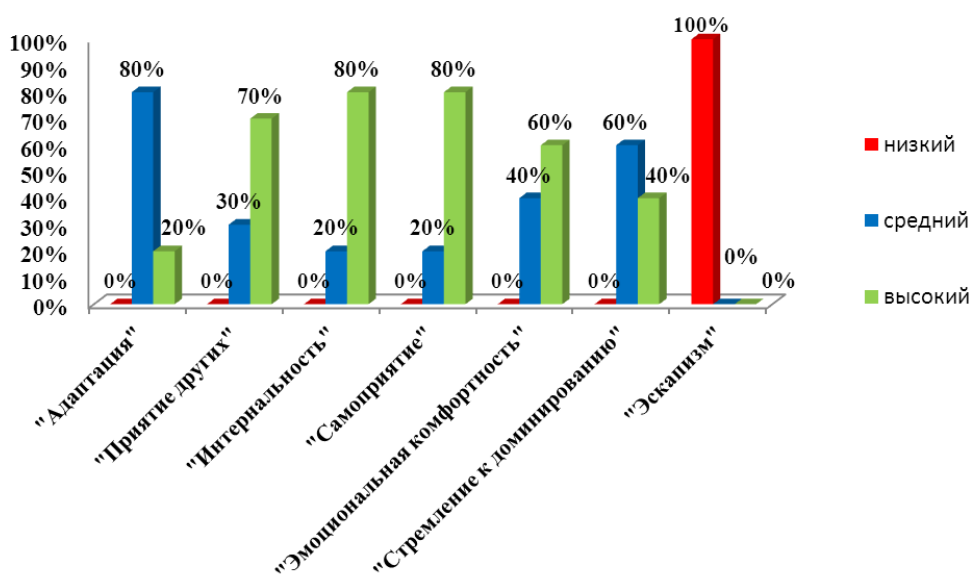


Рисунок 2 – Процентное соотношение уровней социально-психологической адаптации студентов контрольной группы по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

Анализ результатов уровня социально-психологической адаптивности студентов экспериментальной группы по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов) (Приложение Б), мы констатируем, что у 50% студентов-сирот

преобладает низкий уровень адаптивности и уровень адаптивности ниже среднего у 40% испытуемых. Для 10% характерен средний уровень социально-психологической адаптивности.

Низкая адаптационная способность, выявленная у половины опрошенных, свидетельствует о низкой способности социально-психологической адаптации детей-сирот, это выражается в низкой самооценке, трудности межличностного общения, в сложности построения отношений со сверстниками и преподавателями.

Результаты исследования социально-психологической адаптивности студентов экспериментальной группы представлены на рисунке 3.

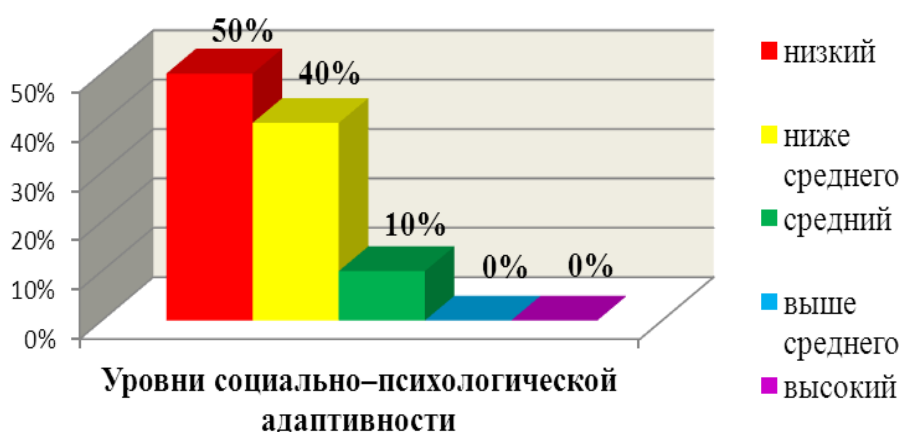


Рисунок 3 – Процентное соотношение уровня социально-психологической адаптивности студентов экспериментальной группы по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

Анализ результатов исследования уровня социально-психологической адаптивности студентов контрольной группы по методике «Самооценка психологической адаптивности» Н.П. Фетискина, В.В. Козлова, Г.М. Мануйлова (Приложение Б), выявил, что у 20% студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях, преобладает высокий уровень адаптивности и уровень адаптивности выше среднего у 60% испытуемых. Для 20% характерен средний уровень социально-психологической адаптивности.

Такие результаты говорят нам о том, что испытуемые контрольной группы достаточно легко адаптируются к новым условиям деятельности, быстро входят в новый коллектив, свободно и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения. Как правило, неконфликтны, обладают высокой эмоциональной устойчивостью.

Результаты исследования социально-психологической адаптивности студентов контрольной группы представлены на рисунке 4.

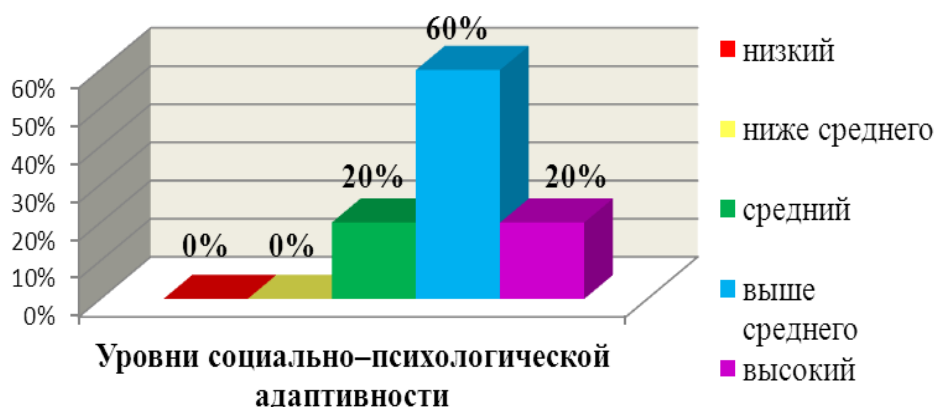


Рисунок 4 – Процентное соотношение уровня социально-психологической адаптивности студентов контрольной группы по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

Сводные показатели первичной диагностики студентов контрольной и экспериментальной групп по выше описанным методикам представлены в таблице 2.

Таким образом, обобщая результаты первичной диагностики социально-психологической адаптации, мы можем сделать следующие выводы. У студентов контрольной группы преобладает средний и высокий уровень адаптированности к обучению в университете. Это свидетельствует о том, что студенты чувствуют себя в группе комфортно, легко находят общий язык с однокурсниками, следуют принятым в группе нормам и правилам, студенты легко осваивают учебные предметы, успешно и в срок выполняют учебные задания.

Таблица 2

Результаты первичной диагностики социально-психологической адаптации студентов контрольной и экспериментальной групп

Шкалы %	«Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)																					«Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)				
	Адаптация			Приятие других			Интерналь-ность			Самопрятие			Эмоциональ-ная комфорт-ность			Стремле-ние к доми-нированию			Эскапизм			уровни социально-психологической адаптивности				
	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	н	нс	с	вс	в
Эксперимен-тальная	0	10	90	0	10	90	0	0	100	0	70	30	0	30	70	0	10	90	100	0	0	50	40	10	0	0
Контрольная	20	80	0	70	30	0	80	20	0	80	20	0	60	40	0	40	60	0	0	0	100	0	0	20	60	20

Условные обозначения:

н – низкие значения; нс – ниже среднего; с – средние значения; вс – выше среднего; в – высокие значения.

У студентов экспериментальной группы преобладает низкий уровень адаптированности к обучению в вузе. Студенты этой группы не могут быстро адаптироваться к новым жизненным обстоятельствам, а именно: к условиям вуза, к требованиям новой для них социальной среды. Их позитивная и адекватная самооценка зависит от определенных ситуаций, они не всегда положительно принимают точку зрения других людей, а в некоторых случаях могут отнестись враждебно к окружающим. У студентов экспериментальной группы преобладают отрицательные эмоциональные состояния; так же у студентов экспериментальной группы низкая активность в достижении целей и неумение адекватно оценивать проблемные ситуации, выбирать в соответствии с требованиями среды подходящие стратегии поведения; в большей степени им свойственны склонность к подчинению, чем к лидерству.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что в период адаптации студентов-сирот первого года обучения к образовательной среде вуза необходима организация психологического сопровождения.

2.2 Организация психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе

Организация психолого-педагогического сопровождения в филиале СибГУ не ограничено областью непосредственного взаимодействия психолога со студентами-сиротами, оно осуществляется в комплексном взаимодействии со всеми участниками образовательного процесса: кураторами, преподавателями, законными представителями студентов-сирот.

Психологическое сопровождение в филиале осуществляется по следующим направлениям: диагностическое, консультативное, коррекционно-развивающее, просветительское.

В рамках диагностического направления проводится исследование личностных качеств, эмоциональных состояний, психических процессов,

изучение интересов, ценностей, склонностей и способностей студентов-сирот, межличностных отношений, оценка психологического климата и атмосферы в группах.

Существенное место в системе психологического сопровождения отводится психологическому консультированию студентов-сирот, кураторов студенческих групп, преподавательского состава вуза, законных представителей.

Данный вид деятельности предполагает организацию консультативных бесед, лекций, докладов на совете кураторов с целью разъяснения особенностей студенческого возраста, трудностей данного периода, а так же разработка рекомендаций по установлению взаимоотношений со студентами-сиротами, основанной на взаимопонимании и взаимном восприятии друг друга. Пример рекомендаций кураторам групп по работе со студентами-сиротами в период адаптации к образовательной среде вуза представлен в Приложении Б.

От целенаправленной системы воспитания и стиля педагогического управления, влияющих на характер формирования адаптационных возможностей, во многом зависит успешная адаптация студентов-сирот.

Профессионально-педагогическое общение – система особого психологического взаимодействия преподавателя и студентов-сирот, чьим содержанием является обмен информацией, повышение рендеринга педагогического влияния, создание отношений посредством общения. Оптимальное педагогическое общение создает наилучшие условия для развития мотивации студентов и творческого характера образовательной деятельности, для формирования личности, обеспечивает приятную эмоциональную среду обучения, препятствует возникновению психологических барьеров, позволяет управлять социально-психологическими процессами в студенческой группе и дает возможность по максимуму использовать в образовательной деятельности личностные особенности преподавателя.

Общение в работе педагога выступает средством решения образовательных задач; как социально-психологическое обеспечение адаптационного процесса; как способ организации рабочих взаимоотношений в системе «преподаватель – обучающийся».

Консультирование законных представителей студентов-сирот предполагает организацию бесед, лекций, разработку рекомендаций с целью создания комфортных внутрисемейных условий, обеспечивающих успешную адаптацию студентов-сирот к условиям вуза. Пример рекомендаций законным представителям по адаптации студентов-сирот к образовательной среде вуза представлен в Приложении В.

Консультирование студентов-сирот проводится с целью формирования знаний, установок и норм поведения в условиях вуза, организации помощи в решении возникающих проблем. Пример беседы «Учись успешно в вузе» представлен в Приложении Г.

Особую роль консультирование играет в период адаптации студентов-сирот к новым условиям жизнедеятельности. Такая работа может проводиться как в групповой, так и в индивидуальной форме.

Основным в коррекционно-развивающем направлении системы психолого-педагогического сопровождения со студентами-сиротами в период адаптации к образовательной среде вуза является обучение методам психологической саморегуляции. С этой целью проводятся занятия и тренинги, направленные на освоение психологическими знаниями и способами устранения эмоционального напряжения. В процессе возникновения затруднений и проблем у студентов-сирот, связанных с общением, образовательной деятельностью, взаимоотношениями с законными представителями, на всех стадиях осуществляется психолого-педагогическое содействие, направленное на поддержку и развитие способности к самоанализу, самопознанию, навыков ведения положительного внутреннего диалога и способов взаимодействия с самим собой и окружающим миром.

На основе результатов экспериментального исследования нами реализована программа (автор – Г.В. Безюлева), направленная на успешную адаптацию студентов-сирот к обучению в вузе.

Цель программы: содействие успешной адаптации студентов-сирот к новым условиям жизнедеятельности: развитие адаптационных возможностей и предупреждение дезадаптации студентов-сирот первого года обучения.

Задачи программы:

1. повысить уровень адаптации студентов-сирот к образовательной среде вуза.
2. сформировать навыки эффективного межличностного взаимодействия в коллективе.
3. повысить мотивацию студентов-сирот к обучению.

Программа была реализована в период с ноября 2018 по апрель 2019 года. Программу состоит из 13 занятий, периодичность встреч – 3 занятия в месяц. Программа разобрана с учетом психофизиологических особенностей студенческой группы и плана упражнений. Каждое занятие рассчитано на продолжительность не более 45-60 минут и содержит обсуждение заданных тем, психологические упражнения, обыгрывание ситуаций.

Ожидаемые результаты: успешная социально-психологическая адаптация студентов-сирот к образовательной среде вуза; развиты навыки эффективного межличностного взаимодействия в коллективе; повышение уровня мотивации студентов-сирот к обучению.

Данная программа направлена на групповую форму работы. Каждое занятие носит тематический характер.

В программе используются занятия с элементами тренинга, психологические занятия с заданной тематикой, деловые игры.

1) Занятия с элементами психологического тренинга – это метод активного обучения, направленный на развитие знаний умений и навыков личности. Объектом воздействия таких занятий являются качества, способности, установки личности. Также это получение новых

эмоциональных переживаний и ощущений. Они подразумевают под собой развитие творческого потенциала, готовность выйти за привычные рамки поведения, действия не «по шаблону».

2) Психологические занятия с заданной тематикой направлены на коррекцию того или иного состояния личности или группы в целом. Цель таких занятий заключается в стимулировании процесса самовоспитания и организации психологического просвещения. Такая форма позволяет сделать занятие интересным, необычным, способствует развитию познавательной активности, снижает утомляемость и повышает работоспособность. Направляющая функция занятий с заданной тематикой предусматривает перевод разговора о жизни в область реальной практики студентов-сирот, направляет их деятельность. Эта функция выступает как реальное воздействие на практическую сторону жизни студентов-сирот, их поведение, выбор ими жизненного пути, постановку жизненных целей и их реализацию. Занятие состоит из теоретической части, которая подкреплена психологическими упражнениями.

3) Деловая игра – это метод, при котором участники игры с помощью проигрывания определенных ролей в свободной от риска ситуации обнаруживают свои значимые для организации черты поведения, с помощью руководителя, друг друга и самостоятельно критически анализируют их, обучаются более эффективному способу поведения и тренируются в его совершенствовании. Роли могут быть самые различные: начальника, руководителя проекта, специалиста, сотрудника, преподавателя и т.д.

План проведения занятий со студентами-сиротами в период адаптации представлен в таблице 3.

Полное содержание проводимых занятий со студентами-сиротами в период адаптации представлено в Приложении Д.

Таблица 3 – План проведения занятий со студентами-сиротами в период адаптации

№ занятия	Тема занятия	Цель занятия
1.	«Знакомство» Занятие с элементами тренинга	установление контакта между участниками, создание положительной мотивации к совместному обучению в группе сверстников
2.	«Адаптация в новых условиях» Занятие с элементами тренинга	преодоление разобщенности и обучение согласованному взаимодействию и сотрудничеству, основанному на доверии и взаимной поддержке
3.	«Индивидуально-психологические особенности личности: характер, черты характера» мини-лекция, тренинг	изучение индивидуально-психологических особенностей личности: характера, черт характера
4.	«Наши ценностные ориентации» Занятие с элементами Тренинга	обучение решению своих жизненных проблем, показание важности ценностей
5.	«Наши особенности» «Самореализация» Занятие с элементами тренинга	обучение раскрытию своих способностей и использование их
6.	«Отношение к себе» Психологическое занятие с заданной тематикой	формирование адекватной самооценки у студентов
7.	«Доверие и сплочение» Занятие с элементами тренинга	развитие доверия между студентами, создание условий для сплочения учебной группы
8.	«Самооценка и коммуникативные навыки» Психологическое занятие с заданной тематикой	осознание личного опыта коммуникативности, выявление барьеров в общении

9.	«Сюжетно-ролевые игры» Занятие с элементами тренинга	формирование у студентов новых моделей поведения в
10.	«Развитие сенситивности» Занятие с элементами тренинга	создание условий для повышения самопонимания и понимания других, чувственному пониманию групповых процессов, познанию социально-психологического климата в коллективе и развитию ряда поведенческих навыков
11.	Игра «Сотворение мира»	творческое самораскрытие участников и повышение их компетентности в области социальной адаптации
12.	Игра «Аукцион ценностей»	осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а так же их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации
13.	«Что во мне изменилось?»	подведение итогов, развитие обобщающей рефлексии. Обсуждение результативности и ценности знаний умений и навыков, полученных в ходе занятий каждым из участников

По результатам проведенной работы со студентами-сиротами в период адаптации к условиям вуза была проведена повторная диагностика социально-психологической адаптации, сделаны выводы о результатах работы, которые представлены в следующем параграфе выпускной квалификационной работы.

2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики

После реализации системы психологического сопровождения, в мае 2019 года нами проведена повторная диагностика студентов экспериментальной и контрольной групп с использованием того же диагностического инструментария.

Целью повторной диагностики определение эффективности психологического сопровождения.

Сводные показатели первичной и повторной диагностики студентов экспериментальной группы по выше обозначенным методикам, представленные в таблице 4.

При сопоставительном анализе первичной и повторной диагностики студентов-сирот по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд) получены следующие результаты. По шкале «Адаптация», «Интернальность» и «Эмоциональная комфортность» у 50% испытуемых выявлены высокие значения, 50% респондентов – средние значения, что говорит о росте адаптационного потенциала, о преобладании позитивных эмоциональных состояний, при этом студенты экспериментальной группы ощущают себя комфортно в любой ситуации.

