

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра педагогики и психологии
профессионального образования

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА
АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ В ТЕХНИКУМЕ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса группы 411
направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Института дополнительного профессионального образования
Ермолаевой Юлии Александровны

Научный руководитель:
доцент кафедры педаго-
гики и психологии про-
фессионального образо-
вания ИДПО СГУ,
к. психол. н., доцент

подпись , дата

Л.В. А Шипова

Зав. кафедрой
к. пед. н., доцент

подпись , дата

В. А. Ширяева

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время в научной литературе представлено множество материалов, касающихся вопросов поддержки различных категорий учащихся. Увеличивается количество исследований, посвященных изучению и сопровождению этих групп. Вопрос адаптации первокурсников в средних профессиональных учебных заведениях остается недостаточно исследованным. Тем не менее, современные исследования указывают на необходимость изучения этой темы по нескольким причинам. К одной из причин можно отнести тот факт, что на первые курсы в техникум поступают обучающиеся, окончившие основную образовательную школу, это старшеклассники, которые выбрали профессиональный путь, но еще не до конца осознали это. Следовательно, возникает необходимость сопровождения и оказания помощи в профессиональном выборе.

Процесс перехода из школы в техникум – достаточно сложный, он связан с освоением новой социальной роли. В процессе адаптации студент сталкивается с существенными изменениями в своей деятельности и окружении. У него меняются внутренние установки, происходит переосмысление ценностей, и он начинает по-новому воспринимать как окружающих, так и себя.

Процессы адаптации первокурсников к новой образовательной среде были предметом изучения зарубежных и отечественных ученых, таких как В.Н.Дружинина, А.В. Карпов, В.И. Ковалев, И.Н. Лычагина, В.И. Медведев, Е.И. Муратова, Е.А. Осипов, Ю.П. Поваренков, А.А. Виноградова, Э.О.Леонтьева, Л. Фестингер, А. Маслоу и др.

А.Г. Асмолов, А.В. Мудрик, М.П. Гурьянова, Е.В. Бондаревская, В.Т.Лисовский и др. занимались вопросами исследования адаптации учащихся в современном обществе и их личностным самоопределением.

На основе анализа литературы, обобщения практического опыта и выявленных противоречий возникает проблема, связанная с необходимостью определения конкретных условий, способствующих успешной адаптации студентов первого курса в техникуме.

Объект исследования – психолого-педагогическое сопровождение первокурсников в техникуме.

Предмет исследования – психолого-педагогическое сопровождение адаптации первокурсников в техникуме.

Цель исследования - изучить особенности психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме.

Гипотеза исследования: программа психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме способствует повышению показателей успешной адаптации: принятие себя и окружающих, повышение уровня эмоционального комфорта, внутреннего контроля, снижение уровня эскапизма.

Задачи исследования.

1. Провести теоретический анализ литературы по проблеме психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме.

2. Выявить психологические особенности адаптации у первокурсников, обучающихся в техникуме.

3. Разработать и апробировать программу психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме.

4. Оценить результативность программы психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования: теоретические: анализ литературы по теме исследования; анализ передового опыта педагогов и психологов; эмпирические: наблюдение, беседа, эксперимент, изучение документов.

Методики исследования: тест тревожности Ч. Спилбергера-Ханина; диагностика социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р.Даймонда; методика диагностики адаптированности студентов Т.Д. Дубовицкой, А.В.Крыловой.

База исследования: Озинский техникум строительных технологий и сервиса. Саратовская область, р.п. Озинки.

Экспериментальная выборка: 30 студентов первого курса техникума в возрасте 16-18 лет, из них 15 юношей и 15 девушек.

Структура работы. В структуру работы входят введение, две главы, заключение и список использованных источников.

Во введении раскрывается актуальность работы, перечислены цель и задачи исследования, описаны экспериментальная база и экспериментальная выборка, представлены методы и методики исследования.

В первой главе анализируется феномен адаптации в науке, рассматриваются ее ключевые механизмы и факторы, обсуждаются особенности адаптации студентов первого курса техникума.

Во второй главе представлены результаты диагностики адаптации первокурсников техникума, раскрывается основное содержание программы психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме, проводится анализ эффективности разработанной программы.

В заключении подводятся итоги проведенного исследования, делаются выводы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Теоретические аспекты изучения проблемы адаптации первокурсников в техникуме» проводится теоретический анализ феномена адаптации в науке; рассматриваются психофизиологические особенности первокурсников техникума; рассматриваются структурные компоненты учебной деятельности первокурсников в техникуме; проводится анализ специфики психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме.

Во второй главе «Эмпирическое исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации первокурсников в техникуме» приводятся результаты эмпирического исследования, в частности, осуществляется составле-

ние и апробация программы психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации. В заключении работы содержатся основные выводы исследования, полученные по результатам проведенного исследования.

Этапы эмпирического исследования:

- 1) констатирующий этап;
- 2) формирующий;
- 3) контрольный этап.

Исследование проводилось на базе Озинского техникума строительных технологий и сервиса (Саратовская область, р.п. Озинки). В исследовании приняли участие 30 первокурсников в возрасте 16-18 лет. С целью дальнейшего определения эффективности психолого-педагогического воздействия на первокурсников техникума после проведения преобразующего эксперимента, 30 студентов были поделены на 2 группы по 15 человек в каждой.

Рассмотрим полученные результаты по методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.

Результаты, полученные по данной методике, свидетельствуют о низком уровне социально-психологической адаптации студентов, что выражается в непринятии себя, других, эмоциональном дискомфорте, необходимом внешнем контроле, ведомости и эскапизме, которые являются препятствующими факторами на пути к успешной и благополучной адаптации первокурсников техникума.

Рассмотрим полученные результаты по методике «Адаптированность студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой.

Исходя из полученных данных по методике «Диагностика адаптированности студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой, можно сделать выводы о том, что у рассматриваемых групп студентов первого курса техникума наблюдаются трудности адаптации, главным образом, преобладающими в отношении адаптированности к учебной деятельности и адаптированности к учебной группе.

Рассмотрим полученные результаты по методике оценки тревожности Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина.

Таким образом, подводя итоги констатирующего этапа исследования, можно сделать выводы:

- Результаты адаптированности студентов, согласно полученным данным, характеризуются наличием ряда трудностей, препятствующих овладению обучающимися новой социальной роли (студент), установлению адекватных взаимоотношений со сверстниками, снижению эмоционального самочувствия, удовлетворенности результатами собственной деятельности.
- Учебно-профессиональная адаптированность также характеризуется показателями низкого уровня адаптации первокурсников техникума, что выражается в виде недостаточного овладения учебными умениями, навыками.
- Была выявлена следующая закономерность: чем ниже показатели адаптированности, тем выше уровень реактивной и личностной тревожности студентов первого курса техникума.

На формирующем этапе экспериментального исследования была разработана и реализована программа, направленная на помощь первокурсникам в процессе адаптации в техникуме. Апробация происходила на экспериментальной группе испытуемых с высоким уровнем тревожности. Количество участников группы – 15 человек.

Продолжительность социально-психологического тренинга «Я среди других», рассчитанный на 15 занятий, продолжительностью 30 минут. В программе последовательно создавались определенные условия, которые обеспечивали решение поставленных задач. На первом, профилактическом этапе, со студентами проводятся тренинги для знакомства, направленные на быстрое формирование сплоченных групп. В каждой группе осуществляется диагностическое исследование, чтобы выявить особенности развития психических процессов. Также проводятся классные часы для определения трудностей в организации коллектива и адаптации бывших абитуриентов к учебному процессу.

На втором этапе педагог-психолог проводит коррекционно-просветительскую работу. Для студентов организуются тренинги личностного роста и уверенности в себе, а также социально-психологические тренинги, направленные на сплочение студенческих групп. Проводятся классные часы, консультации для студентов, классных руководителей и воспитателей. Также осуществляется работа по определению первичных результатов и корректировке программ развития студенческого сообщества первокурсников, диагностика динамики позитивных изменений в адаптивности студентов-первокурсников и выявление группы «риска».

Рассмотрим полученные результаты по методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.

Таблица 4 – Результаты диагностики уровня социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда у студентов первого курса техникума на контрольном этапе эксперимента

Группы	Уровень в %					
	Низкий		Средний		Высокий	
	Человек	%	Человек	%	Человек	%
Первая группа	3	20	8	53,33	4	27
Вторая группа	6	40	8	53,33	1	7

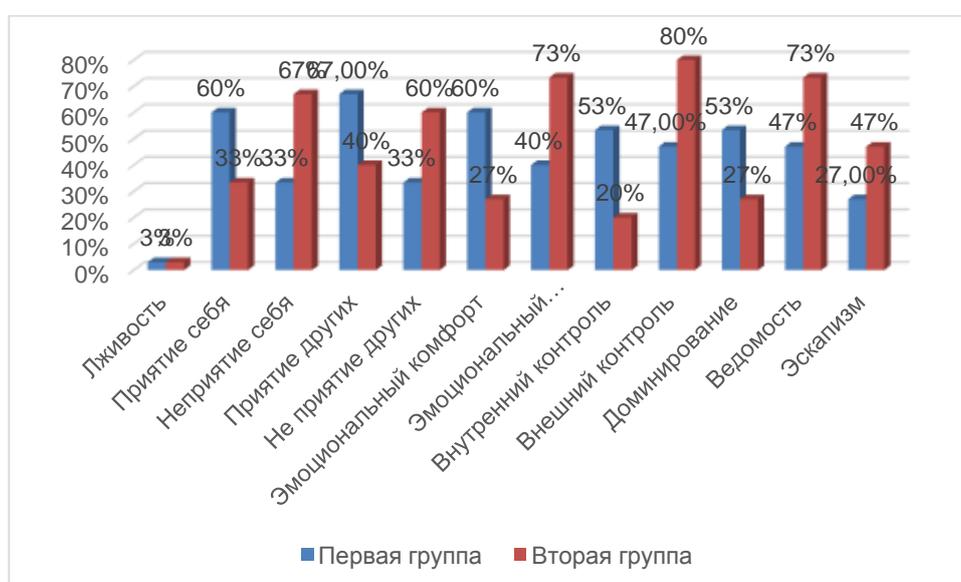


Рисунок 2 – Результаты диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р. Даймонда у студентов первого курса техникума на контрольном этапе эксперимента

После проведения коррекционных мероприятий с первой группой студентов, направленных на повышение уровня адаптации, были получены результаты, в которых отмечается динамика у студентов первой группы по сравнению со студентами второй группы, на которых не было оказано психолого-педагогического воздействия в рамках представленной нами программы. Так, у студентов первой группы 3 человека (20%) установлены показатели низкого уровня, в то время как во второй группе таких студентов 6 (40%). Показатели среднего уровня наблюдаются у 8 учащихся (53,33%) из обеих групп. Высокий уровень отмечается у 4 (27%) студентов первой группы. Такие показатели свидетельствуют о том, что у студентов первой группы произошли сдвиги в положительную сторону относительно адаптации в техникуме, они стали проявлять больше инициативы, у них появилось более позитивное отношение к техникуму, учебный материал стал осваиваться ими гораздо успешнее.

Рассмотрим полученные результаты по методике «Адаптированность студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой.

Таблица 5 – Результаты диагностики «Адаптированность студентов в вузе» по методике Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой у студентов первого курса техникума на контрольном этапе эксперимента

Группы	Уровень в %		
	Шкала адаптированности к учебной деятельности		
	Низкий	Средний	Высокий
Первая группа	4 (27%)	9 (60%)	2 (13,3%)
Вторая группа	6 (40%)	8 (53,3%)	1 (7%)
	Шкала адаптированности к учебной группе		
	Низкий	Средний	Высокий
Первая группа	7 (47%)	6 (40%)	2 (13,3%)
Вторая группа	5 (33,3%)	8 (53,3%)	2 (13,3%)

Исходя из данных таблицы, можно сделать следующие выводы. По шкале адаптированности к учебной деятельности низкие показатели были выявлены как преобладающие и проявились у 4 (27%) участников исследования первой группы и у 6 (40%) второй группы. Средние значения наблюдаются у 9 (60%) студентов первого курса первой группы и у 8 (53,3%) второй. Высокий уровень наблюдается у участников первой группы 2 (13,3%) и второй группы 1 (7%). Такие данные свидетельствуют о том, что у студентов техникума первой группы появилось осознанное стремление и интерес к обучению, учебным предметам.

Рассмотрим полученные результаты по методике оценки тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина.

Таблица 6 – Результаты диагностики уровня тревожности у первокурсников техникума по методике оценки тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина на контрольном этапе эксперимента

Уровень тревожности	Первая группа	Вторая группа
Реактивная тревожность		
Низкая	6 (40%)	3 (20%)
Умеренная	5 (33,3%)	7 (47%)
Высокая	4 (27%)	5 (33,3%)
Личностная тревожность		
Низкая	5 (33,3%)	1 (7%)
Умеренная	6 (40 %)	7 (47%)
Высокая	4 (27%)	7 (47%)

В первой группе студентов по шкале реактивной тревожности наблюдаются улучшения: показатели низкого уровня наблюдаются у 6 (40%) студентов, умеренного уровня – у 5 (33,3%), высокого уровня у 4 (27%), такие данные свидетельствуют об улучшении показателей после проведения психолого-педагогических мероприятий. У первокурсников второй группы наблюдаются ухудшение показателей и повышение уровня тревожности, так как с ними не было проведено психолого-педагогических мероприятий, направленных на повышение уровня адаптации.

