

ИНСПЕКТОР

ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

№7, 2023



ПРОФИЛАКТИКА
детского неблагополучия

Социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников учреждений среднего профессионального образования



И.Б. СЫРОКВАШИНА,
педагог-психолог структурного подразделения «Диалог»
Муниципального бюджетного учреждения г. Новосибирска
«Городской центр психолого-педагогической
поддержки молодежи «Родник»

В структурном подразделении «Диалог» Городского центра психолого-педагогической поддержки молодежи «Родник» разработана программа социализации и социальной адаптации первокурсников средних специальных учебных заведений (ССУЗов). Программа направлена на повышение психологической готовности к профессиональному и личностному самоопределению, развитие социальных компетенций.

Программа социальной адаптации первокурсников разработана автором статьи в 2017 г., утверждена руководителем структурного подразделения «Диалог» Центра «Родник» и впоследствии апробирована на практике также автором настоящей статьи. Разработчик программы имеет высшее педагогическое образование по специальности «учитель истории и обществознания, методист воспитательной работы», прошла переподготовку по психологии, дополнительные курсы повышения квалификации по темам «Телесно-ориентированная терапия», «Телесно-двигательная терапия», «Круговые танцы народов мира», «Тренер – ведущий обучающих групп», «Развитие креативного мышления», «Игровое моделирование на фольклорном материале», «Курсы актерского мастерства» и др.

Автор программы имеет опыт работы пионервожатой в Международном детском центре «Артек», преподавателем общественных дисциплин, организатором внеклассной работы в школах, педагогом-психологом в Сибирском политехническом колледже и Центре «Родник».

Программа реализуется в течение пяти лет на базе Сибирского политехнического колледжа и Новосибирского лицея питания, с которыми Центром «Родник» подписаны договоры о сотрудничестве. В учебных программах указанных учебных заведений было выделено специальное время для проведения занятий по программе периодичностью один раз в неделю по два часа на одну группу первого курса. В зависимости от того, сколько учебных пар ставилось в расписании в один день, общее количество занятий в каждой отдельной группе варьировалось от десяти до четырнадцати. Занятия могли быть распределены в течение всего учебного года или могли уложиться в один семестр – как правило, первый. Занятия в одной группе могли проводиться еженедельно или раз в две недели или даже в три недели (в зависимости от количества групп первого курса).

Программа социальной адаптации первокурсников ССУЗов адресована студентам первого курса и направлена на повышение психологической готовности к профессиональному и личностному самоопределению.

Поскольку от современного выпускника профессионального образовательного учреждения, помимо профессиональных качеств, требуется и наличие социальных знаний и умений, была разработана описываемая программа социальной адаптации и дальней-

шей социализации студентов среднего специального учебного заведения.

Актуальность программы обусловлена еще и тем, что сегодня в обществе все большее значение приобретают виртуальные коммуникации с использованием Интернета, что препятствует живому общению молодых людей и приобретению ими необходимых социальных компетенций.

Программа социальной адаптации первокурсников ССУЗов рассчитана на 36 часов, предполагает не только комплекс теоретических и практических занятий, но и самостоятельную внеаудиторную работу студентов.

Обучение по программе включает в себя несколько стадий.

1. Изучение коммуникативных способностей и навыков студентов с помощью различных тестов (текстовых, рисунковых, моторных) по исследованию умения взаимодействовать, взаимопонимания, уровня конфликтности, уверенности в себе. Впервые такие тесты проводятся в начале первого курса для выявления динамики развития соответствующих качеств, затем проводятся повторные и дополнительные тесты. Анализ результатов помогает психологу и студентам понять, над чем нужно работать.

Благодаря комплексному тесту «Личностный рост» (авторы И.В. Кулешова, П.В. Степанов, Д.В. Григорьев) мы исследуем отношение студентов ко всему сущему на земле – к Отечеству, к труду, к знаниям, к другим людям, к себе. Это помогает планировать работу по формированию у студентов социальных ценностей с учетом их личностных особенностей.

2. Работа по развитию коммуникативных компетенций.

Упрощению процедуры знакомства студентов друг с другом, снятию у них страхов, неуверенности, связанных с новой обстановкой и новыми людьми, предупреждению издевательств над «слабыми», отличающимися от других детьми способствуют тренинги «Знакомство», «Найди общее», «Ты и я», «Круг поддержки».

Очень важный коммуникативный навык – развитие социальной рефлексии, умения понимать самого себя, свое



место в обществе, оценку окружающими своей личности. Приобретению таких навыков служат тренинги «Кто я? Какой я?», «Я среди людей», «Расскажи мне обо мне», «Черный и белый стул». Во время этих упражнений ребята раскрываются, узнают много нового о себе и о других, учатся проводить самопрезентации, что сегодня очень важно, в том числе и при решении вопроса трудоустройства.

При проведении тренингов часто приходится отмечать, что многие, в том числе и вполне успешные, студенты внутренне закомплексованы, не уверены в себе, руководствуются установкой «У меня не получится!». Преодолеть такие состояния помогают упражнения «Круг комплиментов», «Я люблю себя за то...», «Я – победитель», а также комплексные тренинги «Поверь в себя», «Уверенность в общении», в ходе которых ребята приобретают навыки уверенного поведения и учатся проявлять их в ходе общения.

