## Введение

Многие исследования в психологии утверждают, что эффективность деятельности студентов зависит от взаимодействия индивидуальных особенностей и социокультурной среды. Однако они рассматривают лишь теоретические аспекты, а методики и результаты в них не представлены. Поэтому актуальность проблемы связана с малой изученностью процесса взаимодействия студента с образовательной средой (ОС) ВУЗа и последствий этого взаимодействия.

Изменение окружающей обстановки, привычных условий, сферы общения и ритма жизни, повышение требований к самостоятельности и ответственности, интенсивные умственные нагрузки вызывают хроническую эмоциональную напряженность, тревожное состояние, провоцируя снижение социально-психологической адаптации, что в свою очередь отрицательно влияет на наиболее полное личностное развитие и психическое здоровье студентов ВУЗа.

## Влияние индивидуально-типологических особенностей на восприятие студентами образовательной среды педагогического ВУЗа

Целью исследования явилось выявление особенностей восприятия образовательной среды студентами. Мы предполагаем, что восприятие студентами образовательной среды зависит от влияния индивидуально-типологических особенностей личности. Анализ и обобщение научно-методической литературы. Психодиагностическая методика В.М. Русалова (опросник формально - динамических свойств индивидуальности).

Анкетирование по методике "Флопс" (формально-личностный опросник психологических свойств) - коллективная разработка.

В рамках проведенного нами исследования на 1-м, 3-м и 5-м курсах специальностей "Педагогика и психология", "Безопасность жизнедеятельности", "Физическая культура и спорт" с использованием опросника формально-динамических свойств индивидуальности В.М. Русалова, мы выделили 3 категории респондентов, имеющих высокие нормативные значения психомоторной (ПА), интеллектуальной (ИА) и коммуникативной (КА) активностей. Всего в эксперименте приняло участие 87 студентов.

Результаты исследования показали, что на 1-м и 3-м курсах отсутствуют высокие показатели ИА (табл.1). Очевидно, что студенты первых курсов слабо представляют себе будущую профессию. Изучая потребность в общении можно отметить, что у 41% респондентов 5-го курса выявлен высокий уровень КА, а на 1-ом курсе лишь у 34%.

Рассматривая показатели проявления интереса к профессии по 3 группам факторов (экстернальная, интернальная, коммуникативная) для студентов всех видов активностей наибольший интерес представляет экстернальная группа (ПА - 45%, ИА - 54%, КА - 48%), что возможно вызвано высокой требовательностью к качеству учебных занятий и потребностью в профессиональных знаниях. К непривлекательной группе факторов испытуемые отнесли интернальную (ПА - 29%, ИА - 31%, КА - 26%), что может быть обусловлено либо потребительским отношением к обучению, либо нежеланием самостоятельно выполнять учебные задания.

## Состояние тревоги, как фактор социально-психологической адаптации студентов первого курса

В настоящее время понятие "тревоги" и "тревожности" давно вышли за пределы психиатрии и стали привычными в психологии, физиологии и этологии, что подчеркивает общебиологическую значимость этих понятий, объединяя различные их проявления у человека.

По мнению И.Н. Михайленко, Ю.Л. Нулери, И.В. Дубровина, А.И. Захарова, Б.И. Кочубей, В.Р. Кисловской, стойкое отсутствие эмоционального благополучия приводит к формированию неустойчивой самооценке и проявляется в возникновении ситуативной и личностной тревожности, снижение психосоматического здоровья. Высокий уровень тревожности обычно сопровождается неадекватным поведением личности и снижает результативность деятельности, отмечается в работах А.М. Прихожан, А.С. Рубенштейна.

Одним из средств снижения уровня тревожных состояний личности, регуляции ситуативной тревожности и соответственно снижение социально-психологической адаптации по праву считается социально-психологический тренинг (А.С. Гормин, А.И. Захаров, В.Р. Кисловская, А. Адлер, Л. Уэндер, П. Шильдер, Т. Барроу, А. Вольф). Эффективность групповых методов работы при проведении социально-психологического тренинга подчеркивается в работах И.В. Вачкова (2003), М.Р. Битянова, В.В. Давыдова (1998). На эффективность применения групповых методов работы С.А. Бадмаев (1997) указывает, отмечая, что групповая работа дает ощутимый толчок к личностному развитию, улучшению социально-психологической адаптации, уменьшению тревожно-депрессивной симптоматики.

