

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ

ДУБЕЦКАЯ АНАСТАСИЯ АНДРЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

ТРЕНИНГ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ
СОЦИАЛЬНО - ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ
У СТУДЕНТОВ-СИРОТ НА ПЕРВОМ КУРСЕ

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы

Юридическая психология

Обучающийся

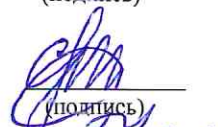
Руководитель

доцент каф. психол., канд. психол. наук.
(должность, ученая степень, ученое звание)

Нормоконтролер


(подпись)

А.А. Дубецкая
(инициалы, фамилия)


(подпись)

С.А. Томилова
(инициалы, фамилия)

(подпись)

Т.В. Колпакова
(инициалы, фамилия)

Допускается к защите

Зав.кафедрой _____


(ученая степень, ученое звание, инициалы, фамилия)

(подпись)
« 05 » 07 2024 г

Красноярск 2024

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы Юридическая психология

Выпускающая кафедра психологии

ЗАДАНИЕ
на выпускную квалификационную работу

Студенту(ке) Дубецкой Анастасии Андреевне группы 150-юп
(Ф.И.О. полностью)

1. Тема выпускной квалификационной работы «Тренинг как средство профилактики как средство профилактики социально-психологической дезадаптации у студентов- сирот на первом курсе»

(полное наименование темы согласно приказу)

утверждена приказом по институту от «12» 02 2024 г. № 16/1-ю
на основании решения заседания выпускающей кафедры психологии
Протокол от «06» 02 2024 г., № 06

2. Срок сдачи выпускной квалификационной работы «05» 07 2024 г.

3. Содержание выпускной квалификационной работы Введение; I Теоретические аспекты изучения психологического сопровождения студентов-сирот ,в период адаптации к обучению в вузе, II Экспериментальное изучение социально – психологической адаптации студентов – сирот и их психолого – педагогическое сопровождение, Заключение.

4. Консультанты по разделам выпускной квалификационной работы: нет.

5. График выполнения выпускной квалификационной работы: Разработка содержания структуры ВКР, уточнение задач, целей, объекта и предмета исследования (15.03.2024-20.03.2024);написание раздела ВКР, раскрывающего теоретические аспекты научной проблемы, подбор и составление списка литературы(21.03.2024-23.03.2024); формирование исследования, составление диагностического комплекса (06.05.2024-13.05.2024);исследование практической части ВКР , формирование выводов, рекомендаций (21.05.2024-29.05.2024);Доработка ВКР, оформление ВКР(10.06.2024-13.06.2024);подготовка доклада , иллюстрационных материалов к защите ВКР(14.06.2024-17.06.2024).

Дата выдачи задания «06» 02 2024 г.

Руководитель выпускной квалификационной работы

 С.А. Гущина
(подпись) (инициалы, фамилия)

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа 57 с., таблиц 5, рисунков 4, источников 40, приложений 6.

СОПРОВОЖДЕНИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ, СТУДЕНТЫ - СИРОТЫ, ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ, АДАПТАЦИЯ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

В настоящее время современное общество располагает достаточно серьезной проблемой, связанной с адаптацией студентов-сирот. Проблемы вступления в общество таких детей носят серьезный и разноплановый характер. Процесс психологического сопровождения студентов-сирот позволит создать механизмы адаптации к новым условиям: образовательной среде вуза, учебно-профессиональной деятельности, что будет способствовать максимальному сокращению адаптационного периода студентов-сирот.

Цель работы: изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы пришли к выводу, что система психологического сопровождения является эффективным средством успешной адаптации студентов-сирот к обучению в вузе.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
I ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СТУДЕНТОВ – СИРОТ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ	8
1.1 Психологическое сопровождение: понятие, составляющие	8
1.2 Причины трудностей адаптации у студентов-сирот	15
1.3 Роль психологической поддержки для студентов-сирот в процессе приспособления к учебе в университете	20
II ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-СИРОТ И ИХ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ	26
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики	26
2.2 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики	37
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	49
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	52
Приложение	

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время перед современным обществом стоит довольно серьезная проблема, связанная с адаптацией учащихся – сирот. Проблемы вхождения в общество таких детей серьезны и разнообразны.

Исследователи проблем сиротства отмечают, что именно эта категория детей испытывает наибольшее количество трудностей в период вступления во взрослую самостоятельную жизнь.

Без поддержки семьи и близких людей трудно, поэтому большинство детей–сирот не могут самостоятельно и успешно справляться с проблемами, возникшими в процессе адаптации во взрослом обществе. Социальный опыт, ранее приобретенный ребенком–сиротой в течение его жизни, не всегда достаточен, а иногда носит негативный характер. Поэтому в новых жизненных обстоятельствах, с которыми сталкивается сирота, в новой социальной роли студента, они приводят его к очередным проблемам, из которых он вынужден искать выход.

Важнейшей задачей обучения в вузе является, помимо прочего, обеспечение условий для формирования и обучения студента–сироты социальным навыкам, стимулирующим его потребность в самореализации и саморазвитии в процессе получения образования в вузе.

Процесс психологического сопровождения студентов–сирот позволит создать механизмы адаптации к новым условиям: образовательной среде вуза, учебной и профессиональной деятельности, что будет способствовать максимальному сокращению периода адаптации студентов–сирот.

В связи с актуальностью проблемы целью нашего исследования является изучение теоретических и экспериментальных аспектов психологической поддержки студентов–сирот в период адаптации к высшему образованию.

Объект исследования – психологическое сопровождение.

Предмет исследования – психологическое сопровождение студентов–сирот

в период адаптации к обучению в вузе.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме психологического сопровождения студентов–сирот в период адаптации к высшему образованию.
2. Провести экспериментальное исследование, направленное на изучение социально–психологической адаптации студентов-сирот.
3. Организовать психологическую поддержку студентов–сирот в период адаптации к обучению в вузе.
4. Провести повторное исследование социально-психологической адаптации студентов–сирот, проанализировать результаты проведенного исследования.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.
2. Эмпирические методы. Тестирование (методика «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс, Р. Даймонд)); методика «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов).

Методологической основой выступили труды исследователей по проблеме психологического сопровождения М. Р. Битяновой, А. А. Деркач, И. В. Дубровиной, Е. И. Казаковой, А. А. Майера, Ю. В. Слюсарева, А.П. Тряпицыной и другие; по проблеме социально-психологической адаптации детей-сирот В.В. Заморуевой, Н.В. Осиповой, О.А. Рудаковой, Ю.Ю. Сысоевой, А.А. Юриной.

Экспериментальная база исследования представлена СПбГУ ГА «Санкт- Петербургский университет гражданской авиации» в мае – июне 2024 года.

В исследовании приняли участие: экспериментальная группа – 30 студентов –сирот; контрольная группа – 30 студентов, воспитывающихся в

семьях. Возраст испытуемых 18-20 лет.

Этапы исследования:

1 этап – изучение теоретических аспектов психологического сопровождения студентов – сирот в период адаптации к обучению в вузе, определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот и студентов, воспитывающихся в семьях.

2 этап – организация психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе.

3 этап – проведение повторной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот и студентов, воспитывающихся в семьях, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности психологического сопровождения студентов-сирот в период адаптации к обучению в вузе, формулирование выводов, оформление ВКР.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в том, что в работе проанализирован и систематизирован материал по проблеме психологического сопровождения студентов – сирот в период адаптации к обучению в вузе. Полученные в ходе исследования данные можно использовать педагогам, кураторам групп, психологам, а так же представленный нами материал могут использовать студенты при подготовке к занятиям, при написании рефератов, курсовых и дипломных работ.

І ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СТУДЕНТОВ – СИРОТ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

1.1 Психологическое сопровождение: понятие, составляющие

В настоящее время в рамках развития российской системы образования есть основания для формирования системной работы, направленной на осуществление специальной помощи учащимся. Такой процесс, в ходе которого оказывается психологическая помощь, организован для развития и функционирования личности как учащихся, так и абсолютно всех участников образовательного процесса.

Каждая система образования, включая высшее, призвана обеспечить реализацию права учащихся на свободу и развитие в процессе приобретения профессии.

Концепция качественного образования включает в себя такие категории, как здоровье, благополучие, безопасность, уверенность в себе и уважение [6].

По мнению психологов М.П. Битяновой, И.Б. Дубровиной, В.С. Мухиной, Х.Г. Осуховой, Б.И. Слободчикова, Ю.Б. Слюсарева, психологическое сопровождение является наиболее эффективным видом психологической помощи человеку, попавшему в трудную жизненную ситуацию [4; 11; 21].

По мнению Н.В. Басалаевой, психолого-педагогическую поддержку личности можно рассматривать как поддержку взаимоотношений: их развитие, коррекцию, восстановление [2].

Прежде чем рассматривать понятие «психологическая сопровождение», нужно обратить внимание на то, что понятие «сопровождать» в целом означает «идти вместе».

В словаре В. Даля дается толкование понятия «сопровождение – это

определенное действие». «Сопровождать – значит сопутствовать, идти вместе, быть рядом и помогать» [8, с. 1072].

Как поясняет С.И. Ожегов, «сопровождать – значит идти вместе с кем-то, находясь рядом, куда-то ведя или следуя за кем-то» [23, с. 829].

В психологии термин «сопровождение» также трактуется по-разному.

Слюсарев Ю.В. впервые описал понятие «сопровождение» в 1992 году и рассматривалось автором как специализированный метод психологической помощи, ориентированный на развитие и саморазвитие личности человека, а также на активизацию его собственных внутренних ресурсов [34].

В работах Е.И. Казаковой и М.П. Битяновой впервые появился термин «сопровождение», который рассматривался как новейшая образовательная технология.

Доктор педагогических наук Е.И. Казакова, являясь ведущим представителем идеологии развития поддержки, определяет ее как особый способ помочь человеку преодолеть проблемы, которые в данный момент беспокоят, характерной особенностью такой поддержки является обучение самостоятельному решению таких проблем [16].

По мнению Е.И. Казаковой и А.П. Тряпицыной, при формировании теории и методов сопровождения, как исходной теоретической позиции, большое значение придается системно – ориентированному аспекту, в логике развития которого осмысливается выбор и усвоение субъектом некоторых инноваций. Поддержку можно интерпретировать как помощь субъекту в создании ориентационного поля развития, в котором субъект сам несет ответственность за свои действия [17].

Психологическое сопровождение понимается российскими психологами В.А. Горяниной, А.А. Деркачем, В.С. Мухиной, В.Н. Раскалиным как поддержка психически здоровых людей, испытывающих трудности на определенном этапе своей жизни. Отличительной особенностью психологического сопровождения от других видов психологического сопровождения является поддержка естественно развивающихся реакций,

процессов и состояний личности. Психологическая помощь осуществляется в соответствии с законами развития, постепенно открывая перспективы для саморазвития, самопознания и самореализации личности. В процессе психологической поддержки создаются условия для перехода человека от посторонней помощи к самопомощи [9; 21; 31].

По словам С.П. Ждановой, «психологическое сопровождение – это системно организованная работа психологической службы, направленная на профессиональное становление будущего специалиста в период обучения в вузе, раскрытие потенциала студента, его личности, а также коррекцию различных трудностей в его личностном развитии и саморазвитии». [12, с. 72].

Кузнецов Л.Е. и Кулешова М.Ю. анализируют психологическое сопровождение как «особую модель пролонгированной психологической помощи, направленную на создание безопасных условий, в которых возможно реконструировать образ мира и восстановить связь человека с самим собой, другими людьми и окружающим миром» [19, с. 890].

По мнению М.Р. Битяновой, под психологическим сопровождением понимается «система профессиональной деятельности психолога, направленная на создание социально–психологических условий для успешного обучения и психологического развития личности в ситуации образовательного взаимодействия» [4, с. 46].

Задачами психологического сопровождения по мнению М.П. Битяновой являются:

- профилактика проблем развития человека;
- содействие учащемуся в решении неотложных задач развития, обучение, социализация: трудности в обучении, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы взаимоотношений со сверстниками, учителями, родителями;
- психологическое обеспечение образовательных программ;
- развитие психологической компетентности (психологической культуры) студентов, родителей, педагогов [4].

Раскалинос В.Н. понимает психологическое сопровождение как «систему, обеспечивающую создание условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора. Сопровождение – это деятельность, направленная на создание социально–психологических условий, содействующих успешному обучению и развитию каждого ученика в определенной образовательной среде» [31, с. 11].

В настоящее время в области психологии существует множество различных подходов к исследованию психологического сопровождения, что позволяет разнообразить и углубить наши знания в этой области. находит изучение сущности, структуры, разновидностей и направлений данного явления.

Гончарова Н.В. выделяют следующие сферы применения данного метода.:

- психологическая помощь личности;
- удовлетворение эмоциональных потребностей, связанных с формированием собственной личности в процессах взаимодействия с другими людьми, влияния социокультурной среды и определения себя в этнической группе;
- содействие в формировании стойких ценностей и этических принципов; поддержка в преодолении экзистенциальных трудностей (адаптация, персонализация, взаимодействие и поддержка) [7; 28].
- является важным компонентом в процессе реабилитации после травмы, «является комплексной системой. Как и каждая система состоит из отдельных элементов или компонентов.), которые одновременно являются ее неизменными этапами» [24, с. 18].

В сопровождении, как и в процессе, в процессе развития со временем можно выделить три основных элемента.:

- анализ (мониторинг), который является основой для определения целей;
- выбор преобразование текста с использованием методологических инструментов для повышения его оригинальности;
- анализ результаты, которые можно использовать для корректировки

процесса работы, включая промежуточные и конечные результаты [24].

Мнение ученого В.В. Белова совпадает с точкой зрения Е.И. Казаковой, которая отмечает, как осуществляется процесс сопровождения, опираясь на принципы, описанные ниже:

- человеческое отношение к человеку и уверенность в его способностях;
- квалифицированная содействие и поощрение естественного прогресса;
- непрерывность (гарантированное предоставление поддержки от психолога на протяжении всего пребывания человека, а также соблюдение непрерывности работы всех специалистов., взаимодействующих с сопровождающими;
- сложность сотрудничества между специалистами различных областей;
- активная основная внимание взаимоотношений с сопровождаемым сосредотачивается не на решении его проблем, а на обучении самостоятельному их решению и создании условий для развития его способности к саморазвитию;
- автономия, для достижения каждый специалист системы сопровождения должен быть способен структурировать свою работу как уникальную практику, отражающую его собственные ценности и цели.

По мнению Майера, психологическая поддержка играет ключевую роль в сопровождении людей на пути к самостоятельной жизни. Для автора важно, чтобы психолог помогал человеку раскрыть свой потенциал.

По мнению автора, система поддержки не направлена на устранение недостатков и трансформацию личности, а на поиск скрытых ресурсов и их использование для восстановления взаимоотношений в обществе [20].

Согласно высказыванию А.А. Майера, основные черты психологического сопровождения включают:

- процессуальность представляет собой последовательность взаимосвязанных этапов, которые естественным образом приводят к полному освоению знаний, умений и навыков;
- продолжительность - это время, в течение которого оказывается

психологическая поддержка;

- отказ от директивности способствует развитию атмосферы открытости, вовлеченности в повседневную жизнь человека;

- глубокая интеграция в повседневную жизнь индивида, уникальные взаимоотношения между участниками данного процесса.

В системе сопровождения, предложенной А.А. Майером, можно выделить определенные фазы:

- основой принятия решений является диагностика, которая позволяет отслеживать и оценивать информацию;

- постановка целей;

- выбор и использование учебных инструментов;

- изучение промежуточных и конечных результатов позволяет вносить коррективы в процесс работы [20].

Согласно мнению К. В. Адышкиной, в процессе психологической адаптации личность приобретает новое жизненно важное качество - способность к относительному равновесию в отношениях со своим окружением и самим собой, как при благоприятной жизнерадостной ситуации так и при экстремальной.

Адаптивность подразумевает готовность принимать жизнь во всех ее проявлениях, осознание себя как части этой жизни, относительную независимость, готовность и способность к изменениям со временем и в изменении условий жизни, быть их автором и создателем.

Следуя за Л. Е. Кузнецовой и М. Ю. Кулешовой, мы определяем психологическую поддержку как уникальную модель долгосрочной психологической помощи, направленной на создание безопасной среды, где возможно пересмотреть свое представление о мире и восстановить связь с самим собой, другими людьми и окружающим миром.

Активно участвует во всем происходящем, помогая клиенту осознать свои мысли и чувства, находить внутренние ресурсы для решения проблем и развития личности.

Этот метод является действенным, так как способствует созданию наилучших социально-психологических условий не только для развития индивида, но и для образовательной системы в целом.

Психологическое сопровождение рассматривается в качестве одной из форм патронажа и важной составляющей целостной системы психологической поддержки. во-первых, поддержка и содействие, во-вторых, интегративная технология, направленная на создание условий для восстановления потенциала развития и самореализации личности, и, в-третьих, процесс взаимодействия и определенного взаимоотношения между человеком, нуждающимся в помощи, и лицами, ее предоставляющими.

Роль психологической поддержки заключается в создании условий для развития способности человека к самопомощи, предоставлении необходимой поддержки для перехода от беспомощности к активной самостоятельности в решении жизненных проблем.

Работа в области психологического сопровождения включает в себя различные направления, такие как профилактика, индивидуальная и групповая диагностика, консультирование как на индивидуальном, так и на групповом уровне, а также развивающая и коррекционная работа как с отдельными клиентами, так и с группами. Кроме того, важным аспектом является психологическое просвещение и образование, направленное на формирование психологической культуры и развитие психологической компетентности.