По шкале «Приятие других» 70% студентам характерны высокие значения, средние для 30% испытуемых, что указывает на развитие таких личностных качеств у респондентов как: эмпатия и толерантность, которые являются важными показателями и способствуют более доверительной обстановке внутри учебной группы.

По шкале «Самоприятие» у 80% респондентов выявлен высокий уровень и у 20% средний. Это свидетельствует о том, что испытуемые принимают себя такими как они есть. Безусловное принятие является важным качеством психологически здоровой личности и адекватной самооценки.

Таблица 4

Результаты первичной и повторной диагностики социально-психологической адаптации студентов экспериментальной группы

Шкалы %	«Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)																					«Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)				
	Адаптация			Приятие других			Интернальность			Самоприятие			Эмоциональная комфортность			Стремление к доминированию			Эскапизм			уровни социально-психологической адаптивности				
	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	н	нс	с	вс	в
Экспериментальная	0	10	90	0	10	90	0	0	100	0	70	30	0	30	70	0	10	90	100	0	0	50	40	10	0	0
Повторная диагностика																										
Экспериментальная	50	50	0	70	30	0	50	50	0	80	20	0	50	50	0	10	90	0	0	30	70	0	0	50	30	20

Условные обозначения:

н – низкие значения; нс – ниже среднего; с – средние значения; вс – выше среднего; в – высокие значения.

Высокие значения по шкале «Стремление к доминированию» имеют 10% студентов, а средние 90%. Это свидетельствует о том, что лидерские качества в данной группе развиты лишь у одного из респондентов, остальные отличаются умеренной склонностью к лидерству и способны подчиняться мнению других.

По шкале «Эскапизм» (уход от проблем) наблюдается снижение показателей до низкого уровня у 70% студентов-сирот, до среднего у 30% испытуемых. Данный факт свидетельствует о том, что усилия студентов теперь направлены на разрешение проблем, а не на уход от них.

Сопоставительный анализ первичной и повторной диагностики по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов) показал, что у 40% респондентов уровень адаптивности с низких значений вырос до средних, у 30% испытуемых уровень адаптивности выше среднего, а у 20 % студентов-сирот находятся на высоком уровне. Такие показатели свидетельствуют, о том, что данные испытуемые чувствуют себя в группе комфортно, данные студенты не испытывают трудностей в общении.

Сопоставляя результаты первичного и повторного диагностического исследования социально-психологической адаптации студентов контрольной группы по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд), мы отмечаем рост высоких значений у 10% респондентов по шкалам «Приятие других», «Самоприятие», «Эмоциональная комфортность» и у 30% по шкале «Адаптация».

Сводные показатели первичной и повторной диагностики студентов контрольной группы по выше обозначенным методикам, представленные в таблице 5.

По методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов), мы отмечаем рост у 10% студентов уровня высоких значений. Такие показатели свидетельствуют об

Таблица 5

Результаты первичной и повторной диагностики социально-психологической адаптации студентов контрольной группы

Шкалы %	«Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)																					«Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)				
	Адаптация			Приятие других			Интерналь-ность			Самоприятие			Эмоциональ-ная комфорт-ность			Стремле-ние к доми-нированию			Эскапизм			уровни социально-психологической адаптивности				
	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	н	нс	с	вс	в
Контрольная	20	80	0	70	30	0	80	20	0	80	20	0	60	40	0	40	60	0	0	0	100	0	0	20	60	20
Повторная диагностика																										
Контрольная	50	50	0	80	20	0	80	20	0	90	10	0	70	30	0	40	60	0	0	0	100	0	0	10	60	30

Условные обозначения:

н – низкие значения; нс – ниже среднего; с – средние значения; вс – выше среднего; в – высокие значения.

успешной социально-психологическая адаптация студентов контрольной группы к образовательной среде вуза.

Таким образом, исходя из представленных результатов повторной диагностики можно говорить о том, что реализованная нами система психологического сопровождения оказалась эффективным средством и способствовала успешной адаптации студентов-сирот к образовательной среде вуза.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования, мы вслед за Л.Э. Кузнецовой и М.Ю. Кулешовой определяем, что психологическое сопровождение – это особая модель пролонгированной психологической помощи, направленной на создание безопасных условий, в которых возможна реконструкция образа мира и восстановление связи человека с самим собой, другими людьми и окружающим миром.

Социально-психологическая адаптация студента к условиям университета является процессом активной адаптации учащегося к новым условиям социальной среды, в результате чего принимаются цели, правила группы, социальные роли и другие характеристики социальной среды. Характер и результаты процесса адаптации зависят от многих факторы, в первую очередь, таких как цели и ориентиры студента и возможности их достижения в студенческом коллективе.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что для студентов-сирот характерна социальная дезадаптация к условиям вуза, связанная с отсутствием начального адаптационного потенциала и изменениями условий социализации. Следовательно, в период адаптации студентов-сирот к обучению в вузе необходима организация психологического сопровождения, направленного на создание условий для развития личности с помощью психологических средств, а также организация благоприятных условий внутри учебной группы. Важнейшим результатом психологического сопровождения является оптимизация процесса адаптации у студентов-сирот к условиям обучения в высшем учебном заведении.

Психологическое сопровождение в условиях вуза представляет собой непрерывный процесс, направленный на создание комфортной социально-психологической атмосферы, которая способствует успешному обучению и развитию каждого студента в образовательном учреждении.

Нами было проведено экспериментальное исследование, направленное на изучение социально-психологической адаптации студентов-сирот к обучению в вузе.

Экспериментальное исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева» (филиал СибГУ в г. Лесосибирске). Выборка представлена двумя группами: экспериментальная – студенты-сироты 1 курса в количестве 10 респондентов; контрольная – 10 студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях. Выборка состоит из студентов, обучающихся по направлениям: 15.03.02 технологические машины и оборудование; 35.03.02 технология лесозаготовительных и деревообрабатывающих производств; 09.03.02 информатика и вычислительная техника. Средний возраст испытуемых – 18-20 лет.

В качестве диагностического инструментария мы использовали следующие методики: методика «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд), методика «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов).

Проанализировав результаты первичной диагностики социально-психологической адаптации, мы отмечаем, что у студентов экспериментальной группы, количество адаптированных к условиям образовательной среды вуза составляет 10%, а 90% студентов-сирот относятся к дезадаптированным. Вследствие этого можем сделать вывод, что для оптимизации процесса адаптации студентов-сирот первого года обучения к образовательной среде вуза необходима организация психологического сопровождения. Анализ результатов студентов контрольной группы показал, что 20% испытуемых имеют высокий уровень адаптации, а 80% показали средний уровень. Это говорит о том, что студенты контрольной группы являются адаптированными к обучению в вузе и не нуждаются в психологическом сопровождении.

Для студентов экспериментальной группы нами описана и реализована система психологического сопровождения.

Основной целью системы психологического сопровождения являлось содействие успешной адаптации студентов-сирот к новым условиям жизнедеятельности: развитие адаптационных возможностей и предупреждение дезадаптации студентов-сирот первого года обучения.

Проанализировав результаты повторной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот, мы отмечаем, что 50% респондентов показали высокие значения и 50% имеют средние показатели, что свидетельствует о повышении уровня адаптации у студентов экспериментальной группы.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что проведенная система психологического сопровождения, оказалась эффективным средством оптимизации процесса адаптации студентов-сирот к образовательной среде вуза. Цель нашего исследования достигнута, задачи реализованы в полном объеме.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адушкина, К. В. Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образования / К. В. Адушкина, О. В. Лозгачёва; Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2017. – 38 с.
2. Басалаева, Н. В. Психолого-педагогическое сопровождение студентов педвуза / Н. В. Басалаева. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2013. – 62 с.
3. Белов, В. В. Психологическое сопровождение личностного развития студентов в вузе / В. В. Белов, В. А. Корзунин // Психология развития. – 2015. – № 3. – С. 64-69.
4. Битянова, М. Р. Организация психологической работы в школе / М. Р. Битянова. – Москва : Генезис, 2000. – 298 с.
5. Безюлева, Г. В. Психолого-педагогическое сопровождение профессиональной адаптации учащихся и студентов : монография / Г. В. Безюлева. – Москва : НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. – 320 с.
6. Голубева, Г. Ф. Психологическое сопровождение студентов-первокурсников на этапе адаптации к обучению в вузе / Г. Ф. Голубева // Ежегодник Брянского государственного университета. – 2017. – № 1. – С. 137-146.
7. Гончарова, Н. В. Психологическое сопровождение студентов-сирот в педагогическом вузе / Н. В. Гончарова // Вестник СГПИ в г. Железноводске. – 2017. – № 4. – С. 87-94.
8. Даль, В. И. Толковый словарь русского языка: в 4 т. / В. И. Даль. – Санкт-Петербург : Русский язык – медиа, 2005. – 2716 с.
9. Деркач, А. А. Акмеология / А. Деркач, В. Зазыкин. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 256 с.

10. Дормидонтов, Р. А. Социально-психологическая адаптация первокурсников к обучению в вузе / Р. А. Дормидонтов // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2017. – Т. 16. – № 2. – С. 120-127.