В своей работе мы опирались на труды А.Ф. Анн (2003), и исходили из следующего: при снижении высокого уровня тревожности в подростковом и юношеском возрасте работа должна быть направлена на формирование общения, коррекцию самооценки, преодоление внутренние конфликтов.

На протяжении четырех лет на базе СГУПС проводится социально-психологический тренинг развития коммуникативных навыков. Кафедрой профессионального обучения, педагогики и психологии были разработаны:

Методики проведения тренинга для студентов I курса;

Критерии оценки уровня адаптации и тревожности студентов;

Установлено, что:

1) Обратная корреляционная зависимость между факторами социально-психологической адаптации, личностной и ситуативной тревожностью, так как числа -0,9 (зависимость между ситуативной тревожностью и адаптацией), - 0,7 (зависимость между личностной тревожностью и адаптацией) приближенно к -1, что говорит о наличии взаимосвязи социально-психологической адаптации с личностной тревожностью.

2) Студенты с высокой личностной тревожностью проходят процесс социально-психологической адаптации сложнее, что имеет отрицательное влияние на учебный процесс.

3) Студенты СГУПС не принимавшие участие в тренинге менее адаптивны, из этой группы отчисленных студентов составило 40%.

Внедрение в процесс обучения социально-психологического тренинга, позволяет снизить уровень тревожности и повысить социально-психологическую адаптацию.

## Психологическая технология развития адекватного профессионального образа Я студента - первокурсника

В связи с изменяющейся структурой общества обостряется проблема активности субъекта в профессии, на первый план выходит необходимость в самосовершенствовании, саморазвитии.

Потребность в самосовершенствовании является одной из составляющих личностно-профессиональной сферы субъекта. Основой ее становления является дифференцирование понятий Я-идеальное и Я-реальное.

В процессе становления профессионала часто недооценивается образ Я, студенты не могут преодолеть стереотипы собственного самовосприятия. В предыдущем исследовании были выявлены статистически значимые различия между реальным и идеальным профессиональным образом Я у студентов первого курса гуманитарного направления.

Одним из способов реализации решения проблемы является создание условий для достижения профессиональной идентичности, повышения уверенности в себе, развития компетентности, построения адекватного образа Я. В качестве таких условий могут выступать разнообразные психологические техники и технологии, активизирующие профессиональное развитие.

Разработанная психологическая технология развития профессионального образа Я строилась в соответствии с технологией, разработанной Л.М. Митиной, а также с учетом материалов специальных тренинговых групп по психологическим условиям развития профессионального самосознания (И.В. Орлова, В.Г. Маралов, Л.Б. Шнейдер, Л.Н. Макарова).

Цель данной технологии: формирование адекватного профессионального образа Я, предполагающего постоянную работу субъекта по развитию и детализации внутреннего образа профессиональной деятельности.

Структура технологии состоит из четырех стадий (подготовка, осознание, переоценка, действие). Каждая стадия включает ситуации активного взаимодействия участников, психогимнастические игры, психотехники, способствующие актуализации потребностей и возможностей участников в личностном и профессиональном саморазвитии.

Каждое занятие состоит из трех частей: разминочной (традиционно "разогревающие" упражнения, создающие соответствующее эмоциональное настроение участников), основной (планируется исходя из поставленных целей) и собственно рефлексивной (анализ, самоанализ произошедших в ходе занятий изменений). В технологии помимо упражнений, психологических техник, использовалась арт-терапевтическая методика "Коллаж", а также главный методический прием - дискуссия. Технология рассчитана на 6 занятий (12 часов).

Реальный образ приблизился к идеальному после технологии по следующим шкалам: любознательность, воображение, интуиция, эмоциональность. Расширился реальный образ по оригинальности, тем самым приблизился к идеальному.

Таким образом, за время проведения технологии удалось улучшить некоторые структурные компоненты когнитивной составляющей профессионального образа Я.

