

Учреждение образования  
«Белорусская государственная  
Орден Октябрьской Революции  
и Трудового Красного Знамени  
сельскохозяйственная академия»

УТВЕРЖДЕНА  
Первым проректором  
УО «Белорусская государственная  
сельскохозяйственная академия»  
А.В. Колмыковым  
06.04.2018 г.

ПРОГРАММА  
06.04.2018 г. № 12-24/52  
г. Горки

**социально-психологической адаптации студентов первого года  
обучения в УО БГСХА на 2018-2023 годы**

### **1 Актуальность программы**

Подготовка квалифицированных молодых специалистов - аграрников является одним из важнейших направлений молодежной политики нашего государства. Следовательно, актуальной задачей учреждений, обеспечивающих получение высшего образования республики, является задача развития конкурентоспособности будущих специалистов, которая отвечала бы возрастающим требованиям рынка труда к качеству трудовых ресурсов, на основе интеграции образования, науки и производства.

Адаптация студентов сельскохозяйственного вуза заслуживает особого внимания. Проблема адаптации молодежи более актуальна, когда речь идет о будущем специалисте на селе. Именно от того, как подготовлен молодой специалист, зависит уровень его профессиональной деятельности, а, следовательно, успешность возрождения села, эффективность работы сельскохозяйственного производства.

Основной целью развития социально-психологической службы в вузе, является психолого-педагогическое сопровождение личности обучаемого в процессе образования, формирование у студента психологической готовности к жизненному самоопределению, включающему личностное, социальное и профессиональное развитие.

Сегодня, наряду с процессом обучения, значительную роль в реализации этой задачи приобретает процесс воспитания, поскольку мы должны подготовить не только грамотного специалиста, но и личность, которая стремится к развитию и самосовершенствованию.

Педагоги, осуществляющие воспитательную работу в условиях вуза, обязаны знать, что одна из сложнейших задач – это обеспечение социализации студентов, создание позитивного морально-психологического климата в коллективе и условий для проявления активной жизненной позиции, инициативы, самостоятельности, формирования навыков здорового образа жизни.

При поступлении в вуз студент-первокурсник испытывает кризисное состояние, причинами которого являются изменения окружающей социальной реальности, способов ее восприятия и интерпретации, психологические потрясения. Это связано с тем, что поступление в ВУЗ приходится на один из критических периодов развития личности – юношеский возраст, связанный с личностным и профессиональным самоопределением вчерашних школьников. Проблемы возрастного кризиса накладываются на проблемы адаптации к новому социальному окружению, принятию нового социального статуса – «первокурсника», «студента».

В настоящее время проблема адаптации студентов на начальном этапе профессиональной подготовки занимает одно из центральных мест в работе педагогов – психологов.

Адаптация студентов к обучению в вузе имеет свои особенности. Вхождение молодых людей в систему вузовского обучения, приобретение ими нового социального статуса студента требуют от них выработки новых способов поведения, позволяющих им в наибольшей степени соответствовать своему новому статусу. Такой процесс приспособления может проходить достаточно длительное время, что может вызвать у человека перенапряжение как на психологическом, так и на физиологическом уровнях, вследствие чего у студента снижается активность и он не может не только выработать новые способы поведения, но и выполнять привычные для него виды деятельности.

Выделяют две стороны адаптации студентов:

- профессиональную адаптацию, под которой понимается приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе;

- социально-психологическую адаптацию - приспособление индивида к группе, взаимоотношениям в ней, выработка собственного стиля поведения.

Различают три формы адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза:

- адаптация формальная, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к структуре высшей школы, к содержанию обучения в ней, ее требованиям к своим обязанностям;

- адаптация общественная, то есть процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;

- адаптация дидактическая, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе.

Именно на первом курсе формируется отношение молодого человека к учебе, к будущей профессиональной деятельности, продолжается «активный поиск себя». Даже отлично закончившие среднюю школу, на первом курсе не сразу обретают уверенность в своих силах. Первая неудача порой приводит к разочарованию, утрате перспективы, отчуждению, пассивности. Трудности возникают уже на этапе подготовки будущего первокурсника к поступлению в вуз. Выпускные экзамены, подготовительные курсы, занятия с репетиторами связаны с напряженной умственной деятельностью в стрессовых для мо-

лодого человека условиях, что, в свою очередь, ведет к утомлению и переутомлению. Когда период поступления оказывается позади, первокурсник погружается в мир опасной свободы. Студенты, поступившие на первый курс, нелегко воспринимают содержание и организацию учебного процесса в УО БГСХА. Это связано также и с тем, что в школе и дома они находятся под постоянным контролем родителей и учителей. Студенты не привыкли к самоконтролю. Основной контингент студентов поступает из области (поселки, деревни, села). Приехав в город Горки, они уходят из-под опеки родителей и начинают свою самостоятельную жизнь. Поэтому постоянный контроль со стороны родителей невозможен. Еще одна проблема, с которой студенты сталкиваются это разные системы обучения в школе и в академии. Ребята привыкли к «живому» общению с учителем. А в академии студенту необходимо работать не только на занятиях, но и самостоятельно изучать материал, пользуясь библиотекой, Интернетом и другими средствами. Ведь значительная роль в учебном процессе отводится самостоятельной работе студента.

Следствием этого являются кажущиеся неожиданными задолженности по нескольким дисциплинам, обнаруживающие себя к началу зачетной недели и приводящие к перегруженности перед сессией и во время нее.

Программа является документом, определяющим перспективы и стратегию деятельности участников воспитательного процесса до 2023 года по созданию условий для успешной адаптации студентов первого года обучения.

## **2 Цели и задачи программы**

Целью программы является содействие успешной социально-психологической адаптации студентов 1 года обучения

Задачи программы:

- осуществление психолого-педагогических системных мероприятий, способствующих успешной адаптации студентов;
- подготовка первокурсников к новым условиям обучения;
- установление и поддержание социального статуса первокурсников в новом коллективе;
- формирование у первокурсников позитивных учебных мотивов;
- предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой.

## **3 Этапы реализации программы**

Реализация программы рассчитана на первый год обучения и предлагает проведение мероприятий, которые условно можно разделить на 3 этапа.

1. Подготовительный этап (сентябрь – ноябрь) - предполагает оценку соматического и психологического статуса первокурсников, их информирование об условиях, организации и содержании учебной деятельности в ВУЗе;

социально-психологическую поддержку вхождения бывших абитуриентов в новую образовательную среду.

Результат: наличие достаточной информации о студентах-первокурсниках.

2. Основной этап (декабрь – март) - заключается в комплексном индивидуально-психологическом обследовании студентов, выработке рекомендаций и разработке индивидуальных программ для адекватного усвоения учебного материала и адаптации первокурсников в новой образовательной среде.

Результат: наличие результатов диагностических исследований студентов-первокурсников; наличие рекомендаций кураторам, воспитателям, студентам; выявление студентов, требующих повышенного педагогического внимания.

3. Заключительный этап (апрель – июнь) - предусматривает использование полученной информации для проведения семинаров, индивидуальных и групповых консультаций педагогов-психологов для предотвращения возникновения проблемных ситуаций в учебном процессе; коррекционно-просветительскую работу со студентами для формирования сплоченных студенческих коллективов и помощи дезадаптированным студентам; консультаций и просвещение студентов, не адаптировавшихся к работе в новой среде.

Результат: успешная адаптация студентов-первокурсников

#### **4 Механизм реализации программы**

Координацию деятельности по реализации программы осуществляет социально-педагогическая и психологическая служба управления по воспитательной работе с молодежью УО БГСХА.

На первом этапе со студентами проводятся мероприятия, способствующие формированию сплоченных студенческих групп, диагностические исследования с целью выявления проблем в развитии психических процессов, посещение кураторских часов с целью выявления проблем в организации коллективов и адаптации, бывших абитуриентов к учебному процессу.

Кураторы и студенты в индивидуальной форме по результатам диагностики проходят консультации и получают рекомендации по оптимизации процессов обучения и воспитания.

Основные акценты социализации и адаптации студентов заключаются:

- ориентация в пространстве вуза – обычно решается путём проведения экскурсий по академгородку, в Ботанический сад, в музей истории УО БГСХА, в спортивный комплекс и др. Все мероприятия проводятся, в основном, в первом семестре;

- большая нагрузка студентов первого курса. На кураторских часах и встречах в общежитиях студенты знакомятся с правилами рационального использования рабочего времени, акцентируется внимание на необходимости соблюдения режима дня;

- умение студентов самостоятельно перерабатывать изучаемые ими материалы, а не списывать из учебных пособий. Студентам даются рекоменда-

ции по ведению конспектов, как правильно слушать и записывать лекции, умение самостоятельно работать с учебным материалом.

На втором этапе осуществляется диагностика студентов, включающая диагностику характерологических особенностей личности, особенности взаимоотношения в учебной группе и с группой в целом, определяются мотивы учения, ценностные ориентации и особенности самооценки.

На третьем этапе педагогом-психологом осуществляется коррекционно-просветительская работа. Для студентов проводятся социально-психологические тренинги, направленные на сплочение студенческих групп, кураторские часы, консультации студентов, кураторов, воспитателей.

В системе психологической работы со студентами – первокурсниками определены нижеперечисленные аспекты работы.

### **Потребностно – мотивационные особенности личности**

Направления работы	Содержание работы
Диагностико – исследовательская работа	Изучение личностных ориентаций в сфере предполагаемой профессиональной деятельности, структуры мотивов получения высшего образования, мотивов поведения. Анализ социально – ориентированных мотивов. (Анкетирование, опросники: «Анкета изучения жизненных ценностей», «Ценностные ориентации» М. Рокич, «Мотивация обучения в вузе»)
Коррекционно – развивающая работа	Развитие позитивных мотивационных установок, способствующих самосовершенствованию и саморегуляции. (Разработка и реализация индивидуальных и групповых коррекционных программ, проведение тренингов и тренинговых занятий.)
Психологическое консультирование	Психологическая поддержка в выборе и закреплении позитивных мотивов обучения в вузе. (Индивидуальные и групповые консультации)
Профилактическая работа и просвещение	Содействие формированию позитивного образа специалиста-аграрника, положительного отношения к будущей сфере профессиональной деятельности. (Организация и проведение лекций, бесед по проблеме, подготовка информационных материалов для оформления стендов в общежитиях «Уголок психолога»)
Организационно-методическая работа	Оказание методической помощи по формированию позитивных мотивационных установок. (Подбор методического материала для кураторов студенческих групп и воспитателей общежитий)

### **Познавательные-интеллектуальные особенности личности**

Направления работы	Содержание работы
Диагностико – исследовательская работа	Изучение уровня интеллектуального развития студентов 1 курса. (Методика диагностики невербального интеллекта Дж. Равена, методики диагностики отдельных интеллектуальных способностей.)
Коррекционно – развивающая работа	Обучение рациональным способам и методам умственной работы, умению правильно моделировать и пользоваться аналогией, обобщать, работать с книгой и т. п. Развитие способностей к самообразованию.
Психологическое	Организация индивидуальных консультаций по результатам проводи-

ское консультирование	мой психодиагностики, акцентуация внимания на отдельных структурных элементах познавательной сферы студента.
Профилактическая работа и просвещение	Знакомство с практическими приёмами развития внимания, памяти, мышления и т. д. Подготовка информационных материалов для оформления стендов в общежитиях «Уголок психолога»
Организационно-методическая работа	Подбор методического материала по организации самостоятельной работы студентов, культуре умственного труда.

### **Индивидуальные особенности социально-психологической адаптации студента**

Направления работы	Содержание работы
Диагностико – исследовательская работа	Диагностика социально – психологической адаптации студентов, симптомов дезадаптации. Диагностика особенностей эмоционально – волевой сферы личности. («Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда» (приложение 7), «Личностный опросник Г. Ю. Айзенка для взрослых (EPQ)»).
Коррекционно – развивающая работа	Коррекция симптомов социально – психологической дезадаптации, обучение приёмам саморегуляции психических функций, коррекция эмоциональной сферы личности. (Разработка и реализация индивидуальных и групповых коррекционных программ, проведение тренингов и тренинговых занятий направленных на снижения уровня тревожности, преодолении состояния фрустрации.)
Психологическое консультирование	Помощь студентам в психотравмирующих ситуациях, проведение индивидуальных и групповых консультаций по результатам проводимой диагностики.
Профилактическая работа и просвещение	Психологическая профилактика стрессов, психотравмирующих ситуаций и эмоциональных перегрузок. Подготовка информационных материалов для оформления стендов в общежитиях «Уголок психолога»
Организационно-методическая работа	Разработка практических рекомендаций по организации воспитательного процесса.