11. Дубровина, И. В. Практическая психология образования / Под редакцией И. В. Дубровиной. – Санкт-Петербург : Издательский дом «Питер», 2014. – 592 с.

12. Жданова, С. П. Психологическое сопровождение профессионального развития студентов-психологов / С.П. Жданова. – Томск, 2017. – 252 с.

13. Жилина, Л. А. О проблеме адаптации студентов-сирот в условиях вуза / Л. А. Жилина // Психолого-педагогические науки. Омский научный вестник. – 2007. – № 5. – С. 140-142.

14. Заморуева, В. В. Изучение психологических особенностей адаптации студентов-сирот начального этапа обучения и студентов – воспитанников семей / В. В. Заморуева // Психологическая наука и образование – 2014. – № 2. – С. 139-149.

15. Кобзарева, И. И. Психологическое сопровождение как направление деятельности психологической службы / И. И. Кобзарева // Вестник Ставропольского государственного университета. – 2015. – № 69. – С. 95-101.

16. Казакова, Е. И. Система комплексного сопровождения ребенка: от концепции к практике / Е. И. Казакова // Психолого-педагогическое медико-социальное сопровождение развития ребенка : материалы Всерос. науч.-практ. конф., 1-3 апр. 1998 г. – Санкт-Петербург : УРАО ИПО, 1998. – С. 45-51.

17. Казакова, Е. И. Диалог на лестнице успеха: Школа на пороге нового века / Е. И. Казакова, А. П. Тряпицына. – Санкт-Петербург : Петербург XXI век, 1997. – 159 с.

18. Кольцова, Н. Г. Динамика характеристик личности студента / Н. Г. Кольцова // в сборнике: Психологические проблемы трудовой

подготовки учащихся. Психология и высшая школа. – Москва : Наука, 2007. – 357 с.

19. Кузнецова, Л. Э. Повышение адаптационного потенциала личности студентов в процессе их психологического сопровождения / Л. Э. Кузнецова, М. Ю. Кулешова // Молодой учёный. – 2015. – № 23 (103). – С. 890-895.

20. Майер, А. А. Социально-педагогическая деятельность образовательного учреждения как открытой и развивающейся системы. Сборник научных трудов / А. А. Майер. – Кемерово : Кузбассвузиздат, 2004. – С. 65-76.

21. Мухина, В.С. Развитие, воспитание и психологическое сопровождение личности в системе непрерывного образования: концепция и опыт работы ИРЛ РАО / В.С. Мухина, В. А. Горянина // Воспитание и развитие личности : материалы международной научно-практической конференции. – Москва, 1997. – С. 4-12.

22. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования / Р. В. Овчарова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2008. – 448 с.

23. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка: Ок. 100 000 слов, терминов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов; Под ред. проф. Л. И. Скворцова. – Москва : ООО «Издательство «Мир и Образование»: ООО «Издательство Оникс», 2012. – 1376 с.

24. Онищенко, Е. С. Психологическое сопровождение студентов высших учебных заведений / Е. С. Онищенко. – Волгоград : ФГБОУ ВПО Волгоградский гос. архитектурно-строительный унив-т, 2016. – 42 с.

25. Осипова, Н. В. О понятии «социальная адаптация» и сопровождении социально-профессиональной адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / Н. В. Осипова // Профессиональное образование в России и за рубежом. – 2015. – № 1. – С. 80-85.

26. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях / Н. Г. Осухова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2015. – 288 с.

27. Павлова, А. М. Психологические предпосылки преодоления адаптационных трудностей студентов / А. М. Павлова // Молодой учёный. – 2015. – № 23 (103). – С. 890-895.

28. Пономарёва, Е. Ю. Задачи и содержание психологического сопровождения образовательного процесса в высшей школе / Е. Ю. Пономарёва // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. – 2016. – № 4 (14). – С. 7-12.

29. Психологическая служба университета: реальность и перспективы: материалы I Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Москва, 27–28 октября 2017 / отв. ред. И. Б. Умняшова, И. В. Макарова. – Москва : ФГБОУ ВО МГППУ. НИУ ВШЭ, 2017. – 424 с.

30. Рудакова, О. А. Психологическое сопровождение в высших образовательных учреждениях / О. А. Рудакова // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. – 2016. – № 4 (14). – С. 18-26.

31. Раскалинос, В. Н. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса / В. Н. Раскалинос // Вектор науки ТГУ. Серия : Педагогика, психология. – 2016. – № 4 (27). – С. 11-15.

32. Скворцов, В. Н. Теоретические и методологические основы организации психологического сопровождения образовательного процесса в вузе / В. Н. Скворцов, А. Г. Маклаков // Вестник Ленинград. гос. ун-та им. А.С. Пушкина. – 2012. – № 3 (5). – С. 7-16.

33. Слободчиков, В. И. Профессиональное развитие педагога как научная проблема / В. И. Слободчиков // Инновации в образовании. – 2013. – № 5. – С. 5-11.

34. Слюсарев, Ю. В. Психологическое сопровождение как фактор активизации саморазвития личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Слюсарев Юрий Владимирович. – Санкт-Петербург, 1992. – 150 с.

35. Строева, Е. А. Адаптация детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в вузе. Опыт и пути решения / Е. А. Строева, В. И. Космынина // в сборнике: Актуальные задачи педагогики Материалы V Международной научной конференции. – 2014. – С. 244-247.

36. Сысоева, Ю. Ю. Социально-психологический портрет студента в условиях модернизации современного образования / Ю. Ю. Сысоева // Вектор науки ТГУ. – 2015. – № 1. – С. 251-253.

37. Хусаинова, Р. М. Психологическое сопровождение образовательного процесса / Р. М. Хусаинова, И. М. Захарова, А. Н. Яшкова. – Казань : Издательство «Бриг», 2015. – 128 с.

38. Юрина, А. А. Социально-психологическая адаптация студентов-сирот к образовательной среде вуза / А. А. Юрина // в сборнике: Замещающая семья в контексте взаимодействия с социальными институтами Материалы Международной научной конференции. – 2016. – С. 189-194.

39. Юрина, А. А. Социально-психологическая адаптация студентов-сирот к образовательной среде вуза [Электронный ресурс] / А. А. Юрина // в сборнике: Замещающая семья в контексте взаимодействия с социальными институтами Материалы Международной научной конференции. – 2016. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item>.

40. Яковлева, Е. Л. Социальная адаптация детей-сирот в условиях трансформирующегося общества [Электронный ресурс] / Е. Л. Яковлева. – Хабаровск, 2004. – Режим доступа: <http://www.dissercat.com>.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Таблица 6 – Результаты первичной диагностики адаптации студентов-сирот по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Сергей Б.	34	н	9	н	22	н	20	н	12	н	4	н	24	в
2.	Марина Б.	42	н	7	н	23	н	28	с	11	н	5	н	22	в
3.	Илья В.	60	н	11	н	22	н	31	с	11	н	5	н	25	в
4.	Анастасия Д.	42	н	9	н	24	н	24	с	19	с	4	н	20	в
5.	Ирина К.	57	н	10	н	22	н	19	н	11	н	4	н	24	в
6.	Виктория К.	44	н	8	н	24	н	30	с	12	н	5	н	24	в
7.	Анна П.	69	с	15	с	22	н	23	с	21	с	11	с	22	в
8.	Александра С.	49	н	7	н	24	н	32	с	13	н	3	н	25	в
9.	Игорь М.	58	н	11	н	22	н	20	н	10	н	5	н	23	в
10.	Валентина С.	62	н	11	н	22	н	26	с	22	с	5	н	24	в

Условные обозначения: А – шкала «Адаптация»; ПД – шкала «Приятие других»; И – шкала «Интернальность»; С – шкала «Самоприятие»; ЭК – шкала «Эмоциональная комфортность»; СД – шкала «Стремление к доминированию»; Э – «эскапизм»; н – низкие значения; с – средние значения; в – высокие значения.