Основополагающими принципами психологического сопровождения являются уважительное отношение к индивидуальности и уверенность в ее потенциале; квалифицированная помощь и поддержка в процессе естественного развития; непрерывное сопровождение на протяжении всего времени взаимодействия с психологом и последовательность работы всех специалистов, вовлеченных в процесс; комплексное взаимодействие различных специалистов; активное участие индивидуальности: основной задачей является не решить проблему за него, а научить его решать проблемы самостоятельно и создать условия для развития его способности к саморазвитию; автономность, которую

специалист по сопровождению должен иметь возможность осуществить, организовав свою деятельность как особую практику собственными целями и ценностями.

Главные особенности психологического сопровождения включают в себя процессуальность, длительность, не направленность и глубокое погружение в повседневную жизнь человека.

Итог психологической поддержки личности заключается в развитии нового уровня жизненной гибкости - способности самостоятельно достигать относительного баланса в отношениях с собой и окружающими людьми в разнообразных жизненных ситуациях.

1.2 Причины трудностей адаптации у студентов-сирот

По мнению В.В. Заморуева, студенческий возраст охватывает период с 17 до 25 лет.

Поступление в университет открывает новую главу в психологическом развитии человека, способствует формированию социальной зрелости, интенсивному нравственному и интеллектуальному развитию, а также помогает определить жизненные цели.

Процесс адаптации к социальной, образовательной и научной сфере университетской жизни напрямую связан с общим процессом социализации студентов, независимо от их пола, в процессе становления профессионалами.

Согласно исследователям, процесс биофизиологической адаптации к учебе занимает примерно две недели, психологическая адаптация требует около двух месяцев, а социально-психологическая адаптация к условиям университета может затянуться до трех лет. Однако самым важным периодом, являющимся основой, является время обучения на первом курсе.

Мы заинтересованы в изучении проблемы социально-психологической

адаптации студентов к университетской среде, поэтому обратим внимание на точки зрения различных исследователей.

Кольцова Н.Г. объясняет под адаптацией студента университета как постепенный процесс, который в конечном итоге приводит к принятию или отвержению студентом внешних и внутренних условий для успешного обучения и профессионального роста. активности, проводимые в учебном заведении, и деятельность личности, направленные на изменение обстоятельств в желаемом направлении.

По мнению исследователя, важным является умение адаптироваться социально-психологически, что означает вхождение в систему взаимоотношений между людьми и понимание психологии малых групп на уровне личности. В результате такой адаптации происходит изменение личностных характеристик.

Согласно Е.А. Строевой, адаптация студентов к университетской среде представляет собой сложный процесс, зависящий от множества факторов. Это включает в себя адаптацию к новой системе образования, новым требованиям и контролю, а также к новой социальной среде. Для многих студентов это означает подготовку к повышению уровня образования, создание психологического комфорта, умение взаимодействовать с однокурсниками и преподавателями.

По мнению исследователя В.В. Заморуева, процесс адаптации студентов к университетской среде включает в себя несколько ключевых компонентов: адаптацию к профессиональным задачам и содержанию учебной программы, а также к условиям и организации обучения; активное или пассивное приспособление к окружающей среде; установление отношений в студенческой среде; формирование личного стиля поведения; а также социальная и профессиональная адаптация, которая включает в себя принятие социальных норм и требований для успешного будущего профессионального развития.

По мнению В.В. Заморуевой, психологический аспект включает в себя развитие когнитивных функций, речи, зрительного восприятия,

концентрации внимания, волевых качеств и творческих способностей.

Механизмы адаптации студентов к учебному процессу включают в себя компоненты, такие как привыкание к ритму и методам работы, а также знакомство с различными формами учебных мероприятий.

В течение первого года работы, как отмечено А.М. Павловой, была сформирована группа студентов, которые приобрели навыки организации умственной работы, проявили свое призвание к выбранной профессии, разработали оптимальный режим работы, досуга и жизни, а также установили систему работы. изучение и развитие профессионально важных личностных качеств через самообразование [27].

Поэтому, процесс социально-психологической адаптации включает в себя адаптацию к новой социальной роли студента, усвоение норм и ценностей учебного заведения, где он обучается.

Студенты, успешно преодолевающие процесс адаптации, развивают навыки образовательной деятельности и осознают свое призвание в выбранной профессии.

Изучение литературы по проблеме социально-психологической адаптации студентов позволяет предположить, что адаптация учащихся-сирот представляет собой специально организованный процесс, включающий восприятие опыта студенческой жизни детьми-сиротами и их освоение социальных ролей, способствующих их успешному интегрированию в учебное сообщество.

Мы считаем, что одним из ключевых факторов успешной адаптации студентов-сирот в социально-психологическом плане является наличие необходимого уровня социализации. Это включает в себя актуальные знания, навыки, умения и личностные качества, которые помогут им успешно адаптироваться к университетской среде.

По мнению автора, проблемы адаптации детей-сирот в социуме связаны с отсутствием необходимого потенциала, такого как социальный статус, способы

взаимодействия с окружающими и другие аспекты, которые обычно формируются в процессе воспитания в семье.

В своем исследовании Ю.Ю. Сысоева подчеркивает, что основным приоритетом для студента является успешная адаптация к учебной среде и новому образу жизни в студенческой среде.

В данное время происходит развитие индивидуальных характеристик и навыков обучения, а также укрепление осознанных мотивов поведения.

Значительно меняется круг общения, он становится шире, и появляется новая социальная роль - студентская [36].

Исходя из этого, затруднения, с которыми сталкиваются учащиеся-сирот, могут быть связаны с трудностями в установлении новых отношений и приспособлении к новому этапу жизни. Возникают сложности в общении с преподавателями и сверстниками, адаптация к учебному процессу в университете, а также формирование жизненных планов и личных убеждений.

Современные исследователи, такие как Р.А. Дормидонтов и А.А. Юрина, выделяют ряд причин дезадаптации студентов-сирот. Среди них: социокультурное лишение, гиперстимуляция социальными стимулами, недостаточная саморегуляция, утрата наставничества, потеря коллектива, низкий уровень психологической готовности к профессии, нарушение стереотипов, когнитивный диссонанс и особенности характера.

Обсуждая трудности, с которыми сталкиваются студенты-сироты в процессе адаптации, мы рассматриваем проблему изменения условий их социализации, а также проблему социальной дезадаптации.

В связи с вышесказанным, мы заинтересованы в высказывании Н. В. Осиповой, которая подчеркивает, что успешность социально-психологической адаптации во многом определяется тем, насколько корректно личность воспринимает свое общественное положение, качество и социальные связи [25].

Чем более успешно пройдет процесс социализации детей-сирот, тем более эффективно будет осуществляться их социально-психологическая адаптация к условиям учебного заведения.

Обратим внимание на то, что процесс социализации представляет собой принятие личностью человека определенной системы знаний, норм и ценностей, что позволяет ему успешно функционировать в обществе. Этот процесс включает как умышленные действия социального контроля (воспитание), так и естественные процессы, влияющие на формирование личности.

Проблемы социально-психологической адаптации детей-сирот связаны с необходимостью принятия социальных норм и ценностей, которые формируются в процессе социализации.

В исследовании Н.Г. Кольцовой отмечается, что неправильное представление об своем месте в обществе среди детей, потерявших родителей, может привести к нарушениям в адаптации, что может проявиться в форме патологической адаптации, отчуждения от общества, а также невротических и психосоматических расстройств.

В рамках нашего исследования понимание понятия "адаптивность" связано с успешным приспособлением к новым условиям. Согласно Л.А. Жилиной, адаптивность студентов к учебному процессу в вузе предполагает определенные характеристики в их поведении и деятельности:

- студент находится в приемлемом психофизиологическом состоянии как во время учебы, так и вне учебных занятий в университете;
- соответствие студентом социальным ожиданиям и требованиям, предъявляемым к нему, и адекватность его поведения этим ожиданиям и требованиям;
- умение направлять процессы, происходящие в учебном заведении, в нужное для себя русло и использовать доступные условия для достижения учебных и личностных целей.

Следовательно, можно заключить, что адаптация студента к обстановке университета представляет собой процесс энергичного приспособления к новым условиям социальной среды, в результате которого происходит

принятие целей, групповых норм, социальных ролей и других аспектов социальной среды.

Результаты адаптации студента и его характер зависят от различных факторов, включая цели, ценности, и возможности достижения их в учебной среде.

1.3 Роль психологической поддержки для студентов-сирот в процессе приспособления к учебе в университете

Оптимизация процесса адаптации учащихся-сирот к изменяющимся условиям обучения и социальному статусу может иметь важное значение для организации психологической поддержки.

Согласно исследованию И.И. Кобзарева, дети-сироты играют важную роль как ресурсная система, предлагающая разнообразные способы и методы психологической поддержки и развития личности учащихся.

Их решение основано на принципах личностного развития, которые основаны на гуманистических идеях и реализованы через взаимодействие участников образовательного процесса.

Взгляды В.Н. Скворцова и А.Г. Маклакова на личностное развитие детей-сирот с позиции компетентного подхода к психологическому сопровождению подчеркивают значение формирования. Они считают, что развитие адаптационного потенциала способствует оптимизации процесса адаптации студентов к условиям обучения в высшем учебном заведении.

Работа с подопечными-сиротами не должна существенно отличаться от работы, которая проводится с обычными студентами [32].

Согласно Л.Е. Кузнецову и Кулешову М.Ю., основополагающим принципом системы психологической поддержки студентов-сирот является принцип непрерывности.

Основная идея заключается в том, что начало работы с детьми-сиротами происходит сразу же после их поступления - проводятся тренинги для первокурсников, основная цель которых в этом этапе адаптации заключается в знакомстве студентов друг с другом, формировании единой команды воспитательных групп и приобретении навыков управления стрессовыми ситуациями во время экзаменов.

На втором и третьем курсах студенты пройдут тренинги, которые способствуют развитию личностных качеств и повышению мотивации к учебе.

На 4-м и 5-м курсах студенты находятся в периоде активного профессионального роста, который является завершающим этапом обучения.

Необходимо задуматься о том, как определить свой будущий профессиональный путь, сравнивая свои желания и достижения в области повышения квалификации.

Поэтому основными направлениями становятся образование, развитие личности, улучшение навыков совместной работы и умение налаживать связи в обществе после завершения обучения.

Для обеспечения эффективной психологической поддержки детей-сирот в течение учебного процесса в высшем учебном заведении необходимо применять все доступные методы психодиагностики.

Это анализ документации, изучение результатов практической и образовательной работы с сиротами, наблюдения, беседы с воспитанниками-сиротами, учителями, сокурсниками, проведение анкетирования и психологической экспертизы студентов-сирот с применением разнообразных методик.

Также необходимо разработать план действий для проведения конкретных мероприятий которые помогут студентам-сиротам преодолеть трудности, возникшие в процессе учебы в университете.

По мнению Р.В. Овчарова, О.А. Рудакова и Р.М. Хусаинова, существует несколько подходов к психологической поддержке детей-сирот в школе [22].

Для обеспечения эффективной поддержки детей-сирот в процессе обучения в университете требуется применение широкого спектра методов психодиагностики.

В таблице 1.1 приведены основные направления психологической помощи студентам-сирот.

Таблица 1.1

Сферы, в которых необходимо предоставлять студентам-сиротам психологическую поддержку

	Направление	Содержание
1	Профилактическое	Предупреждение возникновения явлений дезадаптации студентов-сирот, а так же разработка конкретных рекомендаций педагогическому коллективу по оказанию помощи в вопросах обучения и развития с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Психопрофилактическая работа
2	Диагностическое	Выявление особенностей психического развития личности студентов-сирот, наиболее важных особенностей деятельности, соответствия уровня развития умений, знаний, навыков, личностных и межличностных образований возрастным ориентирам и требованиям общества.

3	Консультативное	Помощь в решении проблем, с которыми к психологу обращаются студенты, относящиеся к категории сирот. Выделяют два вида консультирования: индивидуальное и групповое. Индивидуальное консультирование (один на один со студентом) – оказание помощи и создание условий для развития личности, способности выбирать и действовать по собственному усмотрению, обучаться новому поведению. Групповое консультирование (консультации в группе) – информирование всех участников образовательного процесса по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для данной категории обучающихся с целью создания адаптивной среды, позволяющей обеспечить полноценную интеграцию и личностную самореализацию в высшем учебном заведении.
4	Развивающее	Разработка и реализация развивающих программ для студентов-сирот (индивидуальная и групповая работа).

5	Коррекционное	Организация работы со студентами-сиротами, имеющими проблемы в обучении, поведении и личностном развитии, выявленные в процессе диагностики. Направлено на уменьшение степени выраженности дезадаптации, ее поведенческих последствий (индивидуальная и групповая работа).
6	Просветительно-образовательное	Формирование потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения студентов-сирот; в своевременном предупреждении возможных нарушений в становлении личности; приобщение студентов-сирот к психологической культуре.
7	Проф-ориентационное	Психолого-педагогическая поддержка делает процесс профессионального самоопределения студентов-сирот последовательным, осознанным и обоснованным; она направлена на самопознание, выявление истинных мотивов их выбора, реальных возможностей и образовательных потребностей.

С учетом вышеизложенного, можно заключить, что психологическая поддержка в форме комплексной системы организации, социально-

психологических и психолого-педагогических мероприятий, имеет важное значение. ориентированных на обеспечение благоприятных условий для развития детей-сирот при обучении с использованием психологических методов повышения адаптационных возможностей личности, а также для формирования поддерживающей образовательной атмосферы.

Самым значимым эффектом помощи психологов является улучшение адаптации студентов-сирот к учебной среде в университете.

II ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ
СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ
СТУДЕНТОВ-СИРОТ И ИХ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики

На базе СПбГУ ГА было организовано и проведено нами экспериментальное исследование. Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации имени Главного маршала авиации – Новикова Андрея Антоновича. Для того чтобы изучить, как студенты-сироты адаптируются к социально-психологическим условиям университета, проводится исследование.

Исследование включает две категории участников: экспериментальную группу, включающую 30 студентов-сирот 1 курса, и контрольную группу из 30 студентов-первокурсников, воспитывающихся в семьях.

Участники исследования относятся к различным направлениям обучения.
25.06.01 Навигация и использование воздушной и космической техники,
25.05.05 Управление воздушными судами и организация воздушного движения,
25.04.03 Навигация в воздушном пространстве, 25.04.04 Эксплуатация аэропортов и обеспечение безопасности полетов, 25.03.01 Техническое обслуживание самолетов и двигателей. 20.03.01 Безопасность в техносфере, 23.03.01 Применение технологий в транспортной сфере.

Средний возраст испытуемых – 18-20 лет.

Стадии проведения экспериментального исследования:

I этап - на данном этапе необходимо определить методы и выборку для проведения экспериментального исследования, а также провести первичную

диагностику социально-психологической адаптации студентов-сирот и студентов, воспитывающихся в семьях.

II этап - на который направлена деятельность по организации психологической поддержки студентов, потерявших родителей.

III этап - заключается в повторной диагностике социально-психологической адаптации студентов-сирот и первокурсников, воспитывающихся в семьях, и анализе результатов исследования. оценка эффективности проведения психологической поддержки для студентов-сирот в процессе адаптации к учебе в высшем учебном заведении.

Для проведения диагностики мы применили следующие методы:

Методика «Оценка социально-психологической адаптации» разработана К. Роджерсом и Р. Даймондом.

Методика «Оценка уровня психологической адаптивности» разработана Н.П. Фетискиным, В.В. Козловым и Г.М. Мануйловым.

Давайте рассмотрим более подробно описания указанных выше методик.

Разработанная К. Роджерсом и Р. Даймондом методика оценки социально-психологической адаптации.

Задача заключается в выявлении уникальных характеристик периода адаптации личности с помощью комплексных показателей, таких как «уровень адаптации», «самовосприятие», «принятие других», «эмоциональная удобство», «внутренняя мотивация» и «желание доминировать».

В данной методике 101 утверждение представлено в стимульном материале, без использования местоимений и в третьем лице единственного числа. Это сделано для предотвращения прямого отождествления утверждений с особенностями испытуемых. Такой подход помогает «нейтрализовать» установку на желательные социально ответы и избежать их влияния на результаты исследования.

Для указания своего выбора в анкете, следует выбрать одну из семи доступных оценок, обозначенных числами от 1 до 7.

Оценки – от «0» до «6»:

- «0» – это ко мне совершенно не относится;
- «в большинстве случаев это не то, что я обычно делаю»;
- «я сомневаюсь, что могу себя отнести к категории «2».
- «3» – не решаюсь отнести это к себе;
- «четверка» напоминает меня, но сомнения есть;
- «5» – это на меня похоже;
- «6» – это точно про меня.

Студенты отмечают выбранный ими вариант ответа на бланке ответов в соответствующей ячейке, которая соответствует номеру высказывания.

Система оценки психологической адаптивности, известная как «Самооценка психологической адаптивности», была разработана Н.П. Фетискиным, В.В. Козловым и Г.М. Мануйловым.

Цель исследования заключается в оценке уровня социально-психологической приспособляемости.

Представленная методика включает в себя 15 вопросов, разделенных на две категории: группа А содержит 10 утверждений, а группа Б - 5 утверждений. Она направлена на выявление уровня социально-психологической адаптивности индивида.

Различные уровни адаптации в социально-психологическом плане:

- 8-10 баллов – высокий;
- 6-7 баллов – выше среднего;
- 5 баллов – средний;
- 3-4 балла – ниже среднего;
- 1-2 балла – низкий.

Проведя анализ данных первичного диагностического исследования по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда среди студентов экспериментальной группы, можно отметить, что лишь 10% студентов-сирот успешно адаптировались к образовательной среде университета, в то время как 90% из них испытывают затруднения в адаптации. Отмечается низкий уровень адаптации у студентов-сирот, что свидетельствует

о их неприспособленности к новым условиям и несоответствии требованиям новой социальной среды.

