

ЗАРЕМБО *Наталья Александровна*, соискатель кафедры психологии образования и педагогики Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова, ведущий психолог социально-психологического центра управления социальной и воспитательной работы Северного (Арктического) федерального университета имени М.В. Ломоносова. Автор 9 научных публикаций, в т. ч. двух учебно-методических пособий

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ВУЗОВСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ИЗ СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ РАЙОНОВ КРАЙНЕГО СЕВЕРА

В статье доказана необходимость психолого-педагогического сопровождения вузовской адаптации студентов из сельской местности районов Крайнего Севера. Выявлено, что уровень развития личностной и социально-коммуникативной компетентности студентов определяет успешность социально-психологической адаптации к условиям вуза. Доказано, что уровень саногенного мышления является фактором, определяющим уровень социально-коммуникативной и личностной компетентности.

Ключевые слова: *социально-психологическая адаптация студентов из северных сельских районов, личностная и социально-коммуникативная компетентность, саногенное мышление, психолого-педагогическое сопровождение вузовской адаптации.*

Обучение в высшем учебном заведении для современного молодого человека является важным периодом его профессионально-личностного становления. Из множества проблем высшей школы в настоящее время особо выделяется комплекс сложных вопросов, связанных с трудностями адаптации студентов к условиям вуза на начальном этапе студенческой жизни¹.

Актуальность вопроса социально-психологической адаптации первокурсников к вузу обоснована, с одной стороны, особенностями вуза Северного региона, к условиям которого должна произойти адаптация, а с другой – осо-

бенностями студентов первого курса, которые должны пройти эту адаптацию.

В Архангельске по указу президента РФ создан Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова – САФУ, здесь долгие годы со своей историей и традициями существовал Поморский государственный университет (с 2011 года присоединен к САФУ), здесь же действует Северный государственный медицинский университет. Типичным для архангельских вузов является тот факт, что 50–60 % студенческого контингента являются приезжими из сельской местности районов Крайнего

Севера. Жизнь в этих районах (и районах приравненных к Крайнему Северу) отличается определенной самобытностью, особым социальным укладом. Эти регионы отличаются небольшим количеством населения, отсутствием развитой инфраструктуры, низким уровнем транспортно-го и других видов сообщения, более суровыми климатическими условиями, меньшей средней продолжительностью светового дня. Малочисленность коллектива сельской школы затрудняет выбор методов обучения, ограничивает круг общения учащихся, развитие их коммуникативных умений и адаптационных способностей².

В свою очередь, для вуза северного региона характерен ряд специфических стратегических задач, конечное решение которых возлагается на выпускников вуза. К ним относятся задачи освоения Арктики, изучения, освоения и развития Северного региона в целом. Все это усиливает необходимость высокого уровня самоорганизации студенческой жизнедеятельности уже на первых этапах обучения. Однако анализ научных исследований позволяет констатировать факт, что остается невыясненным вопрос о том, как реально можно поддержать студентов, приехавших из сельской местности районов крайнего Севера в переломный для них период и какие механизмы психолого-педагогического сопровождения, при этом могут быть эффективны.

Психолого-педагогическое сопровождение профессионально-личностного становления студентов в период адаптации к условиям вуза – это особая интегрированная деятельность структурных подразделений вуза, направленная на оптимизацию процесса адаптации, повышение адаптационного потенциала личности, активное содействие формированию психически здоровой и развитой личности студента. Образование как собственно личностно-ориентированное перестает сегодня быть только профессиональным, превращаясь в элемент общей культуры современного общества и самого человека³.

Опыт нескольких лет работы в составе психологической службы Поморского государственного университета имени М.В. Ломоносова (г. Архангельск) привел нас к предположению о том, что студент оказывается часто незащищенным

перед стрессовыми ситуациями, терпит неудачу в формальных и неформальных отношениях и, в конечном счете, становится дезадаптивным к условиям вуза в силу того, что оказывается коммуникативно и личностно некомпетентным. Под *социально-коммуникативной компетентностью* подразумевается система психологических знаний о себе и о других, умений, навыков общения, стратегий поведения в социальных ситуациях. Этот арсенал знаний и умений позволяет строить межличностное общение в соