ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕЛЯБИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»

Программа психодиагностического исследования проблем адаптации первокурсников в творческом вузе

УТВЕРЖДАЮ
Ректор
_____ С. Б. Синецкий
«___» _____ 2025 г.

Принято ученым советом
протокол № 3
от «24» 10 2025 г.

Концептуальные основы программы

Целью образовательного процесса в ЧГИК является создание условий для формирования гармонично развитой личности, с мировоззренческими позициями и установками в отношении обучения и профессии, обеспечивающие способность и готовность выпускника к высоким личностным достижениям. Адаптация, как процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебной работы, является важным этапом образовательного процесса. Степень социальной адаптации первокурсника в вузе определяет множество факторов: индивидуально-психологические особенности человека, его личностные, деловые и поведенческие качества, ценностные ориентации, академическая активность, состояние здоровья, социальное окружение и т. д.

Успешная адаптация обучающихся к учебе в вузе является залогом дальнейшего успешного развития каждого студента, будущего специалиста. Ускорение процессов адаптации первокурсников к новому для них образу жизни и деятельности, исследование психологических особенностей, психических состояний, возникающих в учебной деятельности на начальном этапе обучения, а также выявление педагогических и психологических условий активизации данного процесса являются чрезвычайно важными задачами. Профессиональная деятельность студента после окончания вуза во многом зависит от уровня адаптации к новой образовательно-воспитательной среде. Поиск путей активизации социально-психологических и педагогических условий, способных обеспечить процесс адаптации студентов-первокурсников, обусловил разработку данной программы, в которой определены основные задачи адаптации студентов и основные компоненты, позволяющие достичь положительные результаты адаптации, успешное включение студентов в учебную и профессиональную деятельность.

Реализация данной программы обеспечивает наиболее полное и эффективное приспособление студентов к условиям вуза, а также формирование у них новой системы жизнедеятельности, развитие научных, организаторских и коммуникативных способностей.

Цель программы: создание благоприятного психологического климата, способствующего успешной адаптации студентов-первокурсников в вузе.

Задачи программы:

1. Осуществление комплекса мероприятий (психодиагностического и профилактического направлений) для первокурсников, направленных на предотвращение стрессовых состояний.
2. Установление и поддержание социального статуса студентов в новом коллективе.
3. Приспособление к особенностям выбранного направления подготовки/ специальности и к учебной группы.
4. Создание дополнительных пространств самореализации личности во внеурочное время.
5. Предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 45880B7BBB8A2AEBAD39360286A0AA3C
Владелец: Синецкий Сергей Борисович
Действителен: с 29.09.2025 до 23.12.2026

Срок реализации программы. Программа рассчитана на период с 2025 по 2028 годы.

Ожидаемые конечные результаты: приспособленность студентов к новой образовательной среде, без ощущения внутреннего дискомфорта и бесконфликтное сосуществование в данной образовательной среде.

1 этап: Первичная диагностика.

На данном этапе проводится психодиагностическое обследование групп первокурсников с целью выявления студентов, испытывающих трудности в адаптации к новой образовательной и социальной среде. В работе используются диагностические методики:

- Тест «Склонность к риску» К. Левитина (определение информации о склонности молодежи к риску), методика является модификацией широко распространенного вопросника для изучения принятых рискованных решений и строится по типу прожективных тестов.
- Методика Г.Н. Казанцевой «Диагностика общей самооценки личности» (определение уровня самооценки личности).
- Методика «Шкала тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина». Предназначена для определения самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивной тревожности) и личностной тревожности (устойчивая характеристика личности).
- Тест «Психологический климат в группе». Данный тест отражает степень благоприятности психологического климата в группе. Студенты могут оценивать психологический климат в группе, как очень плохой, он может быть им безразличен или же наоборот высоко оценивать психологический климат в группе.
- Анкета «Трудности адаптации в условиях новой учебной деятельности», позволяет определить трудности адаптации студентов нового набора.
- Анкетирование «Оценка суицидальной реакции» П. И. Юнацкевича – определяет различные уровни склонности к суицидальным реакциям у студентов.
- Методика Айзенка позволяет определить характерологические особенности личности по 32 типам и отнести ее к одному из предложенных автором, а также определить выраженность таких психических показателей, как экстраверсии, интроверсии и нейтотизма.

Результаты первичной диагностики позволяют провести первичное ознакомление с возможными трудностями в обучении и адаптации у студентов, а также становятся основой для проведения профориентационной работы с будущими студентами. Данная работа позволяет создать положительную установку студентов на дальнейшее обучение, повысить их мотивированность, заинтресованность, настроить на достижение успеха. Работа с психологом помогает лучше понять себя, свои проблемы и наметить пути саморазвития.

На первом этапе важно выделить студентов «группы риска», у которых по тем или иным причинам могут возникнуть определенные трудности в адаптации. После проведения анализа результатов первичной диагностики первокурсников необходимо провести индивидуальные беседы с кураторами групп, чтобы дополнить сведения о студентах педагогическими наблюдениями, в результате чего и выделяются студенты, требующие особого внимания и контроля.

2 этап: Углубленное диагностическое обследование.

На этом этапе ведется работа со студентами, показавшими низкий уровень адаптации к обучению в вузе, и со студентами, попавшими в группу риска, у которых предполагаются внутренние психологические конфликты и ряд других проблем. Данная диагностика носит индивидуальную направленность.

Психологические методики для углубленного обследования личности выбираются в зависимости от причин, влияющих на низкий уровень адаптации и попадания студентов в «группу риска»:

- низкая успеваемость – методики на измерение уровня интеллекта, внимания, памяти и т.д.;
- низкая посещаемость – методики определения ценностных ориентаций и мотиваций к обучению и получению профессии;
- девиантное поведение – методика на определение акцентуаций характера;
- семейные, личностные проблемы – методики Люшера, Кеттела, методика первичной диагностики и выявления детей «группы риска» (М.И. Рожков, М.А. Ковальчук, психотерапевтическая беседа и другие).

Если студент успешно обучается и его психологический статус находится в пределах критериев адаптационного благополучия, то проведение каких-либо дополнительных обследований представляется ненужным.

3 этап: Сопровождающий.

На данном этапе работа строится в рамках коррекции и раскрытия индивидуальных особенностей каждого студента для повышения уровня адаптации к вузу и достижения личностной зрелости. Используются формы работы:

- Занятия с элементами тренинга.
- Индивидуальное консультирование.
- Профилактические беседы.

4 этап: Итоговая диагностика.

На этом этапе используется тот же диагностический инструментарий, который был на первом этапе.

В процессе развития личности будущего специалиста особую роль играет начальный этап его профессионального обучения. Сложность его заключается в том, что у молодого человека происходит перестройка всей системы ценностных ориентаций, осваиваются новые способы познавательной деятельности и формируются определенные типы и формы межличностных связей и отношений. И чем эффективнее пройдет адаптация студентов, тем выше будет психологический комфорт, учебная мотивация, направленность и характер учебной деятельности. Поэтому очень важна психодиагностическая работа, так как на ее основе можно вовремя распознать и исправить имеющиеся проблемы в адаптации у студентов 1 курса. Данный комплекс реализуемых методик и дальнейшее психологическое сопровождение адаптации положительно отражается на психоэмоциональном состоянии, здоровье, интеллектуальном и творческом потенциале и, соответственно, успеваемости, что снижает отчисление студентов течение учебного года. Социально–педагогическая адаптация студентов – первый этап развития, формирования творческой личности как субъекта профессиональной деятельности. Приходя в вуз получить профессию и изучая различные дисциплины, студенты должны приобретать нечто более значимое, чем знания по конкретным предметам – это уверенность в себе, развитые речь и мышление, память, коммуникабельность, ответственность, стремление к самообразованию.

Диагностический инструментарий, используемый для изучения адаптации студентов:

- Тест «Склонность к риску» К. Левитин.
- Методика - опросник Казанцевой Г.Н. (диагностика уровня самооценки личности).
- «Диагностика общей самооценки личности».
- Методика «Шкала тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина».
- Тест «Состояние психологического климата в группе»
- Анкета «Трудности адаптации в условиях новой учебной деятельности»

- Анкета оценки суицидального риска.
- Методика Айзенка – диагностика характерологических особенностей личности.

Коррекционно-развивающая программа адаптации студентов первокурсников

Коррекционно-развивающая программа адаптации «Адаптация студентов первокурсников» направлена на снижение уровня дезадаптации. Данная программа ориентирована на групповую форму работу. Каждое занятие носит тематический характер. Данная программа разработана с учетом результатов вводной диагностики адаптации первокурсников к колледжу. В программе используются метод проведения занятий с элементами тренинга – активного обучения, направленного 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».

Данная программа помогает решить следующие задачи:

- снизить уровень дезадаптивного поведения студентов;
- нормализовать межличностные отношения;
- снизить личностную тревожность;
- помочь скорректировать уровень самооценки;
- повысить мотивацию студентов к обучению.

Цели программы:

- развитие коммуникативных навыков;
- развитие у юношей и девушек отношения к себе как к самоценной личности;
- развитие умения находить свое место в учебной группе и совместной деятельности;
- снижение уровня агрессии.

Коррекционная программа нацелена на развитие социального интеллекта, снижение уровня агрессии, повышение мотивации к учебе. Развивая систему психических способностей, которые обеспечивают понимание поступков и действий человека, вербальной и невербальной экспрессии (т.е. развивая социальный интеллект), можно оказать помощь студенту в его адаптации к социальным условиям. Программа состоит из 6 занятий, составлена с учетом психофизиологических особенностей участников учебной группы, каждое занятие рассчитано на продолжительность не более одного часа и включает обсуждение заданных тем, психологические упражнения, обыгрывание ситуаций.