Из анализа результатов, полученных при использовании шкалы «Самоприятие», следует, что уровень самоприятия у 70% студентов-сирот является средним, в то время как у 30% наблюдается низкий уровень данного показателя. Это указывает на то, что самооценка студентов-сирот может быть положительной только в определенных обстоятельствах, что подтверждает их нестабильное отношение к себе.

Исследование данных по категории «Принятие других» позволяет утверждать, что у 10% испытуемых наблюдается средний уровень этого показателя.

«Отношение к другим». Это показывает, что не всегда принимают точку зрения других людей с позитивной стороны, а иногда могут быть враждебными к окружающим. У 90% студентов-сирот отмечается низкий уровень «приятия других». Следовательно, они критически относятся к людям, могут испытывать раздражение и даже презрение к ним, ожидая негативного отношения к себе.

По результатам исследования по шкале «Эмоциональная комфортность» было выявлено, что 70% студентов-сирот испытывают низкий уровень этого показателя. Это говорит о том, что у них преобладают негативные эмоции. У 30% студентов был обнаружен средний уровень комфортности. Это означает, что у них как положительные, так и отрицательные эмоции, при этом не всегда приятно находиться в различных ситуациях.

По результатам исследования «Интернальности» было установлено, что у всех студентов из экспериментальной группы наблюдается низкий уровень этого показателя. Эти результаты свидетельствуют о том, что студенты-сироты не проявляют достаточной активности в достижении своих целей, не умеют адекватно оценивать проблемные ситуации, не способны выбирать подходящие стратегии поведения в соответствии с требованиями окружающей среды, не

организовывают и не контролируют свои социальные контакты, не определяют необходимость и объем социальной поддержки.

Все опрошенные студенты-сироты проявили высокую склонность к эскапизму. Подобное стремление к уходу от проблем может привести к негативным последствиям. Высокий уровень эскапизма у студентов-сирот может затруднить адаптацию к профессиональной деятельности, поскольку проблемы остаются нерешенными и накапливаются, вместо того чтобы быть преодоленными.

После изучения данных по шкале «Желание доминировать», мы пришли к заключению, что только 10% опрошенных проявляют высокий уровень этого качества. Остальные испытывают склонность к:

- 10% студентов-сирот обладают средним уровнем подчинения по данной шкале. Они характеризуются умеренной склонностью к лидерству, однако способны также подчиняться.

На рисунке 2.1 представлены данные об адаптации студентов экспериментальной группы в социально-психологическом исследовании.

В результате анализа первичного исследования по социально-психологической адаптации студентов контрольной группы методом «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда было установлено, что 20% респондентов обладают высоким уровнем адаптации, а 80% показали средний уровень. Это свидетельствует о том, что студенты контрольной группы успешно приспособлены к учебной среде и готовы к новым вызовам.

Средний уровень самоприятия. студенты первого курса, воспитываемые в семьях, обладают высоким уровнем самоуважения, что говорит о их способности адекватно воспринимать себя в любых обстоятельствах. Их позитивное отношение к себе способствует успешной адаптации к новым условиям.

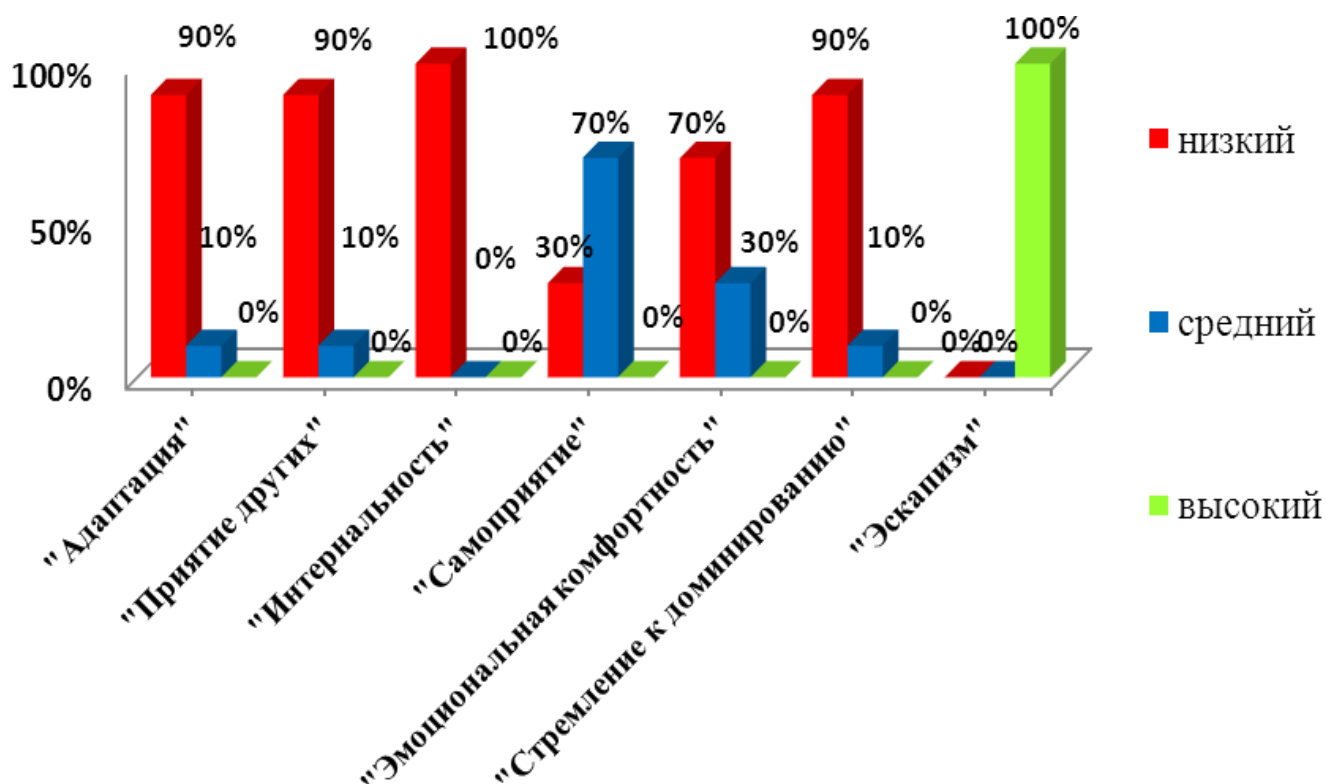


Рис. 2.1 Процентное соотношение уровней социально-психологической адаптации студентов экспериментальной группы по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

Результаты анализа шкалы «Принятие других» показывают, что 30% испытуемых имеют средний уровень этого качества. Это говорит о том, что они не всегда готовы принимать точку зрения других, что может приводить к враждебности и подозрительности.

В то же время, 70% студентов-первокурсников, выросших в семьях, проявляют высокий уровень принятия других. Они отличаются пониманием и терпимостью к окружающим, что помогает им успешно адаптироваться. Этот показатель может быть полезен для установления контактов в новой среде и комфортной работы в группе. Полученные данные являются позитивным фактором в процессе адаптации.

Проведя анализ результатов исследования на основе шкалы

«Эмоциональная комфортность», мы пришли к выводу, что 60% первокурсников, проживающих в семьях, достигли высоких результатов по данной шкале. Это свидетельствует о том, что у этих студентов преобладают позитивные эмоциональные состояния.

Средний уровень по данной шкале был обнаружен у 40% студентов. Эти результаты указывают на то, что у этих студентов присутствуют как позитивные, так и негативные эмоции, и они не всегда чувствуют себя комфортно в различных ситуациях.

Они имеют низкий уровень интернальности, что указывает на их высокую активность в достижении поставленных целей и умение правильно оценивать проблемные ситуации. Люди, обладающие высоким уровнем интернальности, склонны воспринимать все свои жизненные успехи и неудачи как результат собственных действий и решений.

Исследовав данные по шкале «Желание быть лидером», мы выяснили, что умеренный уровень этого качества присутствует у 60% студентов контрольной группы. Они проявляют некоторую склонность к лидерству, но также умеют следовать за другими.

На данной шкале высокий уровень проявляет 40% респондентов. Желание доминировать может стимулировать студентов к успешной адаптации в профессиональной сфере. Однако существует риск возникновения конфликтов, связанных с высоким стремлением к доминированию. Эти конфликты могут быть как внутренними, так и внешними.

На рисунке 2.2 представлена информация о результатах исследования адаптации студентов контрольной группы в социально-психологическом аспекте.

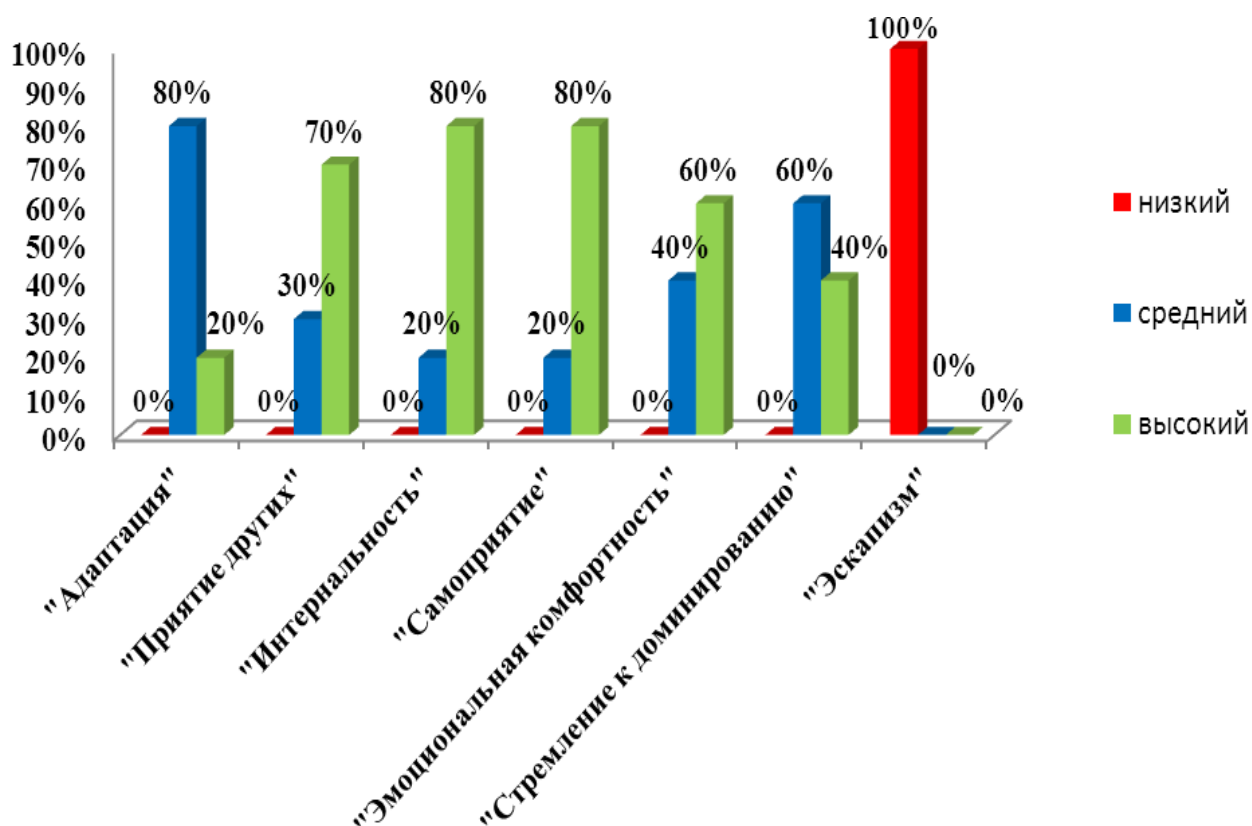


Рис. 2.2 – Процентное соотношение уровней социально-психологической адаптации студентов контрольной группы по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

Проведя анализ данных об уровне социально-психологической адаптивности студентов в экспериментальной группе с использованием методики «Самооценка психологической адаптивности» (разработчики – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов) (см. Приложение 1), мы пришли к выводу, что у половины студентов-сирот низкий уровень адаптивности, и уровень адаптивности у 40% из них ниже среднего.

Характеристика для 10% людей - это умеренный уровень социально-психологической адаптации.

У половины опрошенных выявлена низкая адаптационная способность, что указывает на недостаточную социально-психологическую адаптацию детей-сирот. Это проявляется в низкой самооценке, проблемах в межличностном

общении и затруднениях в установлении отношений со сверстниками и преподавателями.

Информация о социально-психологической адаптивности студентов экспериментальной группы представлена на рисунке 2.3 в рамках данного исследования.

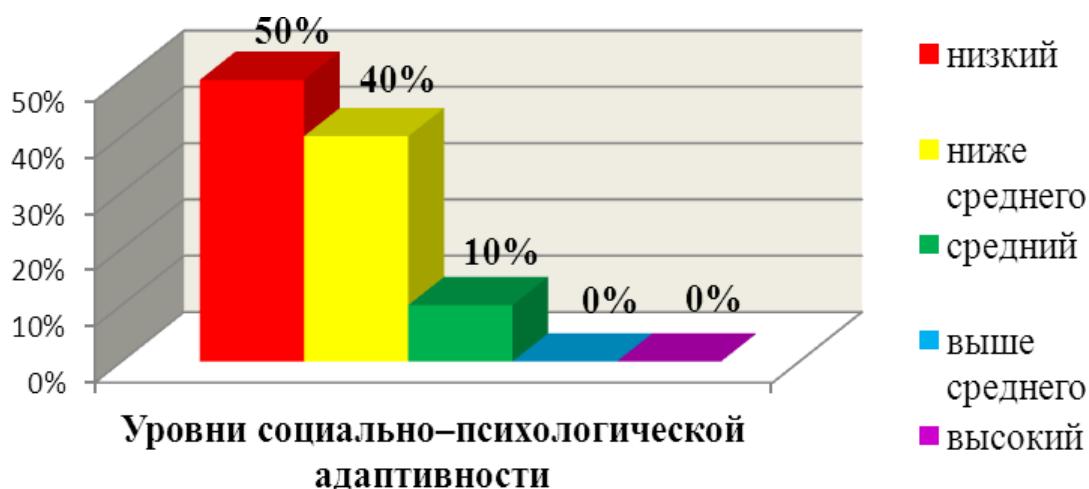


Рис. 2.3 Процентное соотношение уровня социально-психологической адаптивности студентов экспериментальной группы по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

Исследование уровня социально-психологической адаптивности студентов контрольной группы с применением методики «Самооценка психологической адаптивности» показало, что 20% первокурсников, воспитывающихся в семьях, обладают высоким уровнем адаптивности, а 60% имеют уровень адаптивности выше среднего. У 20% студентов наблюдается средний уровень социально-психологической адаптивности.

Эти результаты показывают, что участники контрольной группы быстро адаптируются к изменениям в работе, быстро вливаются в новую команду,

уверенно ориентируются в ситуациях и быстро разрабатывают стратегию поведения. Они обычно не конфликтны и обладают высокой степенью эмоциональной стабильности.

Данные о социально-психологической адаптивности студентов из контрольной группы представлены на рисунке 2.4.

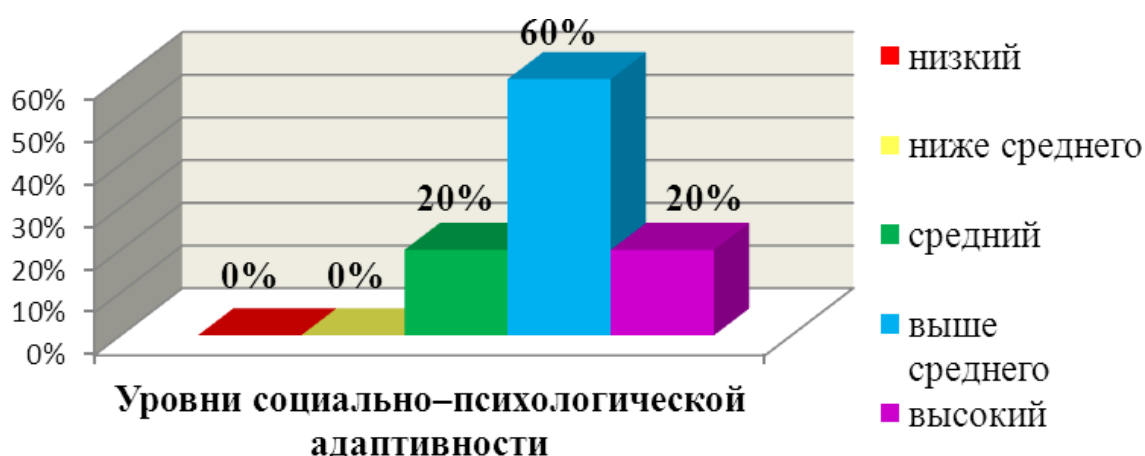


Рис. 2.4 Процентное соотношение уровня социально-психологической адаптивности студентов контрольной группы по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов).

Результаты первичной диагностики студентов контрольной и экспериментальной групп согласно описанным методикам приведены в таблице 2.1.

Суммируя результаты первичного анализа социально-психологической адаптации, можно сделать следующие выводы. В контрольной группе студентов преобладает уровень адаптированности к учебному процессу на уровне среднего и высокого. Это говорит о том, что студенты чувствуют себя комфортно в учебной среде, легко находят общий язык с товарищами, следуют

установленным нормам и правилам группы, успешно справляются с учебными заданиями и быстро осваивают учебный материал.

Таблица 2.1

Результаты начальной оценки адаптации студентов в социально-психологическом плане в контрольной и экспериментальной группах

Шкалы %	«Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)																				«Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)						
	Адаптация			Принятие других			Интернальность			Самопринятие			Эмоциональная комфортность			Стремление к доминированию			Эскапизм			уровни социально-психологической адаптивности					
	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	н	нс	с	вс	в	
Группа																											
Экспериментальная	0	10	90	0	10	90	0	0	100	0	70	30	0	30	70	0	10	90	100	0	0	50	40	10	0	0	
Контрольная	20	80	0	70	30	0	80	20	0	80	20	0	60	40	0	40	60	0	0	0	100	0	0	20	60	20	

Обозначения: н - низкие, нс - ниже среднего, с - средние, вс - выше среднего, в - высокие.

У студентов экспериментальной группы преобладает низкий уровень приспособленности к учебному процессу в вузе. Они испытывают трудности с быстрой адаптацией к новым условиям учебы и социальной среде. Свое самооценка они чаще всего зависит от конкретных обстоятельств, не всегда открыты для мнения других и могут проявлять враждебность к окружающим. У них также преобладают негативные эмоции, низкая мотивация к достижению целей и неумение адекватно реагировать на проблемные ситуации. Они склонны к подчинению, а не к лидерству.

Таким образом, можно заключить, что важно предоставить студентам-сиротам первого курса психологическую поддержку в процессе адаптации к учебной среде университета.

2.2 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики

В филиале проводится психологическое сопровождение, охватывающее диагностику, консультации, коррекционные и развивающие мероприятия, а также просветительскую работу.

В рамках диагностического подхода проводится анализ личностных характеристик, эмоционального состояния и психических процессов студентов-сирот, изучение их интересов, ценностей, склонностей и способностей, а также анализ межличностных взаимоотношений и оценка психологического климата в группах.

Особое внимание в рамках психологической поддержки уделено психологическому консультированию студентов-сирот, кураторов студенческих групп, преподавателей и родителей.

Этот вид деятельности заключается в организации консультаций, лекций и докладов на заседании кураторов с целью объяснения особенностей студенческого возраста, трудностей, с которыми сталкиваются студенты, и разработки рекомендаций по установлению отношений с сиротами-студентами на основе взаимопонимания и уважения друг к другу. Примеры рекомендаций для кураторов по работе с сиротами-студентами в период адаптации к учебной среде вуза можно найти в Приложении 2.

Успешная адаптация студентов-сирот в значительной степени зависит от системы воспитания и методов педагогического управления, которые направлены на формирование их адаптационных способностей.

Профессиональное общение в образовании – это специальная система психологического взаимодействия между преподавателем и студентами-сиротами, которая включает в себя обмен информацией, увеличение эффективности педагогического воздействия, установление отношений через общение. Эффективное педагогическое общение создает оптимальные условия для стимулирования мотивации студентов и развития творческой образовательной деятельности, способствует формированию личности, создает благоприятную эмоциональную атмосферу в процессе обучения, предотвращает возникновение психологических препятствий, помогает управлять социально-психологическими процессами в группе студентов и позволяет полностью использовать индивидуальные особенности преподавателя в образовательной деятельности.

Взаимодействие в профессиональной деятельности педагога играет ключевую роль в достижении образовательных целей. Оно служит не только средством социально-психологической поддержки процесса адаптации, но и способом организации эффективных взаимоотношений в рамках образовательной системы «учитель – ученик».

Проведение консультаций с законными представителями студентов-сирот включает в себя организацию разговоров, проведение лекций и разработку рекомендаций с целью обеспечения удобных условий внутри семьи, способствующих успешной адаптации студентов-сирот к учебной среде университета.

Рекомендации для законных представителей по адаптации студентов-сирот к образовательной среде вуза можно найти в Приложении 2.

Консультирование студентов-сирот осуществляется с целью содействия формированию знаний, установок и норм поведения в университете, а также предоставления поддержки в решении возникших трудностей. Пример разговора под названием «Путь к успеху в высшем учебном заведении» представлен в Приложении 4.

Консультирование играет важную роль в помощи студентам-сиротам,

помогает адаптироваться к новым условиям жизни.

Эта деятельность может быть осуществлена как коллективно, так и индивидуально.

Основной задачей коррекционно-развивающего направления системы психолого-педагогического сопровождения студентов-сирот в процессе адаптации к учебной среде университета является обучение навыкам психологической саморегуляции.

Для достижения этой цели проводятся занятия и тренинги, направленные на усвоение психологических знаний и методов релаксации для снятия эмоционального напряжения.

Для студентов-сирот, которые сталкиваются с проблемами в общении, учебной деятельности и отношениями с законными представителями, на всех этапах предоставляется психолого-педагогическая поддержка с целью развития способности к самоанализу, самопознанию, умению вести положительный внутренний диалог и навыков взаимодействия с собой и окружающим миром.

Последствия проведенного нами экспериментального исследования были использованы для разработки программы (созданной Г.В. Безюлевой) с целью успешной адаптации студентов-сирот к учебному процессу в высшем учебном заведении.

Цель данной программы заключается в помощи студентам-сирот в успешной адаптации к новым условиям жизни, развитии их адаптационных навыков и предотвращении возможной дезадаптации в первый год обучения.

Задачи программы:

1. Улучшить адаптацию студентов-сирот к учебной среде университета.
2. Сформировать навыки эффективного взаимодействия между людьми в рабочей группе.
3. Увеличить стимуляцию учащихся-сирот к получению знаний.

В период с ноября 2018 года по апрель 2019 года была запущена программа, включающая в себя 13 занятий с частотой встречи 3 раза в месяц.

Программа составлена с учетом особенностей психофизиологии студенческой группы и спланированного упражнения.

Каждое занятие продолжается не более 45-60 минут и включает в себя обсуждение темы, психологические упражнения и ситуационные игры.

Планируемые итоги: удачная адаптация студентов-сирот к учебной среде университета с точки зрения социальной и психологической составляющих; улучшение умений взаимодействия с окружающими в коллективе; увеличение степени мотивации студентов-сирот к учебному процессу.

Этот программный продукт ориентирован на коллективное взаимодействие. Каждое занятие имеет определенную тематику.

В рамках программы проводятся занятия, включающие элементы тренинга, психологические сессии по определенной тематике и корпоративные игры.

1. Проведение занятий, включающих элементы психологического тренинга, способствует активному обучению и развитию разносторонних знаний, умений и навыков у личности. Такие занятия направлены на формирование и развитие качеств, способностей и установок личности, а также на обогащение эмоционального опыта. Они способствуют раскрытию творческого потенциала, готовности к выходу за пределы привычного поведения и выполнению действий, не подчиненных стандартным схемам.

2. Уроки с определенной тематикой в психологии направлены на изменение определенного состояния личности или группы в целом. Цель таких занятий заключается в стимулировании процесса саморазвития и организации психологического просвещения. Такой подход делает занятия увлекательными, необычными, способствует развитию познавательной активности, снижает усталость и повышает продуктивность. Основная цель уроков с заданной тематикой - перенос обсуждения жизни в реальную жизнь студентов-сирот, направляя их действия. Эта функция оказывает реальное влияние на практическую сторону жизни студентов-сирот, их поведение, выбор жизненного пути, постановку целей и их достижение. Урок включает в себя теоретическую часть, подкрепленную психологическими идеями.

упражнениями.

3. Деловая игра представляет собой метод, при котором участники имитируют определенные роли в безопасной среде, чтобы выявить свои важные для организации качества поведения. С помощью руководителя, коллег и самостоятельного анализа они изучают свои действия, обучаются более эффективным стратегиям поведения и тренируются в их совершенствовании. Разнообразие ролей включает в себя начальника, руководителя проекта, специалиста, сотрудника, преподавателя и другие.

В таблице 2.2 представлен план занятий с сиротами во время процесса адаптации.

В Приложении 5 детально описаны занятия, проводимые с сиротами в период адаптации.

Занятия, как процесс, включает в себя комплекс мероприятий, направленных на помощь человеку в решении его проблем, развитии личности и самоопределении в жизни. Это работа психологической службы, которая организована системно, ориентирована на развитие профессиональных навыков у будущего специалиста в период обучения в университете осуществляется развитие потенциала студентов, их личности, а также помощь в преодолении различных трудностей в личном развитии и самосовершенствовании.

Предполагаемые итоги: удачная социально-психологическая адаптация студентов-сирот к учебной среде университета; улучшены навыки успешного взаимодействия с другими людьми в группе; увеличение стимула учащихся-сирот к обучению.

Таблица 2.2

Планирование уроков для студентов-сирот во время периода адаптации

	Тема занятия	Цель занятия
1	«Знакомство» Занятие с элементами тренинга	Установление контакта между участниками, создание положительной мотивации к совместному обучению в группе сверстников
2	«Адаптация в новых условиях» Занятие с элементами тренинга	Преодоление разобщенности и обучение согласованному взаимодействию и сотрудничеству, основанному на доверии и взаимной поддержке
3	«Индивидуально-психологически особенности личности: характер, черты характера» мини-лекция, тренинг	Изучение индивидуально-психологических особенностей личности: характера, черт характера
4	«Наши ценностные ориентации» Занятие с элементами тренинга	Обучение решению своих жизненных проблем, показание важности ценностей
5	«Наши особенности» «Самореализация» Занятие с элементами тренинга	Обучение раскрытию своих способностей и использование их

6	«Отношение к себе» Психологическое занятие с заданной тематикой	Формирование адекватной самооценки у студентов
7	«Доверие и сплочение» Занятие с элементами тренинга	Развитие доверия между студентами, создание условий для сплочения учебной группы
8	«Самооценка и коммуникативные навыки» Психологическое занятие с заданной тематикой	Осознание личного опыта коммуникативности, выявление барьеров в общении
9	«Сюжетно-ролевые игры» Занятие с элементами тренинга	Формирование у студентов новых моделей поведения
10	«Развитие сенситивности» Занятие с элементами тренинга	Создание условий для повышения самопонимания и понимания других, чувственному пониманию групповых процессов, познанию социально-психологического климата в коллективе и развитию ряда поведенческих навыков
11	Игра «Сотворение мира»	Творческое самораскрытие участников и повышение их компетентности в области социальной адаптации

Окончание таблицы 2.2

12	Игра «Аукцион ценностей»	Осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а так же их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации
13	«Что во мне изменилось?»	Подведение итогов, развитие обобщающей рефлексии. Обсуждение результативности и ценности знаний умений и навыков, полученных в ходе занятий каждым из участников

В ходе исследования взаимодействия с учащимися-сиротами в периоде адаптации к университетской жизни было проведено повторное изучение процесса социально-психологической адаптации. В ходе анализа полученных данных были сделаны выводы о результатах работы, которые представлены в следующем разделе выпускной работы.

В мае 2019 года, после внедрения системы психологической поддержки, мы провели повторную оценку студентов из экспериментальной и контрольной групп с применением того же набора диагностических инструментов.

Для повторной диагностики была поставлена задача оценить эффективность психологической поддержки.

Консолидированные данные о проведенной первичной и повторной диагностике студентов экспериментальной группы с использованием указанных методов представлены в таблице 2.3.

В результате сравнительного анализа первичной и повторной диагностики студентов-сирот по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (разработанной К. Роджерсом и Р. Даймондом) были получены следующие выводы. Половина испытуемых имела высокие значения по шкалам «Адаптация», «Интернальность» и «Эмоциональная комфортность», в то время как у другой половины респондентов были средние значения. Эти данные свидетельствуют о росте потенциала адаптации, преобладании позитивных эмоциональных состояний у студентов-сирот. студенты из контрольной группы чувствуют себя уверенно в любых обстоятельствах.

У 70% студентов высокие показатели по шкале «Приятие других», в то время как у 30% испытуемых они находятся на среднем уровне. Это свидетельствует о развитии у респондентов таких качеств как эмпатия и толерантность, что способствует созданию доверительной обстановки в учебной группе.

У 80% опрошенных имеют высокий уровень самооценки, в то время как у 20% он считается средним по шкале «Самоприятие».

Это демонстрирует, что участники принимают себя в своей естественной форме. Безусловное принятие - важная составляющая психологического здоровья и правильной самооценки.

Таблица 2.3

Результаты проведенных исследований по первичной и повторной оценке социально-психологической адаптации студентов в экспериментальной группе

Шкалы %	«Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)																				«Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)					
	Адаптация			Приятие других			Интерналь-ность			Самоприятие			Эмоциональ-ная comfort-ность			Стремле-ние к домини-рованию			Эскапизм			уровни социально-психологической адаптивности				
	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	н	нс	с	вс	в
Эксперимен-тальная	0	10	90	0	10	90	0	0	100	0	70	30	0	30	70	0	10	90	100	0	0	50	40	10	0	0
Повторная диагностика																										
Эксперимен-тальная	50	50	0	70	30	0	50	50	0	80	20	0	50	50	0	10	90	0	0	30	70	0	0	50	30	20

Обозначения: н – низкие уровни; нс – ниже среднего; с – средние уровни; вс – выше среднего; в – высокие уровни.

10% студентов демонстрируют высокие показатели на шкале "Желание доминировать", в то время как у 90% они являются средними.

Это указывает на то, что только один из участников данной группы обладает развитыми лидерскими качествами, в то время как остальные имеют умеренное стремление к лидерству и готовы следовать мнению других.

У 70% студентов-сирот наблюдается снижение уровня «Эскапизма» (побег от проблем) до низких значений, в то время как у 30% испытуемых этот показатель остается на среднем уровне.

Это обстоятельство указывает на то, что студенты теперь активно работают над решением проблем, а не избегают их.

Сравнительный анализ первоначальной и повторной оценки психологической адаптивности по методике «Самооценка психологической адаптивности» (разработчики – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

показал, что у 40% участников исследования уровень адаптивности повысился с низкого до среднего, у 30% испытуемых он оказался выше среднего, а у 20% студентов-сирот отмечается высокий уровень адаптивности.

Эти данные указывают на то, что участники группы чувствуют себя комфортно, студенты легко общаются и не испытывают затруднений.

Анализируя данные первоначального и последующего исследования по социально-психологической адаптации студентов контрольной группы с использованием методики «Диагностика социально-психологической адаптации» (разработанной К. Роджерсом и Р. Даймондом), мы замечаем увеличение значений на 10% у некоторых участников по показателям «Принятие других», «Самопринятие».

«Уровень эмоционального комфорта составляет 30% по шкале адаптации.

Обобщенные результаты проведенных первичных и повторных исследований студентов контрольной группы с использованием указанных методов представлены в таблице 2.4.

Таблица 2.4

Данные о первичной и вторичной оценке адаптации студентов контрольной группы в социально-психологическом плане

Шкалы %	«Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)																				«Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)					
	Адаптация			Принятие других			Интернальность			Самопринятие			Эмоциональная комфортность			Стремление к доминированию			Эскапизм			уровни социально-психологической адаптивности				
	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	Н	НС	С	ВС	В
Контрольная	20	80	0	70	30	0	80	20	0	80	20	0	60	40	0	40	60	0	0	0	100	0	0	20	60	20
Повторная диагностика																										
Контрольная	50	50	0	80	20	0	80	20	0	90	10	0	70	30	0	40	60	0	0	0	100	0	0	10	60	30

Обозначения: н – невысокие уровни; нс – ниже среднего уровня; с – средние показатели; вс – выше среднего уровня; в – высокие значения.

Согласно методике «Оценка психологической адаптивности», разработанной Н.П. Фетискиным, В.В. Козловым и Г.М. Мануйловым, уровень высоких значений наблюдается у 10% студентов. Эти результаты свидетельствуют о успешной социально-психологической адаптации студентов контрольной группы к образовательной среде университета.

Следовательно, на основе полученных данных повторного обследования можно утверждать, что созданная нами система психологической поддержки оказалась эффективной и способствовала успешной адаптации студентов-сирот к условиям учебного процесса в университете.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучив различные источники в области психологии и педагогики, мы приходим к выводу, что психологическое сопровождение представляет собой специальную форму долгосрочной психологической поддержки, направленной на создание безопасной среды, способствующей изменению восприятия мира и восстановлению взаимоотношений человека с самим собой, другими людьми и окружающим миром.

Процесс социально-психологической адаптации студента к университетской среде представляет собой активное приспособление к новым условиям социальной жизни, включая принятие целей, правил группы, социальных ролей и других аспектов окружающей среды. Индивидуальные цели и ориентиры студента, а также возможности их реализации в учебной обстановке, играют ключевую роль в характере и результате этого процесса адаптации.

Изучение психолого-педагогической литературы выявило, что студенты-сирот испытывают социальную дезадаптацию в университете из-за отсутствия первоначального потенциала адаптации и изменений в условиях социализации. Следовательно, важно организовать психологическое сопровождение для помощи студентам-сирот в процессе адаптации к учебе, создавая условия для их личностного развития и обеспечивая поддержку внутри учебной группы. Главной целью такого сопровождения является оптимизация процесса адаптации студентов-сирот к условиям учебы в высшем учебном заведении.

Психологическое сопровождение в вузе - это постоянный процесс, ориентированный на формирование удобной социально-психологической обстановки, способствующей эффективному обучению и развитию каждого студента в учебном заведении.

Мы провели экспериментальное исследование, целью которого было изучение процесса социально-психологической адаптации студентов-сирот к

учебе в высшем учебном заведении.

На основе СПбГУ ГА (Санкт-Петербургского государственного университета гражданской авиации) было проведено экспериментальное исследование.

Исследование включало в себя студентов, обучающихся по различным специализациям: 25.06.01 Навигация в воздушном пространстве и управление авиационной и космической техникой, 25.05.05 Эксплуатация воздушных судов и организация воздушного движения, 25.04.03 Навигация в воздушном пространстве, 25.04.04 Операционная работа в аэропортах и обеспечение безопасности полетов, 25.03.01 Техническое обслуживание воздушных судов и двигателей, 20.03.01 Безопасность в техносфере, 23.03.01 Технологии в транспортных процессах. Средний возраст испытуемых – 18-20 лет.