Были получены следующие результаты по шкале личностной тревожности. В первой группе увеличилось число испытуемых с низким уровнем тревожности – 5 (33,3%), что больше на 3 (20%) студентов, умеренный уровень у 6 (40%), высокий уровень сократился на 4 (26,6%) по сравнению с констатирующим этапом исследования. Показатели личностной тревожности у участников второй группы стали ниже, так как с ними не проводились коррекционные мероприятия. Личностная тревожность представляет собой конституциональную черту, обуславливающую склонность воспринимать угрозу в широком диапазоне ситуаций.

Таким образом, по результатам контрольного эксперимента установлено, что были повышены показатели социально-психологической и учебно-профессиональной адаптированности:

- студенты адекватно воспринимают новую социальную роль, налаживают взаимоотношения со сверстниками, у них улучшились показатели эмоционального самочувствия, появилась удовлетворенность результатов собственной деятельности;
- наблюдается успешное овладение учебными умениями, навыками, а также повышение академической успеваемости.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Адаптация первокурсников в образовательной среде техникума представляет собой сложный и многогранный процесс, который требует особого внимания как со стороны педагогов, так и со стороны психологов. Переход от школьного обучения к более самостоятельному и ответственному обучению в техникуме часто становится для студентов настоящим испытанием.

Адаптация первокурсников не ограничивается лишь академическими трудностями; включает в себя социальные, эмоциональные и личностные аспекты, которые играют значительную роль в формировании успешной учебной и социальной идентичности студентов.

В связи с этим целью нашего исследования стало психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации первокурсников в техникуме. Проведенное исследование позволило получить следующие результаты.

1. Согласно проанализированным данным, адаптация студентов-первокурсников проходит у всех по-разному. Одни из них достаточно быстро и легко добиваются положительных результатов, при этом у них хорошее самочувствие; другие же только после перестройки поведения и психики осваивают программу обучения. У части студентов период адаптации затягивается и характеризуется ухудшением самочувствия, снижением психологических и физических возможностей. Нарушения психологического характера препятствуют успешной адаптации и могут привести в результате к отчислению из техникума в связи с нежеланием учиться.

2. На констатирующем этапе эксперимента был выявлен низкий уровень социально-психологической адаптации студентов, что выражается в неприятии себя, неприятии других, эмоциональном дискомфорте, необходимом внешнем контроле, ведомости и эскапизме, которые являются препятствующими факторами на пути к успешной и благополучной адаптации первокурсников техникума. У первой и второй групп студентов первого курса техникума наблюдаются трудности адаптации, преобладающие в отношении адаптированности к учебной деятельности и адаптированности к учебной группе, отмечается высокий и умеренный уровень тревожности, что объясняется наличием низкого уровня адаптированности студентов первого курса техникума.

Нами была разработана программа психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первокурсников в техникуме. Цель программы - психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации первокурсников в техникуме. Программа была направлена на подготовку студентов к новым условиям обучения, установление и поддержание социального статуса студента в новом коллективе, приспособление к особенностям выбранной про-

фессии и учебной группы, создание дополнительных пространств самореализации личности во внеурочное время, предупреждение и снятие у студентов психологического и физического дискомфорта, связанного с образовательно-воспитательной средой. Основными блоками формирования благоприятного социально-психологического климата явились организация образовательного процесса, организация работы социально-психологической службы техникума, направленной на создание благоприятного социального и психологического климата, организация воспитательной работы, направленной на формирование социальной активности, привлечение органов студенческого самоуправления к адаптации первокурсников и дальнейшему их сопровождению в учебно-воспитательном процессе, проведение мероприятий по адаптации студентов к новым жилищно-бытовым условиям проживания в общежитии. С

3. Оценка результативности программы адаптации первокурсников в техникуме на контрольном этапе исследования показала повышение показателей социально-психологической и учебно-профессиональной адаптированности: студенты адекватно воспринимают новую социальную роль, налаживают взаимоотношения со сверстниками, у них улучшились показатели эмоционального самочувствия, удовлетворены результатами собственной деятельности; наблюдается успешное овладение учебными умениями, навыками, а также повышение академической успеваемости.

Таким образом, поставленная цель и задачи работы решены, гипотеза нашла свое подтверждение.