### **Особенности взаимоотношений в студенческой среде**

Направления работы	Содержание работы
Диагностико – исследовательская работа	Диагностика особенностей коммуникаций и психологического климата в студенческой группе. («Определение индекса групповой сплоченности Сисшора», «Атмосфера в группе», «Социометрическая методика»)
Коррекционно – развивающая работа	Коррекция ошибок в коммуникации (Тренинги «Знакомство», «Общение», тренинговые занятия, деловые и ролевые игры)
Психологическое консультирование	Помощь в разрешении конфликтов в системах: «преподаватель – студент», «студент – студент», «студент – родители». Помощь в выработке индивидуального стиля общения (Индивидуальные и групповые

	консультации)
Профилактическая работа и просвещение	Помощь в социальной адаптации изолированным и отверженным студентам, предупреждение и профилактика конфликтов. Подготовка информационных материалов для оформления стендов в общежитиях «Уголок психолога»
Организационно-методическая работа	Разработка практических рекомендаций для кураторов студенческих групп и воспитателей общежитий по улучшению социально-психологического микроклимата в студенческой среде

## **5 Ожидаемые результаты программы**

Реализация настоящей программы предполагает:

- развития у первокурсников позитивных учебных мотивов;
- установление и поддержание позитивного социального статуса в новом коллективе;
- преодоление психологического и физического дискомфорта у студентов первого года обучения;
- обеспечение успешной социально-психологической адаптации первокурсников;
- повышение нравственно-культурного уровня обучающихся с целью формирования положительного имиджа академии.

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**  
**по обеспечению успешной социально-психологической адаптации сту-**  
**дентов первого года обучения в УО БГСХА**  
**на 2018-2023 годы**

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
<b>1. Диагностико-исследовательское направление</b>			
1.1	Обновление банка диагностических методик и анкет	В течение года	СППС
1.2	Изучение структуры мотивов получения высшего образования, мотивов поведения («Анкета изучения жизненных ценностей»; «Ценностные ориентации», методика Рокича)	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.3	Диагностика особенностей эмоционально – волевой сферы личности («Личностный опросник Г. Ю. Айзенка»)	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.4	Изучение мотивационной структуры личности, профессиональных интересов и склонностей «Методика диагностики профессиональной направленности личности» Дж. Холланда	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.5	Мониторинг уровня интеллектуального развития обучающихся 1 курса (методика диагностики невербального интеллекта Дж. Равена, методики диагностики отдельных интеллектуальных способностей)	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.6	Мониторинг уровня социально – психологической адаптации обучающихся, симптомов дезадаптации («Методика диагностики социализированности личности студента» М.И. Рожкова)	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.7	Диагностика особенностей коммуникации и психологического климата в учебной группе («Социометрия» Д. Морено)	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.8	Диагностика особенностей эмо-	Ежегодно	СППС, кураторы



	ционально – волевой сферы личности («Шкала реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера – Ю. Л. Ханина», «Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л. И. Вассермана)		учебных групп
1.9	Изучение индивидуальных особенностей обучающихся, требующих повышенного педагогического внимания	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.10	Анкетирование по проблеме суицидального поведения в студенческой среде («Опросник суицидального риска»)	Ежегодно	СППС, кураторы учебных групп
1.11	Составление социально-педагогической характеристики академии	Ежегодно октябрь – ноябрь	Педагоги социальные
1.12	Составление социально-педагогической характеристики общежитий	Ежегодно октябрь – ноябрь	Педагоги социальные, воспитатели общежитий
<b>2. Просветительско-профилактическое направление</b>			
2.1	Проведение мероприятий, направленных на профилактику симптомов дезадаптации у студентов первого года обучения (Презентация СППС, лекция «социально-психологическая дезадаптация и ее профилактика» и др.)	В течение года	СППС, кураторы учебных групп, воспитатели общежитий
2.2	Повышение квалификации педагогических кадров	2018-2023	Администрация академии
2.3	Участие в областных и районных совещаниях по вопросам профилактики дезадаптации в молодежной среде.	В течение года	Администрация академии
2.4	Нормативное, методическое, и организационно-плановое обеспечение работы по адаптации студентов первого года обучения	В течение года	Администрация академии, управление по ВРМ, деканаты.
2.5	Рассмотрение вопросов о социально-педагогическом и психологическом сопровождении студентов на заседаниях Совета по пра-	В течение года	Администрация академии, управление по ВРМ, СППС

