

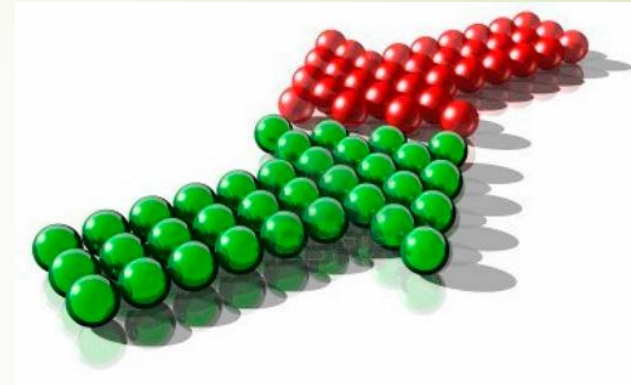


ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ САМОЧУВСТВИЕ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

***Корнилова Ольга Анатольевна
канд. пед. наук, доцент
Куратор 112 группы, педиатрии***

В проблеме адаптации студентов первого курса заложено **противоречие между**

- **желанием стать врачом, освоить будущую профессиональную деятельность**
- **и недостаточностью психологических резервов студента для приспособления к системе ВПО КрасГМУ, связанной со**
- **стрессовыми ситуациями,**
- **сменой привычного места жительства,**
- **появлением новых лиц среди окружения,**
- **изменением сложившихся стереотипов,**
- **непривычными по сравнению со школой новыми формами учебной деятельности и многим другим**



От адаптации студентов первого курса к системе ВПО в КрасГМУ зависит их

интеграция в новую студенческую жизнь
(увлеченность)

уровень профессиональной подготовки
(желание образовываться,
самообразовываться)

будущая профессиональная деятельность
(желание стать специалистом,
профессионалом)

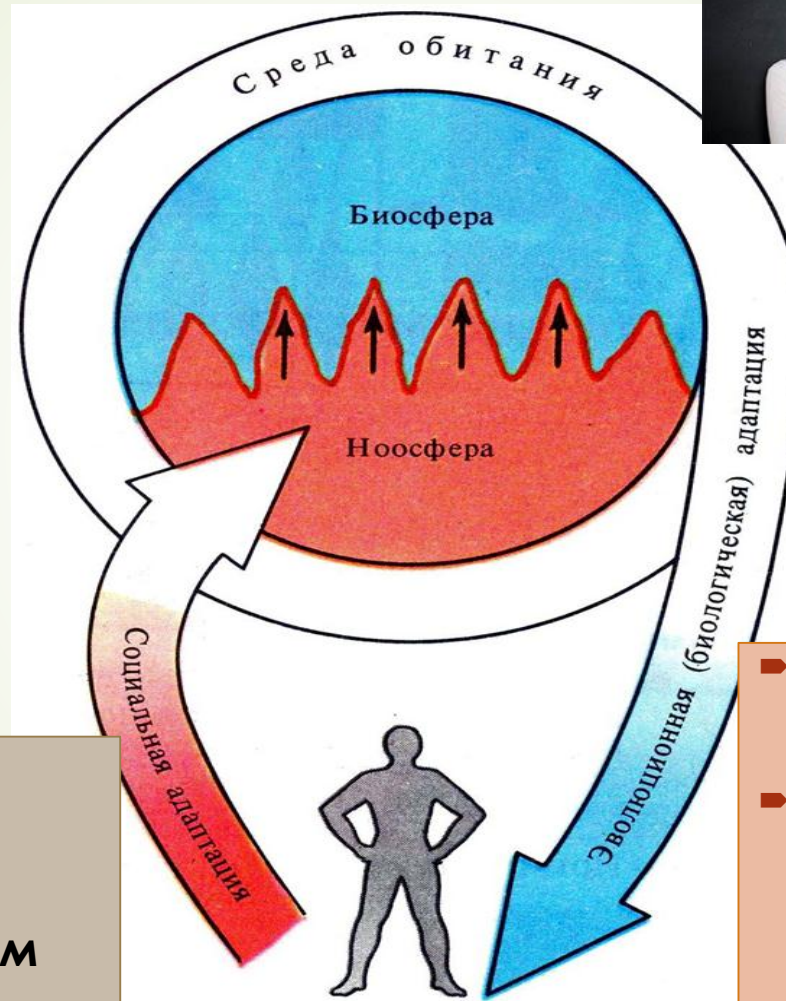


Что понимается под адаптацией?



Адаптация

- **приспособление организма к изменяющимся внешним условиям**
(С.И. Ожегов)



Адаптация

- с латинского *adaptatio* переводится как приспособление
- процесс приспособления организма, популяции или другой биологической системы к изменившимся условиям существования (функционирования)
(Медицинский словарь)

Полная адаптация студента первого курса включает комплекс элементов :

Физиологическую

Психологическую

Педагогическую

Профессиональную

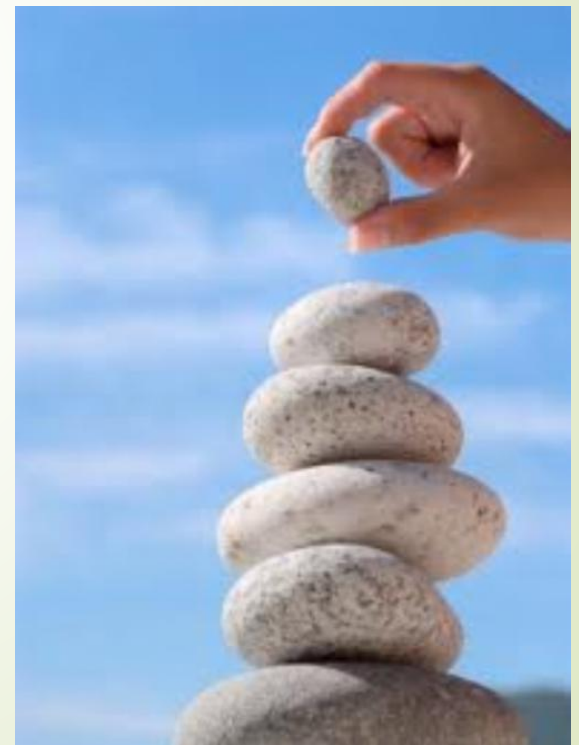
Управленческую

Экономическую адаптации



Что является основой адаптацией студента?