Таблица 7 – Результаты первичного исследования уровня адаптивности студентов-сирот по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально–психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Сергей Б.	4	ниже среднего
2.	Марина Б.	3	ниже среднего
3.	Илья В.	2	низкий
4.	Анастасия Д.	2	низкий
5.	Ирина К.	2	низкий
6.	Виктория К.	1	низкий
7.	Анна П.	5	средний
8.	Александра С.	3	ниже среднего
9.	Игорь М.	2	низкий
10.	Валентина С.	4	ниже среднего

Таблица 8 – Результаты первичной диагностики адаптации студентов – первокурсников, воспитывающихся в семьях по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Артем С.	110	с	25	в	54	в	46	в	39	в	14	в	5	н
2.	Юлия А.	84	с	28	в	60	в	42	с	19	с	9	с	4	н
3.	Дмитрий В.	87	с	20	с	46	с	38	с	32	в	11	с	6	н
4.	Марина М.	143	в	32	в	54	в	51	в	22	с	13	в	5	н
5.	Анна Д.	78	с	27	в	56	в	53	в	48	в	8	с	5	н
6.	Анастасия С.	112	с	22	с	50	с	62	в	54	в	14	в	6	н
7.	Алексей Г.	94	с	31	в	55	в	48	в	44	в	7	с	6	н
8.	Виктор Г.	148	в	28	в	60	в	56	в	24	с	8	с	3	н
9.	Виктория К.	80	с	18	с	55	в	44	в	35	в	14	в	4	н
10.	Марина К.	124	с	28	в	60	в	59	в	18	с	8	с	5	н

Таблица 9 – Результаты первичного исследования уровня адаптивности студентов – первокурсников, воспитывающихся в семьях по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально–психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Артем С.	6	выше среднего
2.	Юлия А.	6	выше среднего
3.	Дмитрий В.	5	средний
4.	Марина М.	5	средний
5.	Анна Д.	7	выше среднего
6.	Анастасия С.	8	высокий
7.	Алексей Г.	7	выше среднего
8.	Виктор Г.	9	высокий
9.	Виктория К.	6	выше среднего
10.	Марина К.	7	выше среднего

РЕКОМЕНДАЦИИ КУРАТОРАМ ГРУПП ПО РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ-СИРОТАМИ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА

1. Создать у студентов-сирот адекватное представление о выбранной профессии, осознание общественной значимости профессии и формирование положительного отношения к ней.

2. На первых занятиях провести экскурсию по вузу, ознакомить студентов-сирот с уставом филиала СибГУ в г. Лесосибирске, с системой обучения в вузе и требованиями к уровню знаний, специфике обучения, довести до каждого студента понятие дисциплины.

3. Для успешной адаптации постарайтесь обеспечить возможность студентам-сиротам занять достойное место в коллективе (через поручения, поощрение успехов, поиск и развитие способностей). Проявляйте и подтверждайте свое доверие к студенту, доверив ответственное поручение или выступление от лица коллектива.

4. Выявить студентов-сирот, нуждающихся в психологической помощи, довести до сведения психолога, совместно с психологом составить план проведения индивидуальных консультаций.

5. Ознакомить студентов-сирот с Памятками для первокурсников.

6. Вовлечь студентов-сирот в общественную жизнь вуза, в работу по самоуправлению в вузе и общежитии.

7. Проводить совместные мероприятия в группе во внеурочное время, нацеленные на сплочение группы, создание комфортной психологической среды в студенческом коллективе и оптимизации процесса адаптации студентов к новым для них условиям вуза.

8. Уделять внимание беседам о нравственности, самовоспитании, организации режима дня, профилактике заболеваний.

9. Учитывать индивидуальный подход к каждому студенту-сироте при опросе с учетом психологических и возрастных особенностей.

10. Не сравнивать между собой студентов, хвалить их за успехи и достижения. Подход к анализу поведения студентов не должен носить оценочный характер, нужно находить положительные, отрицательные моменты поступков и предлагать альтернативные способы поведения.

11. Используйте способы воздействия на мотивационную сферу студента: самоанализ покажет студенту эффективность его деятельности и поможет самостоятельно выявить свои сильные и слабые стороны по предмету.

РЕКОМЕНДАЦИИ ЗАКОННЫМ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМ ПО АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-СИРОТ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА

Поступив на первый курс вуза, человек попадает в совершенно новую среду, в которой нужно адаптироваться буквально с первых дней учебы, вступить в нужный ритм работы, а дальше ощущать только позитивные эмоции от прекрасной студенческой жизни.

Ведь успешная адаптация первокурсника к жизни и учебе в вузе является залогом дальнейшего развития каждого учащегося как человека и будущего специалиста.

1. Следите за тем, чтобы ваш ребенок соблюдал режим дня, правильно организовал свой быт, с меньшими затратами времени, поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену.

2. Вне зависимости от того, на какое расстояние уезжает первокурсник, не теряйте с ним связь, регулярно звоните, поддерживайте морально, интересуйтесь успехами и т.д.

3. По возможности создайте условия для полноценного обучения – исключите отвлекающие факторы.

4. Контролируйте посещаемость и успеваемость обучающегося на протяжении первого года обучения.

5. Будьте внимательны к изменениям, которые вы замечаете в своем ребенке.

6. Опирайтесь на сильные стороны ребенка, не подчеркивайте его промахи, принимайте его индивидуальность.

7. В общении демонстрируйте оптимизм, юмор и свою веру в его успехи и начинания. А так же используйте такие слова-поддержки, как: «Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо», «Ты делаешь это очень хорошо», «Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему». И

избегайте следующих фраз: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты», «Я так и знала» и т.д..

БЕСЕДА СО СТУДЕНТАМИ-СИРОТАМИ «УЧИТЬСЯ УСПЕШНО В ВУЗЕ»

Цель: ознакомление студентов-сирот с правилами учебы в университете.

Здравствуйте, уважаемые студенты. Как вы думаете, чему посвящается сегодня наша встреча, и о чем мы будем говорить? Наверное, вы уже слышали, что такое курсовая работа, что такое сессия, что такое студенческий профсоюз и т.д. Так давайте обсудим то, что вам очень пригодится на протяжении всей учебы в университете.

1) Как правильно готовиться к сессии, чтобы успешно ее сдать?

Подготовка к сессии.

Каждый учебный семестр заканчивается аттестационными испытаниями: зачетно-экзаменационной сессией. Подготовка к сессии и успешная сдача экзаменов в соответствии с учебным планом – обязанность каждого студента в соответствии с уставом вуза. Рекомендации по организации своей учебы, чтобы перед первым днем начала сессии были сданы все контрольные работы, зачеты, выполнены другие работы, предусмотренные графиком учебного процесса.

Основное в подготовке к сессии – это повторение всего материала, курса или предмета, по которому необходимо сдавать экзамен. Успевают только те, кто хорошо усвоил учебный материал. Если плохо работать в семестре, пропускать лекции, слушать их невнимательно, не конспектировать, не изучать рекомендованную литературу, то в процессе подготовки к сессии придется не повторять уже известное, а заново в короткий срок изучать весь материал. Это часто оказывается невозможно сделать из-за нехватки времени.

В дни подготовки к экзаменам следует избегать чрезмерной перегрузки

умственной работой, важно чередовать труд и отдых. При подготовке к сдаче экзаменов весь объем работы нужно распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к экзамену, контролировать каждый день выполнения работы. Лучше, если можно, перевыполнить план. Тогда появится резерв времени. По окончании экзаменационной сессии важно сделать сверку перечня экзаменов в деканате.

Еще одна важная тема – выполнение рефератов и курсовой работы.

2) Что такое рефераты и курсовая работа и как их выполнять?

В процессе обучения в университете предоставляется возможность заниматься написанием таких работ как реферат и курсовая. С 1 курса обучения важно иметь представление о том, что такое реферат. Реферат – письменный доклад или выступление по определённой теме, в котором собрана информация из одного или нескольких источников. Рефераты могут являться изложением содержания научной работы, художественной книги и т. п. В процессе выполнения исследований, усвоение теоретического материала будет эффективнее, что помогает овладевать навыками творческого поиска, приобретать опыт теоретических и практических исследований и, как правило, получать более высокие оценки по предметам.

Также во время обучения на первом курсе важно определиться со своими интересами и направлениями научных исследований у преподавателей, чтобы выбрать научного руководителя. На 2 курсе обучения с октября месяца нужно уже начинать выполнение курсовой работы. В библиотеке университета имеются методические пособия по написанию курсовых работ. Помимо этого можно ознакомиться с курсовыми работами студентов старших курсов, что бы получить представление об этой форме учебной работы.

Залогом успешной учебы в вузе является стремление к знаниям и взаимное сотрудничество как с группой, так и с преподавателями. Следует выполнять весь объем содержания работы студента в установленный срок, не пропускать лекции и семинары, чтобы быть успешным студентом.

3) Что такое студенческий профсоюз?

Профсоюзная студенческая организация – это объединение студентов-членов профессионального союза работников науки и образования РФ, образованное для защиты социально-экономических прав и интересов своих членов.

Профком студентов обеспечивает контроль в университете за соблюдением и исполнением законодательных, нормативно-правовых документов любого уровня, касающихся студентов, в том числе:

- контроль социальных выплат студентам-сиротам;
- помощь студентам-сиротам в решении правовых вопросов, связанных с обучением в университете;
- проведение консультаций для студентов-сирот по социально-правовым вопросам, подготовка соответствующих информационных материалов;
- социальная защита студентов-сирот;
- консультирование по вопросам стипендиального обеспечения;
- осуществление контроля за соблюдением и исполнением законодательных, нормативно-правовых документов любого уровня, касающихся студентов-сирот;
- участие в разработке локальных нормативных актов, регулирующих отношения в сфере учебы, быта, отдыха, охраны здоровья, других вопросов касающихся социально-экономического положения студентов;
- участие в урегулировании разногласий и коллективных споров (конфликтов) между студентами-сиротами и администрацией университета по вопросам социально-экономического положения студентов.

Удачи Вам, друзья!

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПРОГРАММЫ (автор – Г.В. Безюлева)

ЗАНЯТИЕ 1. «Знакомство»

Цель – установление контакта между участниками, создание положительной мотивации к совместному обучению в группе сверстников.

Упражнение 1 «Имя – движение»

Инструкция ведущего: Участники группы, по очереди произносят свои игровые имена, но сопровождают их определенным движением рук, может быть, характерным для себя жестом. Затем все хором называют имя очередного участника и повторяют его жест.

Упражнение 2 «Что значит ваше имя?»

Инструкция ведущего: Участникам группы предлагается назвать свое полное имя и рассказать что-нибудь о своем имени. Например, ответить на такие вопросы:

-Нравится ли мне мое имя?

-Знаю ли я, кто его для меня выбрал?

Знаю ли я, что обозначает мое имя?

Кто из моих знакомых (родных) носит то же имя?

Есть ли мои тезки среди известных людей?

Как имя влияет на мое поведение в жизни?

Каждый участник сам решает, что рассказать и как прокомментировать свой рассказ.

Упражнение 3. «Групповой рисунок»

Инструкция ведущего: Для выполнения этого упражнения на взаимодействие студентам выдается большой лист ватмана и фломастеры и предлагается сделать совместный рисунок (корабль для группы, дом для группы). Они должны сами решить, что это будет за рисунок, и распределить между собой роли в процессе его создания.

ЗАНЯТИЕ 2 «Адаптация в новых условиях»

Цель – преодоление разобщенности и обучение согласованному взаимодействию и сотрудничеству, основанному на доверии и взаимной поддержке.

Упражнение 1 «Галстуки»

Всем участникам на шею повязываются галстуки по-пионерски. Затем всех просят перевернуть галстуки концами назад. Инструкция: вытянуть руки вперед. Задача: не сгибая рук, необходимо вернуть галстук в пионерское состояние. При обсуждении каждый участник делится своими впечатлениями, ведущий задает вопрос: какой способ использовали? Обязательно нужно отметить тех, кто первым догадался предложить свою помощь коллегам, кто мучился сам, но не догадался попросить помощи.

Упражнение 2 «Оказание поддержки»

Упражнение выполняется в кругу. Ведущий говорит о важном умении не только оказывать помощь, но и просить помощи. Очень важным качеством является способность человека оказывать поддержку своим сверстникам, коллегам. Необходимо, чтобы участники поняли, чем отличается поддержка от комплимента и как ее нужно оказывать.

Особенно нужна поддержка в момент, когда человек неуспешен. В такие минуты необходимо обратиться к внутренним ресурсам, личным качествам и достоинствам. Это повышает самооценку, мотивирует человека, заставляет его искать пути решения, и он начинает видеть ресурсы в себе.

Далее ведущий предлагает каждому участнику оказать поддержку кому-либо из присутствующих. Для этого нужно передать мягкую игрушку «адресату» с соответствующими словами. Ведущий начинает упражнение первым, участники продолжают, пока поддержка не будет оказана каждому.

Упражнение 3 «Двигатель»

Завершающее упражнение, которое должно продемонстрировать сплоченность и согласованность команды. Включается бодрая веселая музыка и участникам предлагается по очереди выходить в круг, совершая

танцевальные движения. Каждый последующий встает сзади предыдущего и его движения не должны повторять движений уже вышедших в круг. Когда вся группа окажется в движении – дается последнее тренинговое задание – изобразить в танце двигатель.

ЗАНЯТИЕ 3. «Индивидуально-психологические особенности личности: характер, черты характера»

Цель – изучение индивидуально-психологических особенностей личности: характера, черт характера.

Мини-лекция «Индивидуально-психологические особенности личности»

Характер – это индивидуальное сочетание существенных свойств личности, выражающих отношение человека к действительности и проявляющихся в его поведении, в его поступках. Характер представляет собой неповторимое сочетание психологических качеств, индивидуальных особенностей личности, именно характер дает основание для суждения о том, хороший ли это человек или нет. Характер – это каркас личности, в который входят только наиболее выраженные и тесно взаимосвязанные свойства личности, отчетливо проявляющиеся в различных видах деятельности.

Черты характера – это индивидуальные привычные формы поведения человека в соответствующих ситуациях, в которых реализуется его отношение к действительности.

Черты характера являются приобретенными и закрепленными свойствами личности, физиологическую основу характера составляют изменившиеся в процессе индивидуальной жизни особенности нервной системы.

В структуре характера выделяют две группы черт: первая группа – черты, выражающие направленность личности (устойчивые потребности, установки, склонности, идеалы, цели) и систему отношений к окружающей действительности; вторая группа – интеллектуальные, волевые и эмоциональные черты характера.

Каждый человек обладает положительными и отрицательными чертами характера. Перечислим черты характера. Рассмотрим каждую из них.

Отрицательные черты характера: неорганизованность, недисциплинированность, неуверенность, раздражительность, упрямство, несдержанность, черствость, грубость, замкнутость, инертность, лень, эгоизм, расточительность, неряшливость, консерватизм, вспыльчивость.

Положительные черты характера: организованность, дисциплинированность, уверенность, пунктуальность, чуткость, самостоятельность, добросовестность, отзывчивость, общительность, трудолюбие, инициативность, скромность, аккуратность, бережливость.

Многообразие черт характера обеспечивает направленность личности на всестороннее познание, на преобразование себя и окружающего мира. Положительные черты характера помогают человеку реализовать себя в личностном и профессиональном плане.

Упражнение 2 «Мои положительные и отрицательные черты характера»

«Выпишите на листе бумаги со знаком «плюс» те черты характера, за которые вы себя любите, которые вам помогают в жизни, со знаком «минус» – те черты, которые мешают вам в жизни, от которых вы хотели бы избавиться. Подсчитайте количество положительных и отрицательных черт характера».

Проанализируйте такое положение: если вы начинаете это описание с положительных черт характера и у вас их оказалось больше, чем отрицательных, то у вас наличие подсознательной позитивной установки; если же с отрицательных и у вас их больше, чем положительных – то налицо подсознательная негативная установка.

Позитивная установка дает возможность создать ситуацию успеха и реализовать себя в личностном и профессиональном плане.

Негативная установка создает трудности для создания ситуации успешности и реализации себя в личностном и профессиональном плане.

Если у вас негативная установка, надо знать, что: «не бывает плохих и хороших людей, каждый человек обладает положительными и отрицательными чертами характера, самое главное, чтобы ваши положительные черты характера доминировали над отрицательными чертами».

Упражнение 3 Рефлексивная технология «Солнце и туча» (автор О.Л. Гончарова)

« Если вам понравилось занятие нарисуйте солнце и напишите, чем вам понравилось занятие, если занятие вам не понравилось нарисуйте тучу и напишите, почему вам не понравилось занятие».

Подведение итогов. Анализ проведенного занятия. Рефлексия (обратная связь).

ЗАНЯТИЕ 4. «Наши ценностные ориентации».

Цель – обучение решению своих жизненных проблем, показание важности ценностей.

Упражнение 1. «Наши недостатки»

Ведущий. Почти у каждого имеются недостатки, которые мешают нам жить, но с которыми мы почему-то миримся. Если недостатки представить в виде дракона, то можно сделать вывод, что у каждого есть «свой дракон», выращенный в домашних условиях. В один прекрасный день почти каждый решается убить «своего дракона». Но это дело безнадежное, так как на месте отрубленной головы незаметно вырастает другая. И мы приучаемся жить со «своим драконом», хотя со временем он все больше портит нашу жизнь и жизнь наших близких. Для борьбы с «драконом» почти всем нужны помощники – друзья. Они очень важны в нашей жизни. Способность иметь друзей зависит от того, насколько мы умеем находить хорошее в окружающих нас людях.

Упражнение 2. «Телеграмма»

Психолог раздает бланки «телеграмм» с написанным именем адресата, где надо написать адресату самое хорошее, что можно о нем сказать. После

выполнения задания психолог собирает все телеграммы и раздает их адресатам, они же, получив послание, высказывают вслух свои впечатления по желанию.

Итог занятия: Закрепление пройденного материала.

Обсуждение: Какое самое ценное ваше качество? Что помогает вам решать проблемы? Отличаются ли ценности ваших друзей от ваших ценностей?

ЗАНЯТИЕ 5 «Наши особенности». «Самореализация»

Цель – обучение раскрытию своих способностей и использование их.

Упражнение 1. Тест «Границы вашей решительности»

Вам предлагается ответить на несколько вопросов ответами «да» или «нет».

1. Легко ли вы приспосабливаетесь к обстоятельствам? Да – 3, нет – 0.
2. Выключаете ли вы телевизор, когда становится ясно, что ничего интересного в этот вечер уже не будет? Да – 2, нет – 0.
3. В состоянии ли вы все отложить ради любимого занятия? Да – 1, нет – 0.
4. Если вам предлагают хорошо оплачиваемую работу, согласитесь ли вы без колебаний? Да – 3, нет – 0.
5. Сразу ли вы признаете свои ошибки? Да – 0, нет – 3.
6. Приводят ли вас в замешательство неожиданно нагрянувшие гости? Да – 3, нет – 0.
7. Меняете ли вы свое мнение в результате серьезной дискуссии? Да – 4, нет – 0.
8. Покупаете ли вы понравившуюся вам на витрине вещь, хотя знаете, что в данный момент она вам нужна? Да – 0, нет – 3.
9. Соглашаетесь ли вы после долгих уговоров на что-то, чего никогда не сделали бы по своему желанию? Да – 0, нет – 4.
10. Знаете ли вы точно, чем будете заниматься в ближайшие выходные дни? Да – 2, нет – 0.