Формированию умения организовывать дружную совместную работу и добиваться высоких результатов способствуют упражнения «Карандаши», «Восковая палочка», тренинги группового взаимодействия «Печатная машинка» и «Мы – команда!».

На занятиях студенты, разбирая по определенной схеме конфликты (придуманные или имевшие место), выполняют практическую работу «Анализ конфликта»,



а на тренингах отработывают практические навыки разрешения конфликтных ситуаций.

В работе со студентами мы активно применяем методы арттерапии, в том числе различные техники рисования – групповое, правополушарное рисование, проводим тренинги «Я – великий художник!», «Художник внутри меня», «Портрет специалиста». «Портрет идеальной девушки (юноши, преподавателя)».

Популярны у студентов танцевально-игровые тренинги – «Круговые танцы народов мира», «Народные игры и танцы как механизм социальной адаптации», «Телесный джаз». Такие занятия способствуют развитию у ребят координации движений, пространственной и временной ориентации, коммуникабельности и групповой сплоченности. Очень интересно были проведены праздники «В хороводе были мы», «Русская вечерка», «День влюбленных по-русски». Активно включаем в занятия и элементы музыкотерапии – прослушивание и коллективное исполнение песен с «психологическим» подтекстом и др.

3. Отслеживание результатов работы.

Результаты работы по формированию социальных компетенций анализируются на основании повторных тестов (на первом и последнем курсе), анкетирования, наблюдения и обратной связи по итогам тренингов.

Основная форма проведения занятий – групповая. Занятия проводятся со всей группой студентов, либо, при необходимости, группа делится на подгруппы. На занятиях применяются как традиционные методы – лекция, беседа, так и активные групповые методы работы – тренинг, дискуссия, мозговой штурм, ролевые игры. Подведение итогов занятия проводится в виде рефлексивного обсуждения. Также в рамках программы студенты участвуют в массовых праздниках, культурных мероприятиях в кино и театры с последующим обсуждением психологических проблем героев.

В ходе обучения к каждой студенческой группе подход дифференцированный. Тренинги планируются и проводятся с учетом «коллективного лица» и проблем группы. В работе со слабо сплоченными группами больше внимания уделяется именно этой проблеме. Если замечаем проявления в группе остракизма в отношении кого-либо из студентов, то большее внимание уделяем развитию у студентов данного коллектива чувства толерантности. Чрезмерно активные группы успокаиваем, а пассивные активизируем, проводя тренинги «Управление собой», «Психологическое айкидо» и др.

Во время карантина из-за пандемии новой коронавирусной инфекции занятия проводились в онлайн-режиме на образовательных платформах Edmodo, Teams, ZOOM.

В группе структурного подразделения «Диалог» в социальной сети «ВКонтакте» регулярно размещаются материалы о тренингах, иных мероприятиях, реализуемых в рамках программы.

За пять лет реализации программы в ней приняли участие 875 человек. Ежегодно участниками программы становились студенты трех групп Новосибирского лицея

питания и четырех групп Сибирского политехнического колледжа, в каждой из которых было по 25-30 обучающихся. Иными словами, занятиями по программе были охвачены все студенты первых курсов, поскольку такие занятия были включены в общее расписание и являлись обязательными для посещения. Студенты проявляли к занятиям большой интерес, чему способствовали разнообразие форм и содержания преподаваемого материала. Об этом свидетельствуют отзывы студентов, оставленные ими по окончании программы:

– «Очень буду скучать по занятиям, ибо на них чувствую себя максимально комфортно, открыто. Знаю, что здесь могу поговорить, высказать свою точку зрения»;

– «Узнаешь много нового, что нужно в себе изменить, чтобы добиться своей цели»;

– «Занятия дают возможность сказать человеку то, что мы о нем думаем»;

– «Занятия помогли мне находить выход в конфликтных ситуациях, справиться с черной полосой»;

– «Я взяла из занятий, что нужно быть внимательней к людям и слышать других»;

– «Мы научились слушать друг друга, быть терпимее, уважать чужое мнение»;

– «Узнала о себе и хорошее, и плохое, это тоже очень полезно»;

– «После уроков я начала разбираться в себе, стала более уверенной и доброй»;

– «Я взял для себя, что надо быть активнее и не упускать своего шанса»;

– «Больше всего понравился тренинг “Радость жизни”, на нем я еще раз убедилась в том, что жизнь – это великое чудо»;

– «Тренинги помогли нам узнать новое об одноклассниках, они сблизили группу. Мы учились доверять друг другу и быть одной командой»;

– «Занятия сблизжают группу, благодаря им наш коллектив становится более сплоченным»...

В ходе занятий удалось успешно реализовать задачи по социальной адаптации ребят в новых для них условиях профессионального образовательного учреждения. Занятия способствовали гармонизации психологических отношений в группах. От занятия к занятию наблюдалась положительная динамика – и студенты, и преподаватели отмечали создание в группах теплых человеческих взаимоотношений, эмпатии и взаимного принятия. Максимально эффективно шло развитие социальной рефлексии и самопознания, повышение самооценки студентов-первокурсников. Многие студенты говорят, что они научились устанавливать позитивные взаимоотношения и находить взаимопонимание с другими людьми, благодарят за приобретенные знания, необходимые им для жизни в социуме.

Отмечу, что и мы, психологи, в ходе такой работы получаем новые знания и делаем удивительные открытия, а сам процесс совместного творчества с юными студентами дарит нам с ними радость живого доверительного общения.