2). Продолжением исследования выступило изучение аффективного компонента профессионального образа Я-реального и Я-идеального. Использовалась методика "20 высказываний" М. Куна и Т. Макпартлэнда.

В реальном профессиональном образе после применения технологии достоверных различий не обнаружено. В идеальном профессиональном образе Я показатели деятельностной характеристики достоверно ниже, чем до технологии. Также не выявлено статистически значимых различий в интеллектуальной, поведенческой, социальной характеристиках. Студенты показали достоверно большую степень расхождения в представлениях о своем идеальном профессиональном образе Я. Увеличилось пространство семантического поля по телесно-физической и эмоционально-личностной характеристикам.

Таким образом, полученные данные подтвердили предположение о том, что разработанная технология приводит к позитивным изменениям по многим параметрам, составляющим структуру профессионального образа Я.

Использование специально организованных, занятий, упражнений инициирует процесс обдумывания возможной коррекции тех или иных качеств или форм поведения, которые мешают развитию адекватного профессионального образа Я.

## Студенческое кураторство как решение проблемы

В настоящее время остро стала проблема воспитания студентов в университете: обязан ли ВУЗ заниматься этим? Если да, то кто этим займется? Во многих ВУЗах существуют Институты кураторов, но их работа оставляет желать лучшего, потому что, как правило, кураторы - это преподаватели, которые видят мир с преподавательской точки зрения, порой им сложно понять студентов. Свои обязанности они выполняют только формально. Почему же очень важно ответственно относиться к выбору будущего куратора?

С 2004 года в Томском политехническом университете (ТПУ) реализуется программа Элитного Технического Образования (ЭТО), которая представляет собой инновационную форму образовательного процесса. Помимо инновационного образования на базе ЭТО опробуется студенческое кураторство. Изначально предполагалось, что кураторами на ЭТО будут представители кадрового резерва ТПУ, но в связи с их большой занятостью первый набор студентов остался "без присмотра". Именно поэтому на ЭТО курировать группы первокурсников взялись студенты 2 курса Элитного Технического Образования. Пережив свой первый курс, они лучше других знают всю сложность адаптации к обучению на ЭТО.

Таким образом, главная цель кураторства на ЭТО - помочь студентам первого курса адаптироваться к обучению на ЭТО и в университете, т.е. почувствовать себя полноценным членом группы, найти свое место в коллективе, который разделяет твои ценности и моральные устои. Поставленные цели достигаются вовлечением первокурсников в жизнь ТПУ, проведением "часов куратора", которые больше напоминают дружеские беседы на общие темы, совместные походы выходного дня.

На первоначальном этапе кураторы являются идеологическим центром, так как они транслируют ценности Элитного образования. Второкурсники формируют у первокурсников активную жизненную позицию, мотивируют их к участию в различных мероприятиях, проводимых на ЭТО и в ТПУ.

В начале деятельности студенты - кураторы столкнулись с отсутствие идеального образа куратора у большинства студентов и недостаточной психолого-педагогической компетентностью у ряда кураторов - студентов. Это осложняло деятельность, но в тоже время способствовало становлению системы кураторства. Для увеличения эффективности кураторской деятельности в системе Элитного Технического Образования предусмотрена учёба кураторов с квалифицированным специалистом - психологом. Кураторы проходят тренинги "Знакомство с интерактивными технологиями работы с группой" и "Повышение психолого-педагогической компетентности куратора", помогающими второкурсникам устанавливать контакт с курируемой группой, формировать коллектив, определять ценностные ориентации и внутригрупповые нормы.

Каждый год для студентов первого курса ЭТО проводится Летняя школа в Киреевске, в которой кураторы второкурсники выступают в роли организаторов. Для кураторов Летняя школа начинается в апреле с разработки ее программы. Вся Летняя школа для них - это реальная возможность применить свои полученные навыки. Они проводят вечерние мероприятия, помогают решать возникающие проблемы, отслеживают активность студентов. По окончанию Летней школы подводятся итоги конкурса "Лучший куратор года".