11. Всегда ли вы выполняете свои обещания? Да – 2, нет – 0.
Посчитайте общую сумму набранных баллов.

- 12 баллов. Вы нерешительны. Постоянно взвешиваете «за» и «против». Часто упускаете хорошие шансы, вплоть до создания для себя опасных ситуаций. Старайтесь быть потвёрже.

- 22 балла. Принимаете решения осторожно, но не избегаете проблем, требующих немедленного решения. Иногда колеблетесь, особенно перед утомительными и обременяющими делами. Больше доверяйте своему опыту и интуиции.

- 30 баллов. Вы тверды в своих поступках. Легкомысленное поведение вам не свойственно. В большинстве случаев вы принимаете правильные решения. Однако своей решительностью и твердостью вы подавляете окружающих.

Итог занятия: Закрепление пройденного материала.

Обсуждение: Что значит реализовать себя? Что способствует самореализации? Что мешает прийти к успеху?

ЗАНЯТИЕ 6. «Отношение к себе»

Цель – формирование адекватной самооценки у студентов.

Упражнение 1. «Шкала самооценки»

Давайте определим свою самооценку. В тетради начертите 7 одинаковых горизонтальных отрезков длиной 12-15 см, один под другим на расстоянии 2 см. Отметьте у отрезков начало, конец и середину. Подпишите название каждого отрезка: «здоровье», «счастье», «привлекательность», «удача», «возможности», «ум», «уважение людей». Представьте, что на первом отрезке - «здоровье» - выстроились все живущие на Земле люди: начиная от самых нездоровых (начало отрезка слева) и до самых здоровых (конец отрезка справа).

Отметь черточкой, где находишься ты. Затем отметь свое местоположение на других отрезках:

от самых несчастных до самых счастливых,

от непривлекательных до самых привлекательных,
от неудачников до самых удачливых,
от тех, кто мало что может сделать в силу недостатка сил и
возможностей до тех,
кто может добиться своей цели,
от глупых до самых умных,
от тех, кто ничего не значит в глазах окружающих людей до уважаемых
всеми личностей.

Потом другим цветом на каждой шкале отметить, где бы ты хотел быть.
Таким образом, мы получили свою реальную и идеальную (желаемую)
самооценку.

Известно, что самооценка может быть: заниженной (из-за кажущейся
недооценки себя и своих возможностей); завышенной (из-за надуманной
переоценки себя); адекватной (нормальной), соответствующей реальному
представлению о себе.

Упражнение 2 «Скульптура»

Ход упражнения: Группа делится на три части. Одна должна
«вылепить» скульптуру человека с адекватной самооценкой, вторая – с
заниженной, третья с завышенной самооценкой. Фигура лепится из одного их
участников. Каждая подгруппа выбирает «экскурсовода», который будет
рассказывать о том, что и как выражает скульптура. У каждого человека
должно быть свое устойчивое мнение о себе – базовая самооценка.

Она может, меняется, под влиянием оценок окружающих людей.
Желательно, чтобы самооценка была позитивной: «Я – хороший». Чаще
всего, тогда и на других людей у человека будет установка: «Вы – хорошие».

Упражнение 3. «Мой портрет в лучах солнца»

Ход упражнения: Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга
напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем, вдоль лучей
напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете (какой вы

сын, внук, друг, студент). Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Это будет ответ на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?».

ЗАНЯТИЕ 7. «Доверие и сплочение»

Цель – развитие доверия между студентами, создание условий для сплочения учебной группы.

Упражнение 1. «Воображаемый подарок»

Ведущий: Представьте, что мы пришли сюда с приготовленными заранее подарками. Я предлагаю вам подарить воображаемый подарок сидящему слева участнику, но не произнося вслух, что именно вы дарите человеку. Вы должны показать подарок (без слов). Тот кто принимает подарок должен угадать, что ему дарят и назвать вслух.

Упражнение 2. «Тест на доверие»

Положите в середину круга какой-либо предмет, например вазу или книгу. Объясните группе, что сейчас начнется игра, которая делает невидимое зримым. Каждый должен встать на определенном расстоянии от находящегося в середине круга предмета. Кто встает вплотную к нему, тот тем самым говорит о высокой, по его мнению, степени доверия в группе. Чем слабее у игрока ощущения безопасности и доверия группе, тем больше будет выбранное расстояние. Попросите участников поэкспериментировать с различными расстояниями, пока они не ощутят, что выбрали место правильно. Когда все найдут свои места, предложите участникам оглядеться и оценить сложившуюся ситуацию. Теперь каждый кратко объяснит, что хотел выразить своим выбором места. Кроме того, можно комментировать выбранное положение и высказывания других членов группы.

Упражнение 3. «Комплименты»

Ход упражнения: Мяч перекидывается так же, но необходимо не поздороваться, а сказать тому, кому вы кидаете мяч, комплимент. И опять-таки, в какой-то момент перекидывания мяча тренер дает дополнительную инструкцию: «Постарайтесь, чтобы каждый из нас получил хотя бы один комплимент»

Упражнение 4. «Скульптура недоверия – доверия»

Выбирается один участник по желанию, который будет «глиной», из которой другой участник, «скульптор», лепит скульптуру под названием «Недоверие». Затем ведущий обращается к участникам: что в скульптуре говорит нам о недоверии и что можно сделать, чтобы она стала скульптурой «Доверие»? Участники группы показывают на «глине», какие изменения они предполагают сделать для этого.

ЗАНЯТИЕ 8. «Самооценка и коммуникативные навыки»

Цель – осознание личного опыта коммуникативности, выявление барьеров в общении.

Упражнение 1 «Пожелания»

Давайте начнем сегодняшний день с того, что выскажем друг другу пожелания на день, и сделаем это так. Первый участник встанет, подойдет к любому другому, поздоровается с ним и выскажет ему пожелание на сегодняшний день. Тот, к кому подошел первый участник, в свою очередь подойдет к следующему, и так далее до тех пор, пока каждый из нас не получит пожелание на день.

При обсуждении выполнения упражнения можно пойти либо коротким путем, задав вопрос: «Как вы себя чувствуете?», либо более длинным, поставив вопрос: «Расскажите, что вы чувствовали, когда высказывали пожелание кому-то из нас, и какие у вас были чувства, состояния, когда к вам обращались с пожеланиями на день?» При обсуждении может быть выдвинута идея, важная в тренинге партнерского общения, сотрудничества, ведения деловых переговоров, о том, что дискомфорт возникает в том случае, когда обращение к человеку не соответствует его потребностям, интересам. Если во время выполнения упражнения тренер замечает, что многие участники группы испытывают трудности, то после завершения упражнения можно спросить группу именно о них. Вопрос может звучать так: «Какие у вас были трудности в ходе выполнения задания?»

Такого рода вопрос выполняет двоякую функцию: с одной стороны, отвечая на него, человек получает возможность отреагировать негативные эмоции, снять напряжение, возникшее в ходе упражнения; с другой стороны, ответы на этот вопрос позволяют осознать свой опыт и расширить его за счет мнений других участников. Осознание своего опыта в данном случае – это осознание тех барьеров, которые мешают людям быть более открытыми, искренними, лучше понимать, и чувствовать других людей.

ЗАНЯТИЕ 9. «Сюжетно-ролевые игры»

Цель – формирование у студентов новых моделей поведения в ситуациях межличностного общения, расширение гибкости поведения, благодаря возможности примерять роли разных участников общения.

Упражнение 1. «Нить Ариадны»

При помощи двух длинных веревок выкладывается лабиринт, ширина не более 50 см. – это лабиринт Минотавра.

Из команды выбирается один участник, который будет смелым древнегреческим героем. А остальные будут играть роль Ариадны, точнее ее нити. Тесею попадает в темный лабиринт – соответственно ему завязывают глаза, а остальные, помощники, помогают ему выбраться. При этом вы будете направлять шаги Тесея, давая ему команды. Говорить можно только по очереди и только по одному слову, иначе нить не выдержит и порвется.

Если Тесею выступит за границы лабиринта, или будет сказано более одного слова, или хором – придется начинать путь сначала.

Упражнение 2. «Сказка Колобок»

Роли сказки поделить между членами группы. Разыграть свой сценарий сказки.

ЗАНЯТИЕ 10. «Сенситивный тренинг»

Цель – создание условий для повышения самопонимания и понимания других, чувственному пониманию групповых процессов, познанию социально-психологического климата в коллективе и развитию ряда поведенческих навыков.

Упражнения на развитие эмпатии, социального интеллекта, межличностной чувствительности и взаимопонимания участников группы.