Для проведения диагностики мы воспользовались следующими методами: методика, созданная К. Роджерсом и Р. Даймондом, для определения уровня социально-психологической адаптации, а также методика, разработанная Н.П. Фетискиным, В.В. Козловым и Г.М. Мануйловым, для оценки психологической адаптивности через самооценку.

После анализа результатов первичной диагностики социально-психологической адаптации было выявлено, что только 10% студентов экспериментальной группы успешно адаптировались к условиям учебной среды, в то время как 90% студентов-сирот нуждаются в дополнительной поддержке. Это подтверждает необходимость организации психологического сопровождения для новичков из числа студентов-сирот. В отличие от них, студенты контрольной группы в основном адаптированы к учебному процессу, причем 20% из них обладают высоким уровнем адаптации, а 80% - средним. Это говорит о том, что студенты контрольной группы не нуждаются в дополнительной психологической поддержке.

Мы разработали и внедрили систему психологической поддержки для студентов, которые входили в экспериментальную группу.

Главной целью психологической поддержки было помочь студентам-

сиротам успешно приспособиться к новой жизни, развивая их адаптационные способности и предотвращая возможные проблемы адаптации в первый год обучения.

После изучения данных повторной диагностики социально-психологической адаптации студентов-сирот, можно отметить, что половина участников показали высокие результаты, а другая половина - средние, что указывает на улучшение уровня адаптации в экспериментальной группе студентов.

Следовательно, можно заключить, что система психологической поддержки, проведенная во время исследования, оказалась успешной в помощи студентам-сиротам адаптироваться к учебной среде университета.

Цель исследования достигнута, все поставленные задачи выполнены.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова-Славская, К. А. Современная личность: психологические исследования / К. А. Абульханова-Славская. – Москва : Изд-во ИП РАН, 2012. – 620 с.
2. Андреева, А. А. Психологические особенности женщин, имеющих детей: диагностика и коррекция / А. А. Андреева // NovaInfo. – 2023. – № 137 – С. 126-130. – URL: <https://novainfo.ru/article/19839> (дата обращения: 08.04.2024).
3. Бассин, Ф. В. О силе «Я» и психологической защите / Ф. В. Бассин // Самосознание и защитные механизмы личности : хрестоматия / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. - Самара : БАХРАХ-М, 2000. – С. 3–12.
4. Бурлачук, Л. Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов / Л. Ф. Бурлачук – Санкт-Петербург, 2006. – 351 с. – URL: <https://studylib.ru/doc/6386576/burlachuk-l.f-psihodiagnostika-uchebnik-2006-351s> (дата обращения: 10.05.2024).
5. Бурно, М.Е. Терапия творческим самовыражением / М.Е Бурно. – Москва, 2012 – 304 с.
6. Васильченко, О. В. Социальная адаптация в местах лишения свободы : дис. ... канд. социол. наук / О. В. Васильченко. – Ростов-на-Дону., 2008. –23с. - URL:https://www.elibrary.ru/ip_restricted.asp?rpage=https%3A%2F%2Fwww%2Eelibrary%2Eru%2Fitem%2Easp%3Fedn%3Dysoyoj (дата обращения: 10.05.2024).
7. Гуд, М. Б. Активизация процесса самоисправления условно осужденных несовершеннолетних и улучшения его педагогического руководства / М. Б. Гуд, М. А. Лямзин // Мир образования – образование в мире. – 2018. - № 3(71).- С. 199 – 206. - URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения 03.04.2024).
8. Дикая, Л. Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности. дисс. ... д-ра псих. наук / Л. Г. Дикая. – Москва, 2002. – 342 с. - URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_002294390 (дата обращения 03.04.2024).

9. Дмитриев, Ю. А. Пенитенциарная психология: учебник / Ю. А. Дмитриев, Б. Б. Казак. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. - 682 с.
10. Душкин, А.С. Психология: учебное пособие / А.С. Душкин, В.А. Юренкова, А.М. Иванова. – Санкт-Петербургский университет МВД России. - 2014.–136 с.
11. Еникеев, М. И. Юридическая психология / М. И. Еникеев. – Москва, 2003. – 256 с.
12. Захаров, А. И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка: Книга для воспитателя детского сада / А. И. Захаров. – Москва : Просвещение, 2016.– 167 с.
13. Ильин, А. В. Параметрическая структура психолого-акмеологической готовности осужденных женщин к освобождению из мест лишения свободы.: дисс. ... канд. псих. наук / А. В. Ильин. – Кострома, 2015 г. 334 с. URL: <https://www.dissercat.com/content/parametriceskaya-struktura-psikhologo-gicheskoi-gotovnosti-osuzhdennykh-zhenshchin> (дата обращения 08.04.2024).
14. Казакова, Е. Н. Психологические аспекты изучения мотивации агрессивного поведения женщин : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.06 / Е. Н. Казакова. – Рязань, 1999. – 247 с. - URL: <https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-aspekty-izucheniya-motivatsii-agressivnogo-povedeniya-zhenshchin-osuzhdenn> (дата обращения 04.04.2024).
15. Калашникова, М. М. Психология ответственности личности несовершеннолетних осужденных : Автореферат дисс.... канд. псих. наук / М. М. Калашникова. – Рязань, 2012. – 171 с. - URL: <https://www.dissercat.com/content/psikhologiya-otvetstvennosti-lichnosti-nesovershennoletnikh-osuzhdennykh-zhenskogo-pola-otby> (дата обращения 05.04.2024).
16. Карпов, А. В. Метасистемная организация индивидуальных качеств личности / А. В. Карпов ; Государственная академия наук Российской академия образования. – Ярославль : ЯрГУ, 2018. – 743 с.
17. Кастерина, Н. В. Психологическая адаптация в учреждениях с невротическими проявлениями и зависимостью от психоактивных веществ :

дисс. ... канд. псих. наук / Н.В. Кастерина. – Рязань, 2009. – 181 с. - URL: [http://www.dslib.net/law - psixologia/ psihologicheskaja-adaptacija-v-ispravitelnyh-uchrezhdenijah-vpervye-osuzhdennyh-zhenwin.html](http://www.dslib.net/law-psixologia/psihologicheskaja-adaptacija-v-ispravitelnyh-uchrezhdenijah-vpervye-osuzhdennyh-zhenwin.html) (дата обращения 05.04.2024).

18. Кирсанова, О. А. Особенности криминальной мотивации, и методы психокоррекционной работы // Человек: преступление и наказание / О. А. Кирсанова. - 2010. - №4. - С. 83 – 86.

19. Ковригина, И. С. Социально-психологическая адаптация: сущность, виды и стадии формирования / И. С. Ковригина // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2009. – № 9. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-adaptatsiya-suschnost-vidy-i-stadii-formirovaniya> (дата обращения: 02.04.2024).

20. Крысько, В. Г. Социальная психология : учебник для бакалавров / В. Г. Крысько. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 553 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/508799> (дата обращения: 22.05.2024).

21. Кузнецов, П. С. Адаптация как функция развития личности / П. С. Кузнецов. – Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2008. – 73 с.

22. Лапшина, Т. Ю. Психологические особенности переживания одиночества у лиц, находящихся в условиях групповой изоляции: дис. ... канд. психол. наук: / Т. Ю. Лапшина – Ростов-на-Дону, 2007. - 181 с.- <https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-osobennosti-perezhivaniya> URL:<https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-osobennosti-perezhivaniya-odinochestva-u-lits-nakhodyashchikhsya-v-usloviy> (дата обращения: 28.06.2024).

23. Ларионова, С.А. Социально-психологическая адаптация личности: Теоретическая модель и диагностика / С.А. Ларионова.–Белгород, 2002.–200 с.

24. Маклаков, А. Г. Общая психология : учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А. Г. Маклаков. – Москва: Питер, 2012. – 582 с.

25. Методика диагностики «самооценки» / Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина – URL: <https://nevapmsc.ru/> (дата обращения: 10.05.2024).

26. Методика диагностики «социально-психологической адаптации» / К. Роджерса, Р. Даймонда – URL: <https://studfile.net/preview/6022570/page:6/> (дата обращения: 10.05.2024).
27. Музыченко, Г. Ф. Проективная методика «Несуществующее животное» : руководство и результаты психодиагностического исследования взрослых пациентов с различными расстройствами эмоционально-личностной сферы / Г. Ф. Музыченко. – 2-е изд., стер. – Москва : Когито-Центр, 2022. – 556 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696556> (дата обращения: 28.06.2024).
28. Мусин, Ф. С. Индивидуально-психологические особенности адаптации осужденных женского и мужского пола к условиям лишения свободы: дисс. ... канд. псих. наук / Ф. С. Мусин. – Казань, 2006. – 105 с.– URL:<http://www.dslib.net/psixologia-razvitja/individualno-psihologicheskie-osobennosti-adaptacii-osuzhdennyh-zhenskogo-i.html> (дата обращения 02.04.2024).
29. Мухина, В. С. Проблема материнства и ментальности женщин / В. С. Мухина // Развитие личности. –2003. – № 1. – С. 141-153. – URL: <http://rl-online.ru/articles/1-03/61.html> (дата обращения: 22.02.2019).
30. Налчаджян, А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А. А. Налчаджян. – Москва : Эксмо, 2010. 368 с.
31. Парыгин, Б. Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории / Б. Д. Парыгин. – Санкт–Петербург : Изд-во ИГУП, 1999. – 592 с.
32. Психология бытия / Абрахам Маслоу ; пер. с англ. А. П. Хомика. - Москва : Академический проект, 2022. – 274с/
33. Реан, А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. А. Кудашев, А. А., Баранов. – Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. 479 с.
34. Свенцицкий, А. Л. Социальная психология : учебник для вузов / А. Л. Свенцицкий. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 408 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/535839> (дата обращения: 22.05.2024).

35. Середа, Е. В. Применение наказания в виде лишения свободы : учеб. пособие / Е. В. Середа ; М-во юстиции Рос. Федерации. Ряз. ин-т права и экономики. – Рязань : Ряз. ин-т права и экономики Минюста России, 2000. – 49 с.

36. Тумаров, К. С. Ресоциализация осужденных в пенитенциарном учреждении в условиях современной России: дис. ... канд. социол. наук / К. С. Тумаров – Ставрополь, 2012. – 164 с. URL: <https://www.dissercat.com/content/resotsializatsiya-osuzhdennykh-v-penitentsiarnom-uchrezhdenii-v-usloviyakh-sovremennoi-rossi> (дата обращения: 28.06.2024).

37. Шкала субъективного благополучия / М.В Соколова – URL: <https://studfile.net/preview/7125380/page:98/>(дата обращения: 10.05.2024).

38. Щербаков, Г. В. Мотивационная сфера: понятие, диагностика, коррекция: монография / Г. В Щербаков– Рязань: Академия права и управления ФСИН, 2009. – 112 с.

39. Фрейд, Зигмунд Психология масс и анализ человеческого «Я» / Зигмунд Фрейд. - Санкт-Петербург : Азбука, 2011. – 190 с.

40. Щербакова, Н. Е. Арттерапевтические и психодиагностические методы коррекции / Н. Е. Щербакова. — Текст : непосредственный // Актуальные вопросы современной психологии : материалы II Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2013 г.). — Т. 0. — Челябинск : Два комсомольца, 2013. — С. 78-86. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/81/3337/> (дата обращения: 01.07.2024).

Данные первоначального анализа процесса адаптации студентов-сирот с применением методики «Оценка социально-психологической адаптации» (разработчики – К. Роджерс и Р. Даймонд)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Сергей Б.	34	н	9	н	22	н	20	н	12	н	4	н	24	в
2.	Марина Б.	68	с	15	н	23	н	28	с	11	н	5	н	22	в
3.	Илья В.	60	н	11	н	22	н	31	с	11	н	5	н	25	в
4.	Анастасия Д.	42	н	9	н	24	н	24	с	19	с	4	н	20	в
5.	Ирина К.	57	н	10	н	22	н	19	н	11	н	4	н	24	в
6.	Виктория К.	44	н	8	н	24	н	30	с	12	н	5	н	24	в
7.	Анна П.	69	с	15	с	22	н	23	с	21	с	11	с	22	в
8.	Александра С.	49	н	7	н	24	н	32	с	13	н	3	н	25	в
9.	Игорь М.	58	н	11	н	22	н	20	н	10	н	5	н	23	в
10.	Валентина С.	62	н	11	н	22	н	26	с	22	с	5	н	24	в
11.	Светлана Ф.	48	н	16	с	22	н	28	с	18	н	12	с	22	в
12.	Анастасия Л.	57	н	11	н	24	н	22	н	11	н	9	н	24	в
13.	Илья П.	53	н	8	н	22	н	26	с	20	с	7	н	20	в
14.	Александр Д.	32	н	15	с	20	н	20	н	26	с	5	н	20	в
15.	Валентина И.	40	н	7	н	20	н	22	н	15	н	5	н	22	в
16.	Ксения К.	37	н	7	н	22	н	22	н	19	с	7	н	18	с
17.	Юлия Г.	54	н	10	н	24	н	26	с	28	с	4	н	20	в
18.	Василиса С.	69	с	8	н	28	с	31	с	33	с	5	н	24	в
19.	Мария С.	55	н	11	н	22	н	24	с	29	с	10	н	21	в
20.	Максим Щ.	37	н	8	н	20	н	20	н	14	н	8	н	22	в
21.	Анастасия В.	64	с	11	н	26	н	34	с	31	с	11	с	20	в
22.	Анна Ю.	48	н	9	н	23	н	20	н	14	н	7	н	18	с
23.	Константин В.	59	н	9	н	26	с	24	с	27	с	9	н	20	в
24.	Анна Н.	67	с	7	н	21	н	21	н	34	с	13	с	26	в
25.	Виталий К.	44	н	10	н	22	н	26	с	24	с	9	н	20	в
26.	Марина Д.	58	н	8	н	25	н	22	н	28	с	7	н	22	в
27.	Алиса Ч.	60	н	15	с	28	н	30	с	31	с	11	с	28	в
28.	Закар Д.	44	н	8	н	26	н	22	н	26	с	9	н	23	в
29.	Николай Т.	49	н	7	н	20	н	28	с	21	с	9	н	26	в
30.	Тахир Щ.	57	н	10	н	22	н	24	с	27	с	7	н	20	в

Знаки: А – шкала оценки уровня адаптации; ПД – шкала оценки уровня принятия других; И – шкала «Интернальность» измеряет уровень внутренней ориентации; шкала «Самопринятие» оценивает уровень уверенности в себе; шкала «Эмоциональная комфортность» изучает уровень комфортности с эмоциями; шкала «Стремление к доминированию» определяет желание доминировать; «эскапизм» оценивает стремление к уходу от реальности; низкие значения

Продолжение приложения 1

– обозначают низкие уровни; средние значения указывают на умеренные результаты; высокие значения свидетельствуют о высоких показателях.

—

Табл. 2, п. 1

Данные из первоначального исследования, проведенного с целью изучения уровня адаптивности студентов-сирот с использованием методики «Самооценка психологической адаптивности» (разработчики – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов), показали следующие результаты:)

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально-психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Сергей Б.	4	ниже среднего
2.	Марина Б.	3	ниже среднего
3.	Илья В.	2	низкий
4.	Анастасия Д.	2	низкий
5.	Ирина К.	2	низкий
6.	Виктория К.	1	низкий
7.	Анна П.	5	средний
8.	Александра С.	3	ниже среднего
9.	Игорь М.	2	низкий
10.	Валентина С.	4	ниже среднего
11.	Светлана Ф.	5	средний
12.	Анастасия Л.	1	низкий
13.	Илья П.	3	ниже среднего
14.	Александр Д.	2	ниже среднего
15.	Валентина И.	3	ниже среднего
16.	Ксения К.	2	низкий
17.	Юлия Г.	4	ниже среднего
18.	Василиса С.	4	ниже среднего
19.	Мария С.	5	средний
20.	Максим Щ.	3	ниже среднего
21.	Анастасия В.	4	ниже среднего
22.	Анна Ю.	4	ниже среднего
23.	Константин В.	5	средний
24.	Анна Н.	3	ниже среднего
25.	Виталий К.	5	средний
26.	Марина Д.	4	ниже среднего
27.	Алиса Ч.	4	ниже среднего
28.	Закар Д.	3	ниже среднего
29.	Николай Т.	5	средний
30.	Тахир Щ.	5	средний

Продолжение приложения 1

Табл. 3, п. 1

Данные исследования о начальной адаптации студентов первого курса, проходящих обучение в семьях с использованием методики «Диагностика социально-психологической адаптации» (разработанной К. Роджерсом и Р. Даймондом)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Артем С.	110	с	25	в	54	в	46	в	39	в	14	в	5	н
2.	Юлия А.	84	с	28	в	60	в	42	с	19	с	9	с	4	н
3.	Дмитрий В.	87	с	20	с	46	с	38	с	32	в	11	с	6	н
4.	Марина М.	143	в	32	в	54	в	51	в	22	с	13	в	5	н
5.	Анна Д.	78	с	27	в	56	в	53	в	48	в	8	с	5	н
6.	Анастасия С.	112	с	22	с	50	с	62	в	54	в	14	в	6	н
7.	Алексей Г.	94	с	31	в	55	в	48	в	44	в	7	с	6	н
8.	Виктор Г.	148	в	28	в	60	в	56	в	24	с	8	с	3	н
9.	Виктория К.	80	с	18	с	55	в	44	в	35	в	14	в	4	н
10.	Марина К.	124	с	28	в	60	в	59	в	18	с	8	с	5	н
11.	Григорий В.	134	с	26	в	58	в	40	с	28	с	8	с	6	н
12.	Алиса Д.	86	с	30	в	44	с	46	в	46	в	11	с	3	н
13.	Вячеслав П.	112	с	23	в	56	в	58	в	52	в	14	в	8	н
14.	Орхан А.	151	в	20	с	58	в	60	в	36	в	7	с	10	с
15.	Кирилл а.	109	с	31	в	60	в	44	в	44	в	7	с	3	н
16.	Анастасия В.	117	с	25	в	50	с	56	в	38	в	8	с	6	н
17.	Андрей И.	99	с	28	в	56	в	50	в	28	с	14	в	5	н
18.	Гурген А.	114	с	18	с	58	в	38	с	52	в	11	с	5	н
19.	Мария С.	128	с	26	в	60	в	40	с	36	в	13	в	6	н
20.	Екатерина Р.	116	с	31	в	52	в	52	в	54	в	8	с	3	н
21.	Артем Ф.	86	с	22	в	50	с	56	в	40	в	9	с	6	н
22.	Сергей Н.	142	в	24	в	58	в	62	в	28	в	9	с	6	н
23.	Виктория В.	110	с	20	с	48	с	48	в	46	в	14	в	5	н
24.	Анастасия А.	96	с	24	в	54	в	54	в	30	с	13	в	10	с
25.	Павел О.	101	с	26	в	60	в	58	в	24	с	11	с	5	н
26.	Кристина Т.	124	с	30	в	44	с	60	в	46	в	8	с	6	н
27.	Виктор Н.	119	с	23	в	52	в	50	в	52	в	13	в	3	н
28.	Тимофей К.	88	с	20	с	58	в	38	с	50	в	7	с	3	н
29.	Даниил Я.	124	с	25	в	48	с	56	в	48	в	14	в	6	н
30.	Анна И.	90	с	27	в	50	с	62	в	42	в	9	с	9	с

Первичные данные исследования адаптивности студентов первого курса, прошедших воспитание в семейной среде в соответствии с определенной методикой, были получены.

