

**СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К НОВОМУ КОЛЛЕКТИВУ**

**Пашинина Н.В., Брем Л.А, Гольцер А.Н., Хортова И.В.**

**Научные руководители канд. психол. Наук, доц. Брылева О.А.,**

**канд. психол. Наук, доц. Григоричева И.В.**

***ФГБОУ ВПО «Алтайская государственная педагогическая академия»***

Современному обществу необходимы инициативные молодые люди, которые ориентированы на позитивную реализацию себя во всех сферах жизни и деятельности общества и способны не просто адаптироваться в окружающем мире, а творчески его преобразовывать. Поэтому образовательная среда вуза должна выстраиваться таким образом, чтобы способствовать становлению компетентного специалиста, для чего необходима организация социально-психологической адаптации.

По мнению М. В. Ковровой, О. И. Белохвостовой, Т. И. Поповой, социально-психологическая адаптация – это приспособление к групповым нормам и системе взаимоотношений в коллективе при которой самооценка является регулятором поведения и деятельности студентов.

Процесс адаптации постоянно сопровождает человека при вхождении в новый коллектив, поэтому данная проблема была широко рассмотрена в трудах многих ученых, таких как Л. Н. Боронина, В. В. Емельянов, Н. А. Свиридов, А. А.Десятов, Л. С. Колмогорова, Д. В. Тузов и др.

Наряду с профессиональной адаптацией, происходит адаптация и в социально-психологическом плане. Она предполагает понимание социального статуса своего поведения, формирование ценностных ориентаций и норм группы. Социально-психологическая адаптация может выступать в качестве средства защиты личности, с помощью которого происходит ослабление внутреннего психического напряжения, беспокойства, возникающего при взаимодействии с окружающими людьми и обществом.

Чаще всего, при зачислении абитуриента в ВУЗ остается вне поля зрения информация об интересах, мотивах выбора, факультета, специальности, что приводит к тому, что процесс социально-психологической адаптации студентов к новому коллективу затягивается. Успешное решение этой проблемы, связано с существованием и работой центра психологического и социального здоровья молодежи и Центра развития добровольчества.

По мнению Е.В. Четошниковой, понятие «волонтерство» применяется для обозначения добровольческого труда, как деятельности, осуществляемой людьми добровольно на безвозмездной основе и направленной на достижение социально значимых целей, решение проблем.

На успешность адаптации оказывает влияние социальное окружение и образовательная среда вуза.

Практика показывает, что первокурсники сталкиваются с рядом трудностей: неумение хорошо планировать свое время, несамостоятельность, сложности в установлении межличностных контактов и освоение новой социальной роли.

Сопровождение социально-психологической адаптации первокурсников включает следующие компоненты:

- формирование коллектива, устранение барьеров в общении;
- установление правил и норм взаимодействия преподавателей и студентов;

- помощь в овладении навыками планирования времени и самоорганизации.

Для достижения выше указанных компонентов мы предлагаем использовать тренинг с применением арт-терапевтических средств, а также включение студентов в социально-полезную деятельность.

М.В. Киселева понимает арт-терапию как метод развития и коррекции сознательных и бессознательных сторон психики личности посредством разных форм и видов искусства. Основная цель арт-терапии – гармонизация внутреннего состояния клиента, то есть восстановление его способности находить оптимальное, способствующее продолжению жизни состояние равновесия. Арт-терапия имеет три формы выражения: активную (клиент создает продукты творчества), пассивную (клиент использует произведения других людей) и смешанную (клиент использует уже имеющиеся произведения для создания своих собственных). С помощью арттерапевтических методов можно достичь следующих результатов: развитие творческих способностей; рост самосознания и развитие рефлексии; формирование умения разрешать индивидуальные и групповые проблемы; формирование умения разрешать конфликтные ситуации, снимать напряжение; развитие коммуникативных навыков, навыков социальной поддержки и взаимного доверия. Можно отметить, что некоторые из перечисленных результатов арт-терапевтической работы будут способствовать успешной социально-психологической адаптации студентов к вузу, поскольку сами выступают её критериями.

Критериями успешной социально-психологической адаптации являются:

- на уровне вуза: низкий процент отсева и академическая успеваемость;
- на уровне группы: сформировавшийся коллектив, активность и мобильность группы, отсутствие конфликтов;
- на уровне студента: участие в делах группы, (кафедры вуза), овладение навыками самопрезентации, готовность к инициативной деятельности.

**Цель проекта:** способствовать успешной социально-психологической адаптации студентов 1 курса к новому коллективу.

**Задачи:**

- 1) Повысить социально-психологический климат в студенческих группах
- 2) Создать условия, способствующие успешной адаптации студентов 1 курса к новому коллективу
- 3) Разработать программу тренинга, способствующую социально-психологической адаптации первокурсников к новому коллективу
- 4) Разработать график проведения тренинговых занятий
- 5) Разработать план мероприятий включения студентов в социально-полезную деятельность в рамках волонтерского движения вуза
- 6) Изучение социально-психологической адаптации с помощью методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса – Р. Даймонда (Текст опросника в адаптации А. К. Осницкого, 2004 год).
- 7) Реализация адаптационного тренинга и плана мероприятий включения студентов в социально-полезную деятельность в рамках волонтерского движения вуза.

Таким образом, проанализировав большое количество теоретической литературы, мы пришли к выводу, что реализация предложенных направлений в ходе адаптационных тренингов для студентов первого курса возможна, поскольку запланированные мероприятия способствуют достижению внутреннего равновесия каждой личности, а также единению и чувству общности внутри всей группы.