Упражнение 1. «Узнай по рукам»

Стулья ставятся в два ряда, друг напротив друга. Участникам предлагается снять с рук кольца, браслеты и завязать глаза. Ведущий рассаживает участников так, чтобы они не знали, кто сидит напротив. Задача участников: в полной тишине, только касаясь рук сидящего напротив человека, охарактеризовать его и предположительно назвать имя и только затем снять повязку с глаз.

Упражнение 2. «Сиамские близнецы»

Упражнение выполняется в парах. Партнеры в парах стоят рядом, плечом к плечу и стопа к стопе. Задача в том, чтобы сделать как можно больше шагов на разделившись. Желательно, чтобы каждый участник попытался пройти в паре со всеми участниками в группе.

ЗАНЯТИЕ 11. Игра «Сотворение мира»

Цель – творческое самораскрытие участников и повышение их компетентности в области социальной адаптации.

Необходимый материал: лист ватмана, ножницы, клей, цветные фломастеры. 1. После того, как «мир сотворен», тренер разрезает лист ватмана на количество частей, равное количеству работающих подгрупп. Далее тасует и путает разрезанные части, после чего раздает каждой подгруппе по одной части «сотворенного мира» со следующим заданием:

- описать доставшуюся часть созданного мира;
- дать всему необходимые названия;
- подчеркнуть характерные особенности;
- государственный строй;
- сферы деятельности;
- предметы импорта и экспорта;
- приблизительная численность населения; чем население занимается;

-культурные традиции (гимн, флаг, сленг, мифы, легенды, нормы, правила, стандарты жизни и поведения, что нужно знать и уметь иностранцу, чтобы попасть в государство, и т.д.).

Время выполнения задания – 40 минут.

1. Презентация участников каждой из подгрупп происходит по следующей схеме: рассказ о своем государстве, реальные перспективы государственного развития с позиции карты востребованных профессий, готовность к сотрудничеству, реальность проникновения в страну эмигрантов и т.д.

2. По окончании презентации происходит обсуждение аспектов «совместного сотворения» и общей ответственности за существование и развитие мира, оценка динамики и перспектив дальнейшего мирового развития.

ЗАНЯТИЕ 12. Игра «Аукцион ценностей»

Цель – осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а так же их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации.

Правила проведения игры: Сюжет игры «Аукцион ценностей» соответствует названию: объявляется аукцион, на котором распродаются жизненные ценности. Задача участника – приобрести как можно больше ценностей, имеющих для него наибольшее значение.

В начале игры ведущий раздает бланки со списками жизненных ценностей. Участники должны оценить каждый пункт списка по следующей шкале: «+» - положительное отношение, «0» - безразличное отношение, «-» отрицательное отношение к данной ценности. Затем ведущий собирает бланки и подсчитывает количество и стартовую стоимость каждой ценности, которая будет выставлена на аукционе. Правила подсчета составляются таким образом, что ценность, которая привлекательна для большего числа игроков, имеет большую игровую «стоимость» и, соответственно, представлена в меньшем количестве игровых «лотов». Далее объясняется,

что «валютой», за которую можно будет приобретать ценности, является количество очков, набранное в упражнении на ловкость (сбивание кеглей, метание мячей, дротиков и т.п.). На всю игру участникам дается ограниченное количество попыток для выполнения упражнения.

Перед началом аукциона участник выбирает пять наиболее важных ценностей, за которые он собирается бороться. Этот выбор фиксируется в «плане аукциона». При этом после первоначального составления плана, участники могут внести в него необходимые изменения, после того, как ведущий объявит стартовую цену каждого «лота».

Ведущий ориентирует участников на необходимость максимального выполнения составленного «плана». Затем начинается процесс аукциона. Ведущий объявляет игровой «лот»: наименование и стоимость ценности. Право на «покупку» получает участник, назвавший наибольшую цену «лота». Участник, получивший право на покупку, выполняет упражнение. Он может при этом использовать любое количество имеющихся в его распоряжении попыток. При этом все набранные очки можно не использовать на приобретение данного «лота». В том случае, если игрок отказался от приобретения заявленной ценности или набранных им очков недостаточно, «лот» снова выставляется на продажу. Аукцион прекращается, когда все ценности были «проданы» или все игроки израсходовали отведенные им попытки. Затем составляется список «достижений», в который входят все приобретенные участником ценности. При этом вместо «плановой» ценности, которую игрок не смог приобрести, в список вносится ее «противоположность», например, вместо ценности

«Счастливая семейная жизнь» – «Неудачная семейная жизнь» и т.п.

В обсуждении важно обратить внимание участников на то, как менялось отношение к тем или иным ценностям по мере изменения их «цены», достижений игроков в процессе выполнения упражнения на ловкость. Ведущий также может проинформировать участников о результатах опроса, проведенного в начале игры. В ходе обсуждения

ведущий может предложить каждому участнику назвать ту ценность, которую он считает основной, определяющей жизнь человека. Также может быть затронут вопрос о том, как конкретная профессия влияет на характер ценностных ориентаций. Сложности проведения данной игры связаны с поддержанием динамики игрового действия, а именно переходов от выполнения упражнения на ловкость к аукциону, фиксацией достижений участников, а также с оформлением игровой «документации», поэтому желательно, чтобы ведущему помогал ассистент.

ЗАНЯТИЕ 13. «Что изменилось во мне?»

Цель – подведение итогов, развитие обобщающей рефлексии.

Обсуждение результативности занятий, ценности знаний, умений и навыков, полученных каждым из участников. Предлагается высказаться каждому участнику по очереди, что изменилось в них самих и в других членах учебной группы.

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Таблица 10 – Результаты повторной диагностики адаптации студентов-сирот по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Сергей Б.	142	в	26	в	56	в	48	в	32	в	10	с	8	н
2.	Марина Б.	127	с	31	в	42	с	51	в	24	с	8	с	6	н
3.	Илья В.	150	в	26	в	61	в	46	в	30	в	11	с	9	н
4.	Анастасия Д.	115	с	18	с	38	с	48	в	36	в	14	в	8	н
5.	Ирина К.	127	с	30	в	46	с	38	с	18	с	7	с	14	с
6.	Виктория К.	98	с	22	с	44	с	44	в	22	с	9	с	16	с
7.	Анна П.	138	в	28	в	54	в	48	в	31	в	12	с	7	н
8.	Александра С.	149	в	27	в	61	в	50	в	23	с	8	с	9	н
9.	Игорь М.	108	с	13	с	42	с	40	с	32	с	11	с	17	с
10.	Валентина С.	152	в	31	в	56	в	46	в	32	в	9	с	6	н

Условные обозначения: А – шкала «Адаптация»; ПД – шкала «Приятие других»; И – шкала «Интернальность»; С – шкала «Самоприятие»; ЭК – шкала «Эмоциональная комфортность»; СД – шкала «Стремление к доминированию»; Э – «эскапизм»; н – низкие значения; с – средние значения; в – высокие значения.

Таблица 11 – Результаты повторного исследования уровня адаптивности студентов-сирот по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально–психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Сергей Б.	7	вышесреднего
2.	Марина Б.	7	выше среднего
3.	Илья В.	5	средний
4.	Анастасия Д.	5	средний
5.	Ирина К.	6	выше среднего
6.	Виктория К.	5	средний
7.	Анна П.	8	высокий
8.	Александра С.	5	средний
9.	Игорь М.	5	средний
10.	Валентина С.	8	высокий

Таблица 12 – Результаты повторной диагностики адаптации студентов – первокурсников, воспитывающихся в семьях по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Артем С.	142	в	25	в	54	в	49	в	39	в	14	в	6	н
2.	Юлия А.	108	с	27	в	62	в	47	в	22	с	9	с	4	н
3.	Дмитрий В.	98	с	21	с	44	с	36	с	30	в	10	с	6	н
4.	Марина М.	140	в	30	в	58	в	50	в	20	с	14	в	8	н
5.	Анна Д.	86	с	32	в	60	в	53	в	34	в	11	с	5	н
6.	Анастасия С.	151	в	28	в	52	с	57	в	54	в	15	в	6	н
7.	Алексей Г.	123	с	25	в	59	в	46	в	40	в	7	с	9	н
8.	Виктор Г.	142	в	26	в	58	в	50	в	34	в	9	с	3	н
9.	Виктория К.	117	с	24	с	56	в	48	в	39	в	13	в	9	н
10.	Марина К.	146	в	30	в	60	в	54	в	27	с	9	с	5	н

Таблица 13 – Результаты повторного исследования адаптивности студентов – первокурсников, воспитывающихся в семьях по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально–психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Артем С.	8	высокий
2.	Юлия А.	6	выше среднего
3.	Дмитрий В.	7	выше среднего
4.	Марина М.	5	средний
5.	Анна Д.	7	выше среднего
6.	Анастасия С.	8	высокий
7.	Алексей Г.	7	выше среднего
8.	Виктор Г.	9	высокий
9.	Виктория К.	7	выше среднего
10.	Марина К.	7	выше среднего