Студенческое кураторство обладает определенными плюсами и минусами и может стать одним из путей решения проблемы воспитания в ВУЗе. Но, на мой взгляд, несмотря на все достоинства студенческого кураторства, оно применимо только в тех случаях, когда есть мотивация к созданию коллектива и студенты стремятся получить знания. Они обладают активной жизненной позицией, ценят другого человека и свою группу. Данную модель кураторства невозможно применять насильственно - результата не будет.

## Заключение

Изучая показатели удовлетворенности учебной деятельностью, мы выявили, что в большей степени респонденты удовлетворены обеспечивающими факторами, в меньшей - качеством подготовки. Интеллектуалы меньше других удовлетворены образовательной системой ВУЗа (лишь 28% положительно оценивают учебный процесс, 30% - качество подготовки, 36% - обеспечивающие факторы).

В ходе исследования мы выделили 4 группы факторов, обеспечивающих готовность к профессиональной деятельности: социальная, нормативная, процессуально-трудовая, рискогенная. Достаточно высоко студенты с КА оценили свои знания по процессуально-трудовому аспекту профессии - 38%. Социальный аспект профессиональной работы испытуемыми всех видов активностей оценивается низко.

Таким образом, результаты показывают, что формально-динамические особенности личности влияют на восприятие образовательной среды студентами, которое также зависит от курса обучения и особенностей будущей профессиональной деятельности.

Проведенное исследование на базе СГУПС позволило сформулировать и проверить следующее предположение: процесс адаптации будет успешным, если будет разработана и внедрена система тренингов, направленных на формирования эффективного общения, избавления от деструктивных установок, состояний (в том числе и тревожности), изменения самооценки, стойких коммуникаций, взаимодействия в группе.

## Литература

1. Астапов В.М. (2006) Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Психол. журн. №5, Т.
2. Вачков И.В. (2005) Основы технологии группового тренинга // Серия: практическая психология, М.
3. Гардеева Г.Ш. (2001) Формирование способности к самоуправлению психическими состояниями у студентов с высоким уровнем тревожности // Автореферат. канд. дис. М.
4. Емельянов Ю.Н. (2005) Социально-психологический тренинг: проблемы и перспективы. // Изд-во МГУ. СПб
5. Московцев В.А. (2008) Управление социальной адаптации студентов гуманитарного вуза к современной образовательной технологии // Автореферат.
6. Прихожан А.М. (2008) Причины, профилактика и преодоление тревожности // психол. наука и образование, №2.
7. Прохоров А.Ю. (2006) Неравновесные психические состояния и их характеристики в учебной и педагогической деятельности // Вопросы психологии, №4.
8. Рувинский Л.И. (2008) В целях скорейшей адаптации // Вестник высшей школы. Психология №10
9. Росляков П.Г. (2008) Социально-психологическая адаптация студентов в условиях вуза МПС // Автореферат, Ярославль.
10. Сидоренко Е.В. (2007) Тренинг коммуникативной компетенции в деловом взаимодействии // Серия: Психологический тренинг. СПб.
11. Москаленко О.В. Личностно-профессиональное развитие современного человека // Мир психологии. - 2008. - № 4.
12. Сарсенбаева Б.И. Психология личностного и профессионального самосовершенствования будущих педагогов: Монография. - М.: Моск. психол. - соц. ин-т, 2005.
13. Иванкина Л.И., Раточкина Л. А, Солодовникова О.М. (2007) Как помочь первокурснику стать студентом, Томск ТПУ.
14. Винниченко Н.Л. (2007) Педагогические аспекты воспитательной деятельности куратора, Томск ТПУ;
15. Андреева Г.М. (2002) Социальная психология в современном мире, М.
16. Вачков И.В. (2007) Психология тренинговой работы, М. Эксмо;
17. Климов Е.А. (2007) Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студентов пед. вузов. - М.: Академия.
18. Е.А. Климов (2004) Введение в психологию труда: учебник. - М.: Академия; Московский университет.
19. Панов В.И. (2003) Психология образовательной среды. Программа дисциплин. - М.: Международный независимый эколого-политологический университет.
20. Панов В.И. (2007) // Прикладная психология, №6.