- сохранение относительного постоянства его внутренней среды - **гомеостаза**



Если рассматривать студента
первого курса – как
своеобразный организм, то

для него будут действовать в процессе
адаптации в вузе **два основных**
закона его существования:

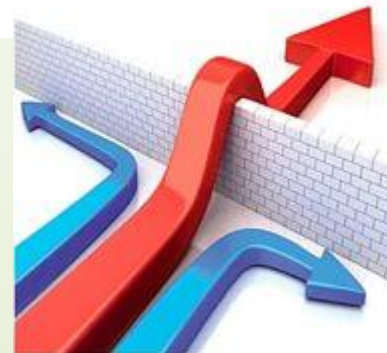
**ЗАКОН САМОРЕГУЛЯЦИИ
(ГОМЕОСТАЗА)**

**ЗАКОН РАЗВИТИЯ-
ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ**



Какое противоречие заложено в процессе адаптации ?

- между стабильностью и изменчивостью,
- стремлением к покою и движению,
- устойчивости и гибкости;
- разумном консерватизме и необходимыми инновациями;
- желание сохранить накопленное ранее,
- и одновременно защитить себя от нового, неизвестного, возможно даже пугающего.



Каков цикл адаптации студентов первого курса?



ЦИКЛ ДВИЖЕНИЯ:

цикл непрерывен, он пронизывает все обучение студента в вузе;

В этом цикле заложена спираль развития студента.



Как определяется степень адаптированности студента?

- **ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ САМОЧУВСТВИЕМ;**
- **отсутствием/наличием тревоги;**

РЕАКЦИИ АДАПТАЦИИ МОГУТ ПРОТЕКАТЬ:

- с депрессивным настроением;
- с тревожным настроением;
- со смешанными ЭМОЦИОНАЛЬНЫМИ чертами;
- с нарушением поведения;
- с нарушением работы или учебы;
- с аутизмом (без наличия депрессии и тревоги);
- с физическими жалобами.



Что понимается под «эмоциональным самочувствием» студента?

- ощущение или переживание
- эмоционального комфорта (благополучия) – дискомфорта (неблагополучия),
- связанного с различными значимыми аспектами студенческой жизни



Структура эмоционального благополучия студента (по Г.Г. Филипповой)



эмоция удовольствия – неудовольствия как содержание преимущественного **фона настроения**;



переживание комфорта как отсутствия внешней угрозы и **физического дискомфорта**;



переживание успеха - неуспеха в **достижении целей**;



переживание комфорта **в присутствии других людей и ситуациях взаимодействия с ними**;



переживание оценки другими **результатов активности**.

Студенту эмоционально хорошо в студенческой группе, когда он...



приходит в университет в хорошем настроении и в течение дня оно почти не меняется;



когда учебная деятельность его успешна или же переживается им как успешная;



когда отсутствует переживание опасности со стороны окружения;



когда есть друзья, с которыми хочется общаться, взаимодействовать и которые взаимно проявляют интерес;



когда к студенту первого курса хорошо относятся преподаватели и в целом все окружение и другое...

Эмоциональное благополучие студента зависит от психологического климата группы

- Использована методика А.Н. Лутошкина
«Шкала оценивания психологического климата в коллективе»
- для определения степени благоприятности психологического климата в группе студентов



Пилотажное исследование

- Две группы ФФМО по специальности педиатрия
- 22 человека (100%)
- 7 юношей (31,82%), 15 девушек (68,18%)





Результаты исследования

5 студентов первого курса (22,73%) - оценили психологический климат как весьма благоприятный;

12 студентов первого курса (54,55%) - оценили психологический климат в целом благоприятный;

1 студент первого курса (4,54%) оценивает психологический климат как неудовлетворительный;

4 студента первого курса (18,18%) имеют противоречивые тенденции и не могут объективно оценить свое эмоциональное благополучие во время нахождения в группе.



ВЫВОДЫ:

1 студент (4,54%) испытывает эмоциональное неблагополучие;

4 студента (18,18%) испытывают колебания между ситуациями эмоционального благополучия и неблагополучия;

Соответственно, 5 студентам (22,72 %) из 22 (100%) требуется психоэмоциональная помощь в адаптации.

Предлагаемое решение:

- Куратор должен оказать психологическую поддержку студентам испытывающим эмоциональное неблагополучие;
- Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий, способствующих укреплению психологического состояния здоровья студентов;
- Обучение кураторов в «Школе педагога-куратора» оказанию психологической поддержке.



Обучение студентов стратегиям социальной адаптации (по А.В. Лазурскому три уровня):

- • **личность всецело зависит от среды, окружение, внешние условия подавляют человека,** что является показателем недостаточного приспособления индивида к среде;
- • **приспособление к среде с пользой для себя и для общества;**
- • **творческое отношение к среде, когда индивид не только удачно приспособляется, но и воздействует на среду изменяя ее и преобразуя в соответствии со своими потребностями и влечениями.**

Спасибо за внимание!