«Оценка самооценки в контексте психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально–психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Артем С.	6	выше среднего
2.	Юлия А.	6	выше среднего
3.	Дмитрий В.	5	средний
4.	Марина М.	5	средний
5.	Анна Д.	7	выше среднего
6.	Анастасия С.	8	высокий
7.	Алексей Г.	7	выше среднего
8.	Виктор Г.	9	высокий
9.	Виктория К.	6	выше среднего
10.	Марина К.	7	выше среднего
11.	Григорий В.	8	выше среднего
12.	Алиса Д.	7	выше среднего
13.	Вячеслав П.	5	средний
14.	<u>Орхан А.</u>	6	выше среднего
15.	Кирилл а.	7	выше среднего
16.	Анастасия В.	5	средний
17.	Андрей И.	8	выше среднего
18.	<u>Гурген А.</u>	6	выше среднего
19.	Мария С.	5	средний
20.	Екатерина Р.	8	выше среднего
21.	Артем Ф.	9	высокий
22.	Сергей Н.	7	выше среднего
23.	Виктория В.	6	выше среднего
24.	Анастасия А.	8	выше среднего
25.	Павел О.	5	средний
26.	Кристина Т.	7	выше среднего
27.	Виктор Н.	6	выше среднего
28.	Тимофей К.	5	средний
29.	Даниил Я.	5	средний
30.	Анна И.	9	высокий

Советы для кураторов групп по работе с учащимися-сиротами во время адаптации к учебной среде вуза.

1. Помочь сиротам понять значение выбранной профессии, осознать ее важность для общества и развить положительное отношение к ней.

2. На первых занятиях организовать тур по университету, познакомить студентов-сирот с правилами и нормами филиала Сибирского государственного университета в городе Лесосибирске, представить им систему обучения и требования к уровню знаний, объяснить особенности учебного процесса и помочь им понять суть каждой учебной дисциплины.

3. Для успешной интеграции студентов-сирот в коллектив, необходимо обеспечить им возможность занять достойное положение. Это можно сделать через делегирование задач, поощрение достижений и развитие их способностей. Важно проявлять и подтверждать свое доверие к таким студентам, давая им ответственные задания и возможность выступить от имени коллектива.

4. Обнаружить студентов, которые потеряли родителей и нуждаются в психологической поддержке, передать информацию специалисту в области психологии, совместно с ним разработать план индивидуальных консультаций.

5. Познакомить студентов-сирот с Памятками для новичков.

6. Подключить студентов-сирот к активной участию в общественной деятельности университета, в процессе самоуправления как в учебном заведении, так и в общежитии.

7. Организация совместных мероприятий вне учебного времени для укрепления духа коллектива, формирования благоприятной атмосферы среди студентов и облегчения процесса их адаптации к учебе в высшем учебном заведении.

8. Обращать внимание на разговоры о моральности, развитии личности, планировании распорядка дня и профилактике заболеваний.

9. При проведении опроса необходимо учитывать уникальные потребности каждого студента-сироты, уделяя внимание их психологическим и возрастным особенностям.

10. Необходимо избегать сравнений между студентами и вместо этого поощрять их за достижения и успехи. При анализе поведения студентов важно не придавать оценочный характер, а сконцентрироваться на выявлении положительных и отрицательных аспектов их поступков, предлагая альтернативные способы поведения.

11. Для повышения мотивации студента можно воспользоваться методами, направленными на его мотивационную сферу. Самоанализ поможет студенту оценить эффективность своей деятельности и самостоятельно выявить свои сильные и слабые стороны по определенному предмету.

Советы законным представителям о том, как помочь студентам-сиротам адаптироваться к учебной среде вуза.

Начиная учебу в университете, студент оказывается в совершенно иной атмосфере, где необходимо быстро адаптироваться, включиться в учебный процесс и наслаждаться яркой студенческой жизнью, испытывая только положительные эмоции.

Правильная адаптация студента к университетской жизни и учебе играет ключевую роль в формировании личности и карьеры каждого обучающегося.

1. Обеспечьте, чтобы ваш малыш придерживался расписания, эффективно планировал свои дела, экономил время, ухаживал за своим здоровьем и соблюдал чистоту.

2. Необходимо поддерживать связь с первокурсником, даже если он уехал на дальнее расстояние. Регулярно звоните, интересуйтесь его успехами, поддерживайте морально и проявляйте заботу.

3. Обеспечьте благоприятные условия для эффективного обучения, исключив все возможные отвлекающие факторы.

4. Отслеживайте частоту посещения и уровень успеваемости студента в течение первого учебного года.

5. Обратите внимание на изменения, которые происходят с вашим ребенком и не упускайте их из виду.

6. Основывайтесь на достоинствах ребенка, не фокусируйтесь на его ошибках, принимайте его уникальность.

7. Используйте позитивные фразы и выражения, чтобы поддержать и вдохновить собеседника на достижение своих целей.

Разговор с учащимися-сиротами на тему «Достижение успеха в высшем учебном заведении».

Задача заключается в ознакомлении студентов-сирот с правилами обучения в университете.

Приветствую вас, уважаемые студенты! Как вы считаете, о чем будет идти речь на нашем сегодняшнем собрании, и какие темы мы обсудим? Возможно, вы уже знакомы с понятиями курсовая работа, сессия, студенческий профсоюз и другими аспектами студенческой жизни. Давайте поговорим о том, что будет полезно для вас во время обучения в университете.

Как эффективно подготовиться к сессии, чтобы успешно пройти ее? Планирование и подготовка к сессии.

Каждый учебный период заканчивается аттестационными испытаниями - зачетно-экзаменационной сессией, что требует от студентов подготовки и успешной сдачи экзаменов в соответствии с учебным планом. Студенты обязаны следовать уставу вуза и организовать свою учебу таким образом, чтобы к началу сессии были выполнены все контрольные работы, зачеты и другие задания, предусмотренные учебным графиком.

Основной задачей перед сессией является повторение всего учебного материала, который был пройден во время курса или занятий, на которых будет проводиться экзамен. Только тот, кто полностью усвоил материал, сможет успешно справиться с сессией. Если в течение семестра не уделять достаточного внимания учебе, пропускать занятия, не вести конспекты, не изучать дополнительную литературу, то в период подготовки к сессии придется не просто повторять изученное, а изучать все заново в кратчайшие сроки. Часто это бывает невозможно из-за ограниченного времени.

В период подготовки к экзаменам важно не перегружать себя работой. Для эффективной работы ума необходимо сменять работу с отдыхом. При подготовке к экзаменам важно равномерно распределить объем работы по дням, выделенным на подготовку, и следить за выполнением плана каждый день. Желательно превышать заданные цели, чтобы иметь запас времени. По завершении сессии важно проверить список экзаменов в деканате.

Еще один ключевой аспект - подготовка и написание рефератов и курсовых проектов.

Что представляют собой рефераты и курсовые работы и каким образом их следует создавать?

Подготовка студентов к написанию рефератов и курсовых работ - важная часть учебного процесса в университете. С самого начала обучения необходимо понимать смысл и значение реферата. Это письменный доклад, в котором собрана информация из различных источников по определенной теме. Рефераты могут быть основаны как на научных исследованиях, так и на художественных произведениях. Проведение таких исследований способствует более глубокому усвоению материала, развитию творческих

способностей, навыков исследовательской работы и, как следствие, получению более высоких оценок за учебные предметы.

Также важно определить свои интересы и направления научных исследований на первом курсе, чтобы выбрать научного руководителя. С начала второго курса студентам следует начинать работу над курсовым проектом. В библиотеке университета есть методические пособия по написанию курсовых работ, а также можно изучить работы студентов старших курсов для получения представления об этом виде учебной деятельности.

Ключом к успеху в университете является стремление к знаниям и активное взаимодействие с группой товарищей и преподавателями. Необходимо выполнять все задания в срок, не пропуская занятия, чтобы достичь успеха в учебе.

Что такое студенческий профсоюз?

Профсоюзная студенческая организация представляет собой союз студентов, являющихся членами профсоюза работников науки и образования

Российской Федерации, созданный с целью защиты социально-экономических прав и интересов своих участников.

Профком студентов осуществляет надзор в университете за соблюдением и выполнением различных законов, нормативных актов и других правовых документов, касающихся студентов.

- мониторинг социальной помощи, предоставляемой студентам-сиротам;
- предоставление поддержки студентам-сиротам в решении юридических вопросов, связанных с обучением в высшем учебном заведении;
- оказание консультационной поддержки студентам-сирот в вопросах социальной защиты и правовых норм, разработка информационных брошюр.
- программа социальной поддержки студентов, потерявших родителей.
- предоставление консультаций по вопросам получения стипендии;
- мониторинг соблюдения и выполнения законов и нормативных актов всех уровней, относящихся к студентам-сирот, осуществляется.
- участие в формировании местных правовых актов, которые регулируют отношения в сфере образования, быта, досуга, здравоохранения и других областях.

относящихся к общественно-экономическому статусу студентов;

- участие в разрешении разногласий и коллективных споров между студентами-сиротами и университетской администрацией по вопросам социально-экономического положения студентов.

Удачи Вам, друзья!

Содержание занятий в программе, созданной Г.В. Безюлевой, представлено в тексте.)

ЗАНЯТИЕ 1. «Знакомство»

Главная цель заключается в установлении взаимодействия между участниками и стимулировании их желания учиться вместе с другими участниками своего возраста.

Упражнение 1 «Имя – движение»

Инструкция для участников звучит следующим образом: каждый из вас должен представить свое игровое имя, сопровождая его уникальным жестом рук. После этого все вместе повторяют имя и жест следующего участника.

Упражнение 2 «Что значит ваше имя?»

Инструкция для участников группы состоит в том, чтобы рассказать о своем имени после того, как назовут его полностью. Возможно, ответить на вопросы, касающиеся имени.

-Нравится ли мне мое имя?

-Есть ли у меня информация о том, кто выбрал его для меня? Могу ли я понять, какое значение несет мое имя?

Есть ли у меня знакомые или родственники с таким же именем? Может быть, у известных личностей есть тезки?

Как влияет на мои поступки в жизни мое имя?

Каждому участнику предоставляется возможность самостоятельно выбирать, что рассказать и как прокомментировать свой рассказ.

Упражнение 3. «Групповой рисунок»

Инструкция для участников: Для выполнения данного упражнения по взаимодействию вам будет выдан большой лист ватмана и фломастеры, с помощью которых вы сможете создать совместный рисунок (например, корабль для одной группы или дом для другой). Ваша задача - совместно решить, какой именно рисунок вы хотите создать, и распределить роли между участниками для успешного завершения процесса его создания.

ЗАНЯТИЕ 2. «Приспособление к изменяющейся среде»

Задача заключается в преодолении раскола и обучении эффективному взаимодействию и сотрудничеству, основанному на взаимном доверии и поддержке.

Упражнение 1 «Галстуки»

Все участники надевают галстуки на шею в стиле пионеров и переворачивают их назад. Затем они должны протянуть руки вперед и без сгибания рук вернуть галстук в исходное состояние. После выполнения задания каждый делится своим опытом, а ведущий спрашивает, какой метод им использовали. Особо выделяются те, кто первым предложил помощь другим участникам, и те, кто старался сам, но не попросил о помощи.

Упражнение 2 «Оказание поддержки»

Упражнение проводится в форме круга, где ведущий обсуждает значимость умения не только предоставлять помощь, но и просить о ней. Особое внимание уделяется способности оказывать поддержку своим ровесникам и коллегам. Важно, чтобы участники осознали разницу между поддержкой и комплиментом, а также научились правильно оказывать эту поддержку.

Особенно важна поддержка в трудные моменты, когда человек сталкивается с неудачей. В такие времена необходимо обращаться к своим внутренним ресурсам, личным качествам и достоинствам. Это способствует увеличению самооценки, вдохновляет человека и побуждает его искать пути решения проблем, что позволяет ему увидеть свои внутренние ресурсы.

Затем ведущий предлагает каждому участнику проявить заботу о ком-то из присутствующих, передавая ему мягкую игрушку.

«лидер начинает упражнение, а остальные участники присоединяются, пока каждый не получит поддержку.

Упражнение 3 «Двигатель»

Участники выполняют все свои танцевальные движения, они образуют живописный и органичный танцевальный круг, демонстрируя свою сплоченность и координацию. Таким образом, это упражнение способствует укреплению командного духа и согласованности действий. весь коллектив начнет двигаться, так как им предстоит выполнить финальное упражнение на тренинге - показать двигатель в танце.

Третье занятие посвящено изучению индивидуально-психологических особенностей личности, включая характер и его черты.»

Задача заключается в изучении уникальных психологических особенностей личности, включая ее характер и черты.

Краткое выступление о "Особенностях личности с точки зрения психологии индивидуальности»

Индивидуальность характера - это уникальное сочетание ключевых черт личности, которые отражают отношение человека к окружающему миру и проявляются в его поведении и действиях. Характер представляет собой уникальное сочетание психологических качеств и индивидуальных особенностей личности, которые являются основой для оценки характера человека. Характер можно назвать основной структурой личности, включающей только самые выраженные и взаимосвязанные черты личности, которые отчетливо проявляются в различных сферах жизнедеятельности.

Особенности личности - это уникальные образцы поведения индивида в различных жизненных ситуациях, отражающие его отношение к окружающему миру.

Особенности характера формируются и закрепляются в процессе жизни человека, а физиологическую основу характера составляют изменения в нервной системе, произошедшие со временем.

Характер можно разделить на две основные группы черт: первая группа включает в себя черты, отражающие цели, идеалы, установки и потребности личности, а также ее отношения к окружающему миру; вторая группа включает в себя интеллектуальные, волевые и эмоциональные черты характера.

У каждого индивида есть свои сильные и слабые стороны характера. Давайте рассмотрим различные черты характера и проанализируем их влияние на нашу личность.

Отрицательные черты характера: хаотичность, непослушность, неуверенность, раздраженность, упорство. неуравновешенность, невоспитанность, неприязнь, изолированность, пассивность, нежелание, самолюбие, расточительство, небрежность, стойкость, вспыльчивость.

Положительные черты характера: структурированность, пунктуальность, надежность, ответственность, заботливость, самостоятельность, честность, отзывчивость, общительность, энергичность, активность, скромность, аккуратность, экономность.

Разнообразие качеств личности способствует ее развитию и самосовершенствованию, а также способствует изменению окружающего мира. Позитивные черты характера помогают человеку достичь успеха как в личной, так и в профессиональной жизни.

Задание 2: «Анализ моих сильных и слабых сторон личности»

«Запишите на бумаге положительные черты своего характера, которые вы цените в себе и которые помогают вам в жизни, а также отрицательные черты с помощью знака минус.»

—определите негативные качества, которые мешают вам в повседневной жизни и которые вы стремитесь преодолеть. Подсчитайте количество положительных и отрицательных черт вашего характера.

Подумайте над следующим: если при анализе вы отмечаете большее количество положительных черт характера, чем отрицательных, это может свидетельствовать о наличии подсознательного оптимизма. В случае же, если вы обнаруживаете большее количество отрицательных черт, это может указывать на наличие подсознательной негативной установки.

Позитивный настрой помогает создать благоприятные условия для достижения целей и самореализации как в личной, так и в профессиональной жизни.

Отрицательное мышление мешает достижению успеха и самореализации как на личном, так и на профессиональном уровне.

Важно понимать, что каждый человек имеет как положительные, так и отрицательные черты характера. Главное, чтобы положительные черты преобладали над отрицательными, независимо от вашего настроения.

Задание 3: Применение метода «Солнце и туча» в рефлексивной технологии, разработанной О.Л. Гончаровой.)

«Пожалуйста, выразите свои впечатления о занятии, нарисовав солнце, если оно вам понравилось, или тучу, если нет, и поясните, что именно вас разочаровало.

Подытоживание занятия. Оценка проведенного анализа. Рефлексия (обратная связь).

Урок 4. "Определение наших ценностей и принципов".

Главная цель заключается в обучении навыкам решения собственных жизненных трудностей и осознании важности ценностей.

Упражнение 1. «Наши недостатки»

Ведущий отмечает, что у каждого из нас есть свои недостатки, которые мы как-то принимаем и с которыми миримся. Если представить эти недостатки как драконов, то можно сказать, что у каждого есть свой собственный домашний дракон. И хотя многие решаются избавиться от него, это задача почти невыполнимая, поскольку каждый раз, когда мы побеждаем, на его месте появляется новый голова. Таким образом, мы привыкаем жить с этими "драконами" и принимаем их как часть себя.

«своим драконом» несет вред не только нам, но и нашим близким, поэтому очень важно иметь помощников в борьбе с ним. Друзья играют ключевую роль в нашей жизни, и наше умение видеть хорошее в окружающих людях определяет наше способность заводить друзей.

Упражнение 2. «Телеграмма»

Психолог выдает участникам бланки "телеграмм" с именем адресата, призывая написать на них самые лестные характеристики. По завершении задания, все телеграммы собираются психологом и вручаются адресатам, которые затем делятся своими впечатлениями от полученных посланий.

Вывод после урока: Укрепление усвоенных знаний.

Разговор: Какое из ваших качеств считается наиболее ценным? Какие навыки помогают вам успешно решать проблемы? Есть ли различия в ценностях между вами и вашими друзьями?

Урок 5 "Уникальные черты личности". "Развитие себя".»

Цель данного упражнения заключается в развитии и раскрытии своих способностей, а также в использовании их на практике. Первое упражнение представляет собой тест под названием «Определение границ вашей решительности».»

Вы представляете себе, что вам предложат ответить на несколько вопросов только с помощью слова "да" или "нет

«нет».

1. Насколько легко вы адаптируетесь к изменяющимся условиям? Ответьте "да" - 3, "нет" - 0. 2. Выключаете ли вы телевизор, когда становится очевидно, что ничего интересного нет

планируется ли какое-то увлекательное событие на этот вечер? Да - 2, нет - 0.

3. Вы готовы отказаться от всего ради своего любимого занятия? Если да – отметьте "1", если нет – указывайте "0".

0.

4. Если вам предлагают высокооплачиваемую должность, будете ли вы согласны

вы без колебаний? Да – 3, нет – 0.

5. Признаете ли вы свои ошибки немедленно? Да - 0, нет - 3.

6. Сбивают ли вас с толку неожиданные появления гостей?

Да – 3, нет – 0.

7. Происходит ли изменение вашего взгляда после глубокой дискуссии? Да - 4, нет - 0.

8. Совершаете ли вы покупку того, что понравилось вам на витрине, даже если вы знаете, что в данный момент вам это необходимо? Да – 0, нет – 3.

9. Вы согласны совершить что-то, что вы никогда не сделали бы по собственному желанию после убеждений? Ответьте: Да - 0, Нет - 4.

10. Знаете ли вы, чем будете заниматься в ближайшие выходные? Если да, отметьте "2", если нет - "0".

11. Вы всегда следуете своим обещаниям? Ответьте "да" – 2, "нет" – 0. Подсчитайте общее количество баллов.

- 12 очков. Вы испытываете затруднения в принятии решения. Постоянно обдумываете плюсы и минусы.

«иногда вы упускаете отличные возможности из-за своего нежелания рисковать, что может привести к опасным ситуациям. Постарайтесь быть более решительными.

- вы обладаете осторожным подходом к принятию решений, но не боитесь решать проблемы, требующие немедленного вмешательства. Иногда возникают сомнения, особенно перед трудоемкими заданиями. Доверьтесь больше своему опыту и интуиции.

- вы обладаете уверенностью в своих действиях, не склонны к легкомыслию и, как правило, принимаете обдуманные решения. Однако иногда ваша решимость может показаться слишком сильной и подавляющей для окружающих.

Результаты занятия: Укрепление усвоенных знаний.

Обсуждение: Каково значение самореализации и что помогает ее достичь? Какие препятствия могут возникнуть на пути к успеху?

ЗАНЯТИЕ 6. «Отношение к себе»

Задача заключается в помощи студентам развить здоровую самооценку. Первое упражнение называется "Оценка себя по шкале".»

Давайте проведем оценку собственной ценности. В своем блокноте нарисуйте 7 одинаковых горизонтальных линий длиной от 12 до 15 см, расположенных друг под другом на расстоянии 2 см. Обозначьте начало, конец и середину каждой линии. Подпишите каждую линию: "здоровье", "счастье", "привлекательность" и т.д.

«Фортуна», «перспективы», «интеллект», «почтение общества». Представьте, что на начале шкалы – «физическое благополучие» - разместились все обитатели планеты: от самых больных (слева) до самых здоровых (справа).

Пометь меткой свое положение на этом отрезке. Затем укажи свою позицию на других участках.

от тех, кто испытывает горе, до тех, кто познал настоящее счастье,

от малопривлекательных до наиболее привлекательных, от неудачников до наиболее удачливых, кто ограничен в своих действиях из-за отсутствия ресурсов и способностей. люди всех умственных способностей способны достичь поставленной цели, будь то глупые или умные. от тех, кто изначально недооценивался окружающими, до тех, кто завоевал уважение и признание всех вокруг.

Затем пометьте другим цветом на каждой шкале место, куда вы бы хотели попасть. Таким образом, вы сможете определить вашу текущую и желаемую самооценку.

Известно, что оценка себя может быть разной: недооцененной (когда человек считает себя менее успешным, чем есть на самом деле); переоцененной (когда человек завышает свои способности); адекватной (когда человек имеет реалистичное представление о себе).

Упражнение 2 «Скульптура»

Порядок выполнения упражнения: Участники группы разделяются на три группы. Каждая из них должна

«вылепить» скульптуру человека с адекватной самооценкой, вторая – с заниженной, третья с завышенной самооценкой. Фигура лепится из одного их участников. Каждая подгруппа выбирает «экскурсовода», который будет рассказывать о том, что и как выражает скульптура. У каждого человека должно быть свое устойчивое мнение о себе – базовая самооценка.

Она может, меняется, под влиянием оценок окружающих людей. Желательно, чтобы самооценка была позитивной: «Я – хороший». Чаще всего, тогда и на других людей у человека будет установка: «Вы – хорошие».

Упражнение 3. «Мой портрет в лучах солнца»

Ход упражнения: Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем, вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете (какой вы

сын, внук, друг, студент). Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Это будет ответ на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?».

ЗАНЯТИЕ 7. «Доверие и сплочение»

Цель – развитие доверия между студентами, создание условий для сплочения учебной группы.

Упражнение 1. «Воображаемый подарок»

Ведущий: Представьте, что мы пришли сюда с приготовленными заранее подарками. Я предлагаю вам подарить воображаемый подарок сидящему слева участнику, но не произнося вслух, что именно вы дарите человеку. Вы должны показать подарок (без слов). Тот кто принимает подарок должен угадать, что ему дарят и назвать вслух.

Упражнение 2. «Тест на доверие»

Положите в середину круга какой-либо предмет, например вазу или книгу. Объясните группе, что сейчас начнется игра, которая делает невидимое зримым. Каждый должен встать на определенном расстоянии от находящегося в середине круга предмета. Кто встает вплотную к нему, тот тем самым говорит о высокой, по его мнению, степени доверия в группе. Чем слабее у игрока ощущения безопасности и доверия группе, тем больше будет выбранное расстояние. Попросите участников поэкспериментировать с различными расстояниями, пока они не ощутят, что выбрали место правильно. Когда все найдут свои места, предложите участникам оглядеться и оценить сложившуюся ситуацию. Теперь каждый кратко объяснит, что хотел выразить своим выбором места. Кроме того, можно комментировать выбранное положение и высказывания других членов группы.

Упражнение 3. «Комплименты»

Ход упражнения: Мяч перекидывается так же, но необходимо не поздороваться, а сказать тому, кому вы кидаете мяч, комплимент. И опять-таки, в какой-то момент перекидывания мяча тренер дает дополнительную инструкцию: «Постарайтесь, чтобы каждый из нас получил хотя бы один комплимент» Упражнение 4. «Скульптура недоверия – доверия»

Выбирается один участник по желанию, который будет «глиной», из которой другой участник, «скульптор», лепит скульптуру под названием

«Недоверие». Затем ведущий обращается к участникам: что в скульптуре говорит нам о недоверии и что можно сделать, чтобы она стала скульптурой

«Доверие»? Участники группы показывают на «глине», какие изменения они предполагают сделать для этого.

ЗАНЯТИЕ 8. «Самооценка и коммуникативные навыки»

Цель – осознание личного опыта коммуникативности, выявление барьеров в общении.

Упражнение 1 «Пожелания»

Давайте начнем сегодняшний день с того, что выскажем друг другу пожелания на день, и сделаем это так. Первый участник встанет, подойдет к любому другому, поздоровается с ним и выскажет ему пожелание на сегодняшний день. Тот, к кому подошел первый участник, в свою очередь подойдет к следующему, и так далее до тех пор, пока каждый из нас не получит пожелание на день.

При обсуждении выполнения упражнения можно пойти либо коротким путем, задав вопрос: «Как вы себя чувствуете?», либо более длинным, поставив вопрос: «Расскажите, что вы чувствовали, когда высказывали пожелание кому-то из нас, и какие у вас были чувства, состояния, когда к вам обращались с пожеланиями на день?» При обсуждении может быть выдвинута идея, важная в тренинге партнерского общения, сотрудничества, ведения деловых переговоров, о том, что дискомфорт возникает в том случае, когда обращение к человеку не соответствует его потребностям, интересам. Если во время выполнения упражнения тренер замечает, что многие участники группы испытывают трудности, то после завершения упражнения можно спросить группу именно о них. Вопрос может звучать так: «Какие у вас были трудности в ходе выполнения задания?»

Такого рода вопрос выполняет двоякую функцию: с одной стороны, отвечая на него, человек получает возможность отреагировать негативные эмоции, снять напряжение, возникшее в ходе упражнения; с другой стороны, ответы на этот вопрос позволяют осознать свой опыт и расширить его за счет мнений других участников. Осознание своего опыта в данном случае – это осознание тех барьеров, которые мешают людям быть более открытыми, искренними, лучше понимать, и чувствовать других людей.

ЗАНЯТИЕ 9. «Сюжетно-ролевые игры»

Цель – формирование у студентов новых моделей поведения в ситуациях межличностного общения, расширение гибкости поведения, благодаря возможности примерять роли разных участников общения.

Упражнение 1. «Нить Ариадны»

При помощи двух длинных веревок выкладывается лабиринт, ширина не более 50 см. – это лабиринт Минотавра.

Из команды выбирается один участник, который будет смелым древнегреческим героем. А остальные будут играть роль Ариадны, точнее ее нити. Тесей попадает в темный лабиринт – соответственно ему завязывают глаза, а остальные, помощники, помогают ему выбраться. При этом вы будете направлять шаги Тесея, давая ему команды. Говорить можно только по очереди и только по одному слову, иначе нить не выдержит и порвется.

Если Тесей выступит за границы лабиринта, или будет сказано более одного слова, или хором – придется начинать путь сначала.

Упражнение 2. «Сказка Колобок»

Роли сказки поделить между членами группы. Разыграть свой сценарий сказки.

ЗАНЯТИЕ 10. «Сенситивный тренинг»

Цель – создание условий для повышения самопонимания и понимания других, чувственному пониманию групповых процессов, познанию социально-психологического климата в коллективе и развитию ряда поведенческих навыков.

Упражнения на развитие эмпатии, социального интеллекта, межличностной чувствительности и взаимопонимания участников группы.

Упражнение 1. «Узнай по рукам»

Стулья ставятся в два ряда, друг напротив друга. Участникам предлагается снять с рук кольца, браслеты и завязать глаза. Ведущий рассаживает участников так, чтобы они не знали, кто сидит напротив. Задача участников: в полной тишине, только касаясь рук сидящего напротив человека, охарактеризовать его и предположительно назвать имя и только затем снять повязку с глаз.

Упражнение 2. «Сиамские близнецы»

Упражнение выполняется в парах. Партнеры в парах стоят рядом, плечом к плечу и стопа к стопе. Задача в том, чтобы сделать как можно больше шагов на разделившись. Желательно, чтобы каждый участник попытался пройти в паре со всеми участниками в группе.

ЗАНЯТИЕ 11. Игра «Сотворение мира»

Цель – творческое самораскрытие участников и повышение их компетентности в области социальной адаптации.

Необходимый материал: лист ватмана, ножницы, клей, цветные фломастеры. 1. После того, как «мир сотворен», тренер разрезает лист ватмана на количество частей, равное количеству работающих подгрупп. Далее тасует и путает разрезанные части, после чего раздает каждой подгруппе по одной части «сотворенного мира» со следующим заданием:

- описать доставшуюся часть созданного мира;
- дать всему необходимые названия;
- подчеркнуть характерные особенности;
- государственный строй;
- сферы деятельности;
- предметы импорта и экспорта;
- приблизительная численность населения; чем население занимается;
- культурные традиции (гимн, флаг, сленг, мифы, легенды, нормы, правила, стандарты жизни и поведения, что нужно знать и уметь иностранцу, чтобы попасть в государство, и т.д.).

Время выполнения задания – 40 минут.

1. Презентация участников каждой из подгрупп происходит по следующей схеме: рассказ о своем государстве, реальные перспективы государственного развития с позиции карты востребованных профессий, готовность к сотрудничеству, реальность проникновения в страну эмигрантов и т.д.

2. По окончании презентации происходит обсуждение аспектов «совместного сотворения» и общей ответственности за существование и развитие мира, оценка динамики и перспектив дальнейшего мирового развития.

ЗАНЯТИЕ 12. Игра «Аукцион ценностей»

Цель – осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а так же их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации.

Правила проведения игры: Сюжет игры «Аукцион ценностей» соответствует названию: объявляется аукцион, на котором распродаются жизненные ценности. Задача участника – приобрести как можно больше ценностей, имеющих для него наибольшее значение.

В начале игры ведущий раздает бланки со списками жизненных ценностей. Участники должны оценить каждый пункт списка по следующей шкале: «+» - положительное отношение, «0» - безразличное отношение, «-» отрицательное отношение к данной ценности. Затем ведущий собирает бланки и подсчитывает количество и стартовую стоимость каждой ценности, которая будет выставлена на аукционе. Правила подсчета составляются таким образом, что ценность, которая привлекательна для большего числа игроков, имеет большую игровую «стоимость» и, соответственно, представлена в меньшем количестве игровых «лотов». Далее объясняется,

что «валютой», за которую можно будет приобретать ценности, является количество очков, набранное в упражнении на ловкость (сбивание кеглей, метание мячей, дротиков и т.п.). На всю игру участникам дается ограниченное количество попыток для выполнения упражнения.

Перед началом аукциона участник выбирает пять наиболее важных ценностей, за которые он собирается бороться. Этот выбор фиксируется в «плане аукциона». При этом после первоначального составления плана, участники могут внести в него необходимые изменения, после того, как ведущий объявит стартовую цену каждого «лота».

Ведущий ориентирует участников на необходимость максимального выполнения составленного «плана». Затем начинается процесс аукциона. Ведущий объявляет игровой «лот»: наименование и стоимость ценности. Право на «покупку» получает участник, назвавший наибольшую цену «лота». Участник, получивший право на покупку, выполняет упражнение. Он может при этом использовать любое количество имеющихся в его распоряжении попыток. При этом все набранные очки можно не использовать на

приобретение данного «лота».

В том случае, если игрок отказался от приобретения заявленной ценности или набранных им очков недостаточно,

«лот» снова выставляется на продажу. Аукцион прекращается, когда все ценности были «проданы» или все игроки израсходовали отведенные им попытки. Затем составляется список «достижений», в который входят все приобретенные участником ценности. При этом вместо «плановой» ценности, которую игрок не смог приобрести, в список вносится ее

«противоположность», например, вместо ценности

«Счастливая семейная жизнь» – «Неудачная семейная жизнь» и т.п.

В обсуждении важно обратить внимание участников на то, как менялось отношение к тем или иным ценностям по мере изменения их

«цены», достижений игроков в процессе выполнения упражнения на ловкость. Ведущий также может проинформировать участников о результатах опроса, проведенного в начале игры. В ходе обсуждения ведущий может предложить каждому участнику назвать ту ценность, которую он считает основной, определяющей жизнь человека. Также может быть затронут вопрос о том, как конкретная профессия влияет на характер ценностных ориентаций. Сложности проведения данной игры связаны с поддержанием динамики игрового действия, а именно переходов от выполнения упражнения на ловкость к аукциону, фиксацией достижений участников, а также с оформлением игровой «документации», поэтому желательно, чтобы ведущему помогал ассистент.

ЗАНЯТИЕ 13. «Что изменилось во мне?»

Цель – подведение итогов, развитие обобщающей рефлексии.

Обсуждение результативности занятий, ценности знаний, умений и навыков, полученных каждым из участников. Предлагается высказаться каждому участнику по очереди, что изменилось в них самих и в других членах учебной группы.

Табл. 1, п. 6

Результаты повторной диагностики адаптации студентов-сирот по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Сергей Б.	142	в	26	в	56	в	48	в	32	в	10	с	8	н
2.	Марина Б.	127	с	31	в	42	с	51	в	24	с	8	с	6	н
3.	Илья В.	150	в	26	в	61	в	46	в	30	в	11	с	9	н
4.	Анастасия Д.	115	с	18	с	38	с	48	в	36	в	14	в	8	н
5.	Ирина К.	127	с	30	в	46	с	38	с	18	с	7	с	14	с
6.	Виктория К.	98	с	22	с	44	с	44	в	22	с	9	с	16	с
7.	Анна П.	138	в	28	в	54	в	48	в	31	в	12	с	7	н
8.	Александра С.	149	в	27	в	61	в	50	в	23	с	8	с	9	н
9.	Игорь М.	108	с	13	с	42	с	40	с	32	в	11	с	17	с
10.	Валентина С.	152	в	31	в	56	в	46	в	32	в	9	с	6	н
11.	Светлана Ф.	100	с	18	с	44	в	38	с	18	с	8	с	6	н
12.	Анастасия Л.	110	с	22	в	48	в	44	в	32	в	8	с	8	н
13.	Илья П.	98	с	28	в	31	с	51	в	30	в	14	в	9	н
14.	Александр Д.	114	с	20	в	60	в	46	в	28	с	10	с	10	н
15.	Валентина И.	148	в	26	в	56	в	42	в	26	с	7	с	17	с
16.	Ксения К.	112	с	18	с	38	с	38	с	32	в	10	с	14	с
17.	Юлия Г.	118	с	22	в	42	с	40	с	24	с	7	с	18	с
18.	Василиса С.	122	с	28	в	61	в	42	в	20	с	10	с	14	с
19.	Мария С.	144	в	31	в	58	в	51	в	18	с	7	с	10	н
20.	Максим Щ.	114	с	20	в	52	в	38	с	30	в	9	с	8	н
21.	Анастасия В.	128	с	24	в	31	с	46	в	32	в	12	с	7	н
22.	Анна Ю.	144	в	30	в	36	с	48	в	28	с	14	в	14	с
23.	Константин В.	150	в	28	в	44	с	52	в	26	с	14	в	8	н
24.	Анна Н.	100	с	22	в	48	в	56	в	18	с	14	в	10	н
25.	Виталий К.	116	с	18	с	52	в	40	с	20	с	11	с	7	н
26.	Марина Д.	98	с	20	в	48	в	41	в	28	с	7	с	16	с
27.	Алиса Ч.	110	с	18	с	56	в	38	с	32	в	10	с	9	н
28.	Закар Д.	128	с	18	с	61	в	54	в	30	в	8	с	6	н
29.	Николай Т.	118	с	22	в	40	в	50	в	24	с	9	с	10	н
30.	Тахир Щ.	100	с	28	в	44	с	52	в	20	с	7	с	7	н

Условные обозначения: А – шкала «Адаптация»; ПД – шкала «Принятие других»; И – шкала «Интернальность»; С – шкала «Самопринятие»; ЭК – шкала «Эмоциональная комфортность»; СД – шкала «Стремление к доминированию»; Э – «эскапизм»; н – низкие значения; с – средние значения; в – высокие значения.

Результаты повторного исследования уровня адаптивности студентов-сирот по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйло

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально-психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Сергей Б.	7	выше среднего
2.	Марина Б.	7	выше среднего
3.	Илья В.	5	средний
4.	Анастасия Д.	5	средний
5.	Ирина К.	6	выше среднего
6.	Виктория К.	5	средний
7.	Анна П.	8	высокий
8.	Александра С.	5	средний
9.	Игорь М.	5	средний
10.	Валентина С.	8	высокий
11.	Светлана Ф.	6	выше среднего
12.	Анастасия Л.	6	выше среднего
13.	Илья П.	7	выше среднего
14.	Александр Д.	6	выше среднего
15.	Валентина И.	8	высокий
16.	Ксения К.	8	высокий
17.	Юлия Г.	6	выше среднего
18.	Василиса С.	7	выше среднего
19.	Мария С.	6	выше среднего
20.	Максим Щ.	8	высокий
21.	Анастасия В.	8	высокий
22.	Анна Ю.	5	средний
23.	Константин В.	6	выше среднего
24.	Анна Н.	5	средний
25.	Виталий К.	5	средний
26.	Марина Д.	8	высокий
27.	Алиса Ч.	5	средний
28.	Закар Д.	7	выше среднего
29.	Николай Т.	7	выше среднего
30.	Тахир Щ.	7	выше среднего

Результаты повторной диагностики адаптации студентов – первокурсников, воспитывающихся в семьях по методике «Диагностика социально-психологической адаптации» (авторы – К. Роджерс и Р. Даймонд)

№ п/п	Имя Ф.	Шкалы													
		А		ПД		И		С		ЭК		СД		Э	
		баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень	баллы	уровень
1.	Артем С.	142	в	25	в	54	в	49	в	39	в	14	в	6	н
2.	Юлия А.	108	с	27	в	62	в	47	в	22	с	9	с	4	н
3.	Дмитрий В.	98	с	21	с	44	с	36	с	30	в	10	с	6	н
4.	Марина М.	140	в	30	в	58	в	50	в	20	с	14	в	8	н
5.	Анна Д.	86	с	32	в	60	в	53	в	34	в	11	с	5	н
6.	Анастасия С.	151	в	28	в	52	с	57	в	54	в	15	в	6	н
7.	Алексей Г.	123	с	25	в	59	в	46	в	40	в	7	с	9	н
8.	Виктор Г.	142	в	26	в	58	в	50	в	34	в	9	с	3	н
9.	Виктория К.	117	с	24	с	56	в	48	в	39	в	13	в	9	н
10.	Марина К.	146	в	30	в	60	в	54	в	27	с	9	с	5	н
11.	Григорий В.	100	с	22	с	44	с	40	в	28	в	8	с	5	н
12.	Алиса Д.	110	с	30	в	61	в	44	в	34	в	10	с	4	н
13.	Вячеслав П.	98	с	24	с	48	с	56	в	38	в	14	в	6	н
14.	Орхан А.	152	в	28	в	52	с	52	в	36	в	11	в	9	н
15.	Кирилл а.	156	в	26	в	58	в	44	в	34	в	14	в	9	н
16.	Анастасия В.	142	в	28	в	60	в	58	в	28	в	10	с	4	н
17.	Андрей И.	112	в	30	в	48	с	52	в	34	в	9	с	9	н
18.	Гурген А.	118	в	31	в	52	с	36	с	27	с	7	с	6	н
19.	Мария С.	116	с	26	в	58	в	48	в	42	в	10	с	5	н
20.	Екатерина Р.	151	в	21	с	56	в	46	в	34	в	11	в	4	н
21.	Артем Ф.	144	в	28	в	44	с	50	в	22	с	15	в	6	н
22.	Сергей Н.	132	в	31	в	48	с	41	в	39	в	13	в	9	н
23.	Виктория В.	146	в	30	в	56	в	48	в	43	в	11	в	4	н
24.	Анастасия А.	154	в	28	в	51	с	46	в	26	с	7	с	5	н
25.	Павел О.	148	в	26	в	46	с	48	в	41	в	15	в	6	н
26.	Кристина Т.	118	с	22	с	50	с	52	в	40	в	8	с	9	н
27.	Виктор Н.	118	в	26	в	60	в	36	с	29	в	8	с	4	н
28.	Тимофей К.	122	в	28	в	44	с	44	в	36	в	10	с	5	н
29.	Даниил Я.	138	в	31	в	48	с	58	в	40	в	11	с	6	н
30.	Анна И.	142		21	с	50	с	40	в	21	с	15	в	6	н

Результаты повторного исследования адаптивности студентов – первокурсников, воспитывающихся в семьях по методике «Самооценка психологической адаптивности» (авторы – Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

№ п/п	Имя Ф.	Уровни социально–психологической адаптивности	
		баллы	уровень
1.	Артем С.	8	высокий
2.	Юлия А.	6	выше среднего
3.	Дмитрий В.	7	выше среднего
4.	Марина М.	5	средний
5.	Анна Д.	7	выше среднего
6.	Анастасия С.	8	высокий
7.	Алексей Г.	7	выше среднего
8.	Виктор Г.	9	высокий
9.	Виктория К.	7	выше среднего
10.	Марина К.	7	выше среднего
11.	Григорий В.	5	средний
12.	Алиса Д.	8	высокий
13.	Вячеслав П.	7	выше среднего
14.	Орхан А.	5	средний
15.	Кирилл а.	9	высокий
16.	Анастасия В.	7	выше среднего
17.	Андрей И.	8	высокий
18.	Гурген А.	9	высокий
19.	Мария С.	9	высокий
20.	Екатерина Р.	7	выше среднего
21.	Артем Ф.	9	высокий
22.	Сергей Н.	8	высокий
23.	Виктория В.	7	выше среднего
24.	Анастасия А.	9	высокий
25.	Павел О.	8	высокий
26.	Кристина Т.	8	высокий
27.	Виктор Н.	7	выше среднего
28.	Тимофей К.	9	высокий
29.	Даниил Я.	7	выше среднего
30.	Анна И.	8	высокий

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии
Направление подготовки (код) 37.03.01 Психология
Направленность (профиль) образовательной программы
Юридическая психология
Выпускающая кафедра психологии

РЕЦЕНЗИЯ

на выпускную квалификационную работу
Студентки Дубецкой Анастасии Андреевны_группы 150-ЮП
(Ф.И.О. полностью)

на тему «Тренинг как средство профилактики-социально психологической
дезадаптации у студентов-сирот на первом курсе»
(полное наименование темы согласно приказу)

Выпускная квалификационная работа бакалавра выполнена на 82 страницах,
содержит приложения на 27 страницах.

1. Актуальность, новизна и практическая значимость темы: достаточная. Данная тема работы на сегодняшнее время актуальна, поскольку исследователи по вопросам сиротства отмечают, что у данной категории детей возникает наибольшее количество трудностей в период вхождения во взрослую самостоятельную жизнь. Тяжело без поддержки семьи и близких, поэтому большинство детей из числа сирот, не может самостоятельно и успешно справиться с возникшими проблемами в процессе адаптации во взрослом обществе. Социальный опыт, ранее полученный ребенком-сиротой в течение своей жизни, не всегда является достаточным, а порою имеет негативный характер. Поэтому в новых жизненных обстоятельствах, с которыми сталкивается сирота, в новой социальной роли студента, приводят его к очередным проблемам, из которых он вынужден искать выход.
2. Логическая последовательность. Автором на высоком теоретическом и методологическом уровне обработано большое количество научного материала. Содержание выпускной квалификационной работы логически структурировано и написано научным стилем изложения.
3. Аргументированность и конкретность выводов и предложений. Выводы, представленные в работе, аргументированы в полном объеме и логично исходят из тезисов, изложенных в дипломной работе.
4. Полнота проработки литературных источников. Автор выпускной квалификационной работы показал достаточный уровень владения теоретическими положениями по выбранной теме исследования.

5. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций, приложений, графиков. Работа оформлена понятно и разборчиво, на высоком уровне.

6. Положительные стороны работы. Разработанный в ходе исследования тренинг направленный на успешную адаптацию студентов-сирот к обучению в вузе, содействует успешной адаптации студентов-сирот к новым условиям жизнедеятельности: развитие адаптационных возможностей и предупреждение дезадаптации студентов-сирот первого года обучения.

7. Недостатки работы. В работе не достаточно чётко прописаны причины трудностей учащихся-сирот в образовательном учреждении.

8. Оценка сформированности компетенций ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9, ОПК-1, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12, ПК-13, ПК-14, отработанных обучающимся при работе над темой выпускной квалификационной работы. Все компетенции отработаны в полном объеме и сформированы на высоком уровне.

9. Какие предложения целесообразно внедрить в практику. Разработанный комплекс упражнений рекомендован к использованию в практике психологического обеспечения профессиональной деятельности сотрудников.

10. Выпускная квалификационная работа соответствует установленным требованиям к выпускным квалификационным работам и может быть рекомендована к защите на заседании Государственной экзаменационной комиссии.

Работа заслуживает оценки «отлично», а ее автор заслуживает присвоения
(оценка прописью)
квалификации бакалавр.

Рецензент выпускной квалификационной работы _____

Каракевин Н.Н., рецензент к.п.н. И.Т.У.им
(Ф.И.О (полностью), должность, ученая степень, ученое звание, место работы)
В.П. Астафьева

« 05 » июня 2024 г.



[Signature]

(подпись рецензента)

С рецензией ознакомлена
Дубинкина А.А.
05.04.24 [Signature]

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы Юридическая психология

Выпускающая кафедра психологии

ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу

Студентки Дубецкой Анастасии Андреевны группы 150-юп

(Ф.И.О. полностью)

на тему «Тренинг как средство профилактики как средство профилактики социально-психологической дезадаптации у студентов - сирот на первом курсе»

(полное наименование темы согласно приказу)

Выпускная квалификационная работа бакалавра выполнена на 50 страницах, содержит приложение на 31 страницах.

Актуальность и значимость темы: Данная тема работы на сегодняшнее время актуальна, поскольку исследователи по вопросам сиротства отмечают, что у данной категории детей возникает наибольшее количество трудностей в период вхождения во взрослую самостоятельную жизнь. Тяжело без поддержки семьи и близких, поэтому большинство детей из числа сирот, не может самостоятельно и успешно справиться с возникшими проблемами в процессе адаптации во взрослом обществе. Социальный опыт, ранее полученный ребенком-сиротой в течение своей жизни, не всегда является достаточным, а порою имеет негативный характер. Поэтому в новых жизненных обстоятельствах, с которыми сталкивается сирота, в новой социальной роли студента, приводят его к очередным проблемам, из которых он вынужден искать выход.

2. Логическая последовательность: в работе прослеживается логическая взаимосвязь всех частей выпускной квалификационной работы друг с другом и соответствует поставленной цели.

3. Аргументированность и конкретность выводов и предложений: выводы и предложения выпускной квалификационной работы Дубецкой А.А. последовательны, аргументированы, соответствуют собранному материалу.

4. Полнота проработки литературных источников: Дубецкая А.А. проработала 40 литературных источников, что позволило раскрыть изучаемый вопрос в полной мере.

5. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций, приложений, графиков: оформление выпускной квалификационной работы Дубецкой А.А. соответствует требованиям, предъявляемым к выпускной квалификационной

работе.

6. Положительные стороны работы: автор исследования выбрала интересную и крайне актуальную на сегодняшний день тему, имея доступные ресурсы, провела исследование в достаточном объеме. Результаты, полученные в ходе исследования, могут быть использованы в последующих исследованиях на более широкой выборке.

7. Уровень самостоятельности при работе над темой выпускной квалификационной работы: Дубецкая А.А. выполнила выпускную квалификационную работу самостоятельно в полном объеме.

8. Недостатки работы: отсутствуют.

9. Оценка сформированности компетенций ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9, ОПК-1, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12, ПК-13, ПК-14, отработанных обучающимся при работе над темой выпускной квалификационной работы: в данной работе продемонстрированы хорошие аналитические способности, умение анализировать и систематизировать собранную информацию, а так делать самостоятельные выводы, предложения и обобщения.

10. Выпускная квалификационная работа соответствует установленным требованиям к выпускным квалификационным работам и может быть рекомендована к защите на заседании Государственной экзаменационной комиссии. Работа заслуживает оценки _____.

Руководитель выпускной квалификационной работы
Тамшова Светлана Александровна,
доцент, канд. психол. наук
(Ф.И.О. должность, ученая степень, ученое звание)

«28» 06 2024г.

(подпись руководителя)

С журналом ознакомлена
05.07.24
Дубецкая А.А.

znani^um.com

электронно-библиотечная система

Интеллектуальный поиск и анализ научных публикаций ИНФРА-М

Обработан файл Дубецкая А.А. ВКР Тренинг как средство профилактики социально-психологической дезадаптации у студентов-сирот на первом курсе.pdf.

Год публикации: 2024.

Оценка оригинальности документа – 90,5 %

Дубецкая А. А.
05.04.24 

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Согласие
выпускника на размещение выпускной квалификационной работы в электронно-библиотечной системе АНО ВО СИБУП

1. Я, Пурещка Анастасия Андреевна

(фамилия, имя, отчество полностью)

студент (ка) группы 150-101 факультета психологии Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии» (далее – АНО ВО СИБУП), разрешаю АНО ВО СИБУП воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме написанную мною в рамках выполнения образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра на тему

Тренинг как средство формирования социально-психологической адаптации у студентов - сирот на первом курсе.

(наименование работы)

в открытом доступе в электронно-библиотечной системе, таким образом, чтобы любой пользователь данного портала мог получить доступ к выпускной квалификационной работе из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на выпускную квалификационную работу.

2. Я подтверждаю, что выпускная квалификационная работа написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает авторских прав иных лиц.

«05» июня 2024 г.


(подпись)

«Федеральное государственное
бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный
университет гражданской авиации
имени Главного маршала авиации А.А.
Новикова»»

Юридический адрес: 660135, Россия, г.
Красноярск, ул. Взлетная 15

т/ф +7 (391) 216-59-97

email: kfspbguga.ru

Ректору АНО ВО «Сибирский Институт
бизнеса, управления и психологии»

В.Ф. Забуге

ЗАЯВКА

Прошу Вас направить студентку группы 150-ЮП Дубецкую Анастасию Андреевну факультета психологии Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии» для проведения исследования на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения «Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации» на тему «Тренинг как средство профилактики социально - психологической адаптации у студентов сирот на первом курсе».

ИО директора Красноярского филиала им. В.С. Молокова «СПБГУ ГА»



Н.П.Мельниченко

«29» 08 2024 г.

«Федеральное государственное
бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный
университет гражданской авиации
имени Главного маршала авиации А.А.
Новикова»»

Юридический адрес: 660135, Россия, г.
Красноярск, ул. Взлетная 15
т/ф +7 (391) 216-59-97
email: kfspbguga.ru

АКТ ВНЕДРЕНИЯ

Результаты выпускной квалификационной работы Дубецкой Анастасии Андреевны, студентки группы 150-ЮП факультета психологии Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии» по теме: «Тренинг как средство профилактики социально - психологической адаптации у студентов сирот на первом курсе» внедрены в деятельность психолога. Материалы и рекомендации используются при работе со студентами, оставшимися без попечения родителей, с целью формирования у студентов комфортной адаптации и социализации в вузе.

ИО директора Красноярского филиала им. В.С. Молокова «СПБГУ ГА»



Н.П.Мельниченко

«01» 04 2024 г.