	вовому просвещению и профилактике правонарушений, ректорате		
2.6	Знакомство студентов первого года обучения с практическими приемами развития внимания, памяти, мышления и т. д.	В течение года	СППС, кураторы учебных групп, воспитатели общежитий
2.7	Психологическая профилактика стрессов, психотравмирующих ситуаций и эмоциональных перегрузок у студентов первого года обучения	В течение года	СППС, кураторы учебных групп, воспитатели общежитий
2.8	Проведение занятий по валеологии и организации здорового образа жизни с обучающимися всех факультетов	В течение года, в рамках кураторского часа	УВРМ, Руководитель клуба «Оптималист»
2.9	Оформление тематических информационных стендов (уголок СППС), и распространение наглядно-информационного материала в корпусах, общежитиях и на интернет сайте академии	В течение года	Управление по ВРМ, СППС
2.10	Сотрудничество с правоохранительными органами с целью проведения профилактических мероприятий среди студентов	В течение года в рамках кураторских часов и встреч в общежитиях	УВРМ, деканы факультетов, воспитатели, студсоветы общежитий
2.11	Проведение ознакомительных экскурсий по академгородку	В течение года	Заведующая музеем УО БГСХА
2.12	Вовлечение студентов в работу клубов, кружков, объединений по интересам, творческих коллективов	В течение года	Управление по ВРМ, деканы факультетов, руководители общеакадемических клубов, заведующий кафедрой физвоспитания и спорта, НИРС, директор ДК, воспитатели общежитий, профком студентов, БРСМ
2.13	Участие студентов в мероприятиях, посвященных Государствен-	В течение года	Управление по ВРМ, деканы фа-

	ным, профессиональным праздникам и знаменательным датам		культетов, руководители общеакадемических клубов, заведующий кафедрой физвоспитания и спорта, директор ДК, воспитатели общежитий, профком студентов, БРСМ
2.14	Индивидуальная работа с несовершеннолетними студентами, требующими повышенного педагогического внимания	В течение года	Управление по ВРМ, СППС, воспитатели общежитий, кураторы учебных групп
<b>3. Консультационное направление</b>			
3.1	Психологическая поддержка в выборе и закреплении позитивных мотивов обучения в академии	В течение года	СППС УВРМ
3.2	Организация индивидуальных консультаций по результатам проводимой психодиагностики, акцентуация внимания на отдельных структурных элементах познавательной сферы обучающихся	В течение года	СППС УВРМ
3.3	Помощь обучающимся в психотравмирующих ситуациях	В течение года	СППС УВРМ
3.4	Помощь в разрешении конфликтов в системах: «преподаватель – студент», «студент – студент», «студент – родители». Помощь в выработке индивидуального стиля общения	В течение года	СППС УВРМ
3.5	Организация консультаций с кураторами учебных групп и воспитателями общежитий по результатам проводимой со студентами диагностической работы	В течение года	СППС УВРМ
3.6	Консультационная (индивидуальная и групповая) работа с обучающимися, требующими повышенного педагогического внима-	В течение года	СППС УВРМ

	ния		
3.7	Организация и проведение индивидуальных консультаций для обучающихся, преподавателей, воспитателей общежитий, родителей по разрешению социально-педагогических проблем	В течение года	СППС УВРМ
<b>4. Коррекционно – развивающая работа</b>			
4.1	Развитие позитивных мотивационных установок, способствующих самосовершенствованию и саморегуляции.	В течение года	СППС УВРМ
4.2	Обучение рациональным способам и методам умственной работы, умению правильно моделировать и пользоваться аналогией, обобщать, работать с книгой и т. п. Развитие способностей к самообразованию (исходя из результатов проводимой диагностической работы)	В течение года	СППС УВРМ
4.3	Коррекция симптомов социально – психологической дезадаптации, обучение приемам саморегуляции психических функций, коррекция эмоциональной сферы личности.	В течение года	СППС УВРМ
4.4	Проведение тренингов и тренинговых занятий направленных на снижения уровня тревожности, преодолении состояния фрустрации, исходя из результатов проводимой диагностической работы	В течение года	СППС УВРМ
4.5	Коррекция ошибок в коммуникации (Тренинги «Знакомство», «Общение», тренинговые занятия, деловые игры.)	В течение года	СППС УВРМ
<b>5. Методическое направление</b>			
5.1	Создание банка методических материалов по обеспечению успешной социально-психологической адаптации студентов первого года обучения	В течение года	СППС

5.2	Разработка и проведение информационно-просветительских мероприятий обеспечению успешной социально-психологической адаптации студентов первого года обучения	В течение года	СППС, кураторы учебных групп, воспитатели общежитий
5.3	Организация и проведение семинаров кураторов учебных	В течение года	Управление по ВРМ
5.4	Разработка методических рекомендаций для кураторов и воспитателей общежитий по организации успешной социально-психологической адаптации студентов первого года обучения	2018-2023гг	Управление по ВРМ, ответственный за кураторскую работу
5.5	Усиление контроля за пропусками занятий без уважительных причин	Ежемесячно	Деканы факультетов
5.6	Разработка индивидуальных планов работы с несовершеннолетними, требующими повышенного педагогического внимания	В течение года	СППС

Одобрено протоколом заседания Совета по гуманитаризации образования и воспитания от 06.02.2018 г. № 3