

2. Жданова, С. П. Психологическое сопровождение профессионального развития студентов-психологов: дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / С. П. Жданова; Томск, 2007. — 252 с.
3. Зайцева, Т. В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструмент воздействия/ Т.В. Зайцев. — СПб.: Речь; 2002. — 80 с.
4. Зеер, Э. Ф. Психология профессий/ Э.Ф. Зеер. — М.: Академический проект, 2006. — 336 с.
5. Поваренков, Ю. П. Психологическое содержание профессионального становления человека/Ю.П. Поваренков. — М.: УРАО, 2002. —160 с.
6. Шматова, Е. П. Психологическое сопровождение студентов педагогического вуза в процессе обучения /Е.П. Шматова //Молодой ученый. — 2014. — №1. — С. 639-641.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ В РАМКАХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ВУЗА

*Марина Александровна Канищева
Белгородский государственный
национальный исследовательский университет,
Ассистент,
г. Белгород, Россия*

Аннотация. В статье анализируется понятие психологического сопровождения, рассматриваются основные подходы к пониманию проблемы психологического сопровождения личностного развития студентов, выделяются основные цели, задачи, и направления осуществления психологического сопровождения в условиях психологической службы вуза.
Ключевые слова: психологическое сопровождение, личность, студенческий возраст, психологическая служба, образ будущего, саморазвитие.

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PERSONAL DEVELOPMENT OF STUDENTS IN THE FRAMEWORK OF ACTIVITY OF PSYCHOLOGICAL SERVICE OF THE HIGHER EDUCATION INSTITUTE

Marina A. Kanishcheva

Belgorod National Research University
Senior Lecturer,
Belgorod, Russia

Annotation. In article the concept of psychological maintenance is analyzed, the main approaches to understanding problems of psychological maintenance of personal development of students are considered, main objectives, tasks, and the directions of implementation of psychological maintenance in the conditions of psychological service of higher education institution are allocated.

Key words: psychological maintenance, personality, student's age, psychological service, image of the future, self-development.

Различные аспекты работы психологической службы вуза в последнее время стали одной из актуальных проблем научных психологических исследований (А.Г. Асмолов, М.Р. Битянова, И.В. Дубровина, И.М. Каманов, Н.В. Морозова, Р.В. Овчарова, А.М. Прихожан, В.В.Рубцов, Л.М. Фридман и др.). Во многих работах подчеркивается, что психологическая служба может выступать в качестве одного из средств реализации программы личностно-развивающего образования и оказывать значимую помощь в создании условий для полноценного развития личности. Таким образом, вопросы интенсивного становления и необходимости внедрения в практику сменились рефлексией относительно ее потенциала, надежности, эффективности.

Актуальность развития системы психологического сопровождения в рамках деятельности психологической службы ВУЗа подтверждается современной практикой российского образования, общей гуманизацией общества.

Психологическое сопровождение определяется психологами (И.А. Баева, М.Р. Битянова В.А. Горянина, Л.М. Митина, В.С. Мухина) как

поддержка психически здоровых людей, у которых на определенном этапе жизненного пути возникают трудности.

Главной целью психологического сопровождения студентов выступает активизация компонентов адаптационного потенциала личности (нервно-психическая устойчивость, самооценка и конфликтоустойчивость личности) [2; 4].

Основными задачами психологического сопровождения являются психологическая поддержка студентов в процессе адаптации к требованиям образовательного процесса на разных ступенях, развитие всех свойств и качеств, обуславливающих динамические свойства, структуру адаптационного ответа на возникающие рассогласования в системе личность-среда.

Теоретическим аргументом необходимости основания психологической службы в ВУЗе может выступать то, что студенческий возраст является вершиной развития творческого воображения, логического мышления, смысловой целостности и осознанности. Но, в то же время, в силу регулярно осуществляемой реформы в системе образования, у многих студентов наблюдаются очевидные недостатки, пробелы, диспропорциональность в развитии когнитивной сферы.

В первую очередь психологическое сопровождение необходимо студентам первого курса, студентам-инвалидам и студентам-мигрантам, т.к. именно они в большей степени склонны испытывать серьезные затруднения в процессе социально-психологической адаптации к новому учебному коллективу, к специфике изучаемых курсов, к требованиям преподавателей. Следовательно, они нуждаются в психологической помощи, направленной на обучение навыкам бесконфликтного общения с преподавателями и одногруппниками; на повышение профессиональной мотивации; на формирование навыков саморегуляции психоэмоционального состояния. Специалисты психологической службы вуза могут помочь сделать более продуктивным и позитивным процесс обучения.

Среди подходов к пониманию психологического сопровождения психологи [3] выделяют адаптационное направление, опирающееся на выявление закономерностей адаптации студентов в вузе. Оно осуществляется психологом посредством создания благоприятной образовательной среды.

Ряд авторов кроме адаптационного рассматривает профессионально-психологическое направление [5], предполагающее как за счет активных специальных программ, так и с помощью психологических рекомендаций руководству и профессорско-преподавательскому составу ВУЗа развитие профессионально важных качеств студентов.

За счет акмеологических технологий и повышения эффективности самостоятельной работы студентов в рамках психолого-акмеологического направления предполагается формирование способности студентов к саморазвитию.

С нашей точки зрения целесообразно выделить прогностическое направление, которое заключается в формировании способности к выстраиванию собственного будущего, являющегося важным моментом в жизни студентов, которые стоят на пороге самостоятельной жизни в обществе взрослых.

Главной задачей в формировании образа будущего является овладение умением перспективного планирования, заключающегося в дифференцировании бесплодных мечтаний от жизненных планов, основанных на понимании значимых потребностей в различных сферах жизни [1]. В оптимально организованный учебно-воспитательный процесс должно быть включено специальное руководство, направленное на: составление целостной картины образа будущего и развитие рефлексии в отношении собственного будущего, убеждение в необходимости прилагать усилия для достижения поставленных целей.

Коррекционная работа должна быть направлена на активизацию и раскрытие позитивного личностного потенциала, формирование системы

духовных ценностей, на осознание себя в настоящем, восстановление и накопление внутренних ресурсов.

С нашей точки зрения целесообразно использовать техники с высоким уровнем символизации и малой формализованностью, которые позволяют преодолевать возникающее сопротивление и вызвать заинтересованность к работе. Работа может быть организована как в индивидуальной, так и групповой форме. На первых этапах нужно уделить внимание знакомству с категорией времени, вызвать интерес к временной перспективе как психологическому феномену, ее построению, научить осознавать себя во времени. Необходимо оказать помощь в овладении умением ставить цели в соответствии с собственными потребностями, соотносить жизненные ценности с выбором дальнейшего жизненного пути, развивать готовность к принятию решений, что позволяет заложить основы для формирования собственного образа будущего содействовать в освоении навыков планирования в соответствии с поставленными целями. Актуализировать потребность познания себя во времени, а также инициировать положительное эмоциональное отношение к выбору собственного жизненного пути на основе осознания себя как субъекта данного выбора. Нужно формировать готовность к развитию профессионального самосознания, личностному развитию, самосовершенствованию. Во время работы обязательно предоставление максимально возможной активности, самостоятельности и инициативы. Уделять внимание процессу становления принятия ответственности за результаты работы

Выбор адекватных методов формирования образа будущего и коррекции деформированного образа будущего должен базироваться на анализе его индивидуальных характеристик, а также типологических особенностей. Необходимо формировать способность к осмыслению жизненных целей, планов и средств их достижения, а также стимулировать понимание собственного вклада в их достижение. Культивировать осознание необходимости дальнейшего развития и поиск его главных направлений, а

также изменение личностных механизмов, препятствующих дальнейшему развитию. Необходима работа как по раскрытию собственных ресурсов в настоящем, так и по актуализации ориентации на использование паттернов поведения, способствующих реализации оптимального продуктивного образа будущего.

Таким образом, личностное развитие студентов ВУЗа будет более эффективным, если в рамках деятельности психологической службы ВУЗа будет реализована программа психологического сопровождения, направленная на повышение адаптационных возможностей личности, развитие коммуникативной компетентности, планирования будущего, эмоциональной гибкости, креативности в процессе решения профессиональных задач, навыков саморегуляции деятельности и эмоционально-волевой сферы.

Список литературы:

1. Канищева, М.А. Особенности образа будущего у студентов с разным уровнем субъективного контроля: Автореф. дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.13. Ростов-на-Дону: ЮФУ, 2016. 22 с.
2. Кузнецов,а Л.Э. Психологические условия оптимизации социально-психологической адаптации студентов к учебной деятельности // Молодой ученый / Л.Э. Кузнецова, Н.В. Элпис – Чита: «Издательство молодой ученый». – 2015. – № 9 (89) – С. 1259-1261.
3. Скворцов, В.Н. Теоретические и методологические основы организации психологического сопровождения образовательного процесса в вузе // Вестн. Ленинград. гос. ун-та им. А.С. Пушкина // В.Н. Скворцов, А.Г. Маклаков – 2012. № 3 (5). – С. 7–16.
4. Трофимова, Н.Б. Социальная адаптация выпускников школ и нравственной регуляции поведения // Антропоцентрические науки: инновационный взгляд на образование и развитие личности / Н.Б. Трофимова – 2015. – С. 38-42.

5. Чермянин, С.В. Методические и организационные проблемы обеспечения профессионально-психологического сопровождения учебного процесса в вузах Министерства обороны // Воен.-мед. журн. / С.В. Чермянин, В.А. Корзунин, Д.Ю. Будко и др. – 2008. – № 6. – С. 33–37.

АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ–ПЕРВОКУРСНИКОВ К СРЕДЕ ВУЗА

Ольга Леонидовна Ковалева

*Белгородский государственный национальный
исследовательский университет,
доцент кафедры общей и клинической психологии
г. Белгород, Россия*

Аннотация. В работе представлены аспекты адаптации студентов первого курса к вузовской среде, а также возможности и перспективы повышения уровня индивидуальной стрессоустойчивости в системе стресс-менеджмента.
Ключевые слова: адаптация, стрессоустойчивость, стресс-факторы, студенты-первокурсники.

ASPECTS OF ADAPTATION OF FIRST–YEAR STUDENTS TO THE UNIVERSITY ENVIRONMENT

Olga L. Kovaleva

*Belgorod State National Research University
associate professor at the Department
of General and Clinical Psychology for the Faculty of Psychology
Belgorod, Russia*

Annotation. The paper presents the aspects of adaptation of the first year students to the university environment, as well as the opportunities and prospects for increasing the level of individual stress resistance in the stress management system.

Key words: adaptation, stress resistance, stress factors, first-year students.

Одной из актуальных проблем практической психологии является проблема стресса и адаптация студентов первого года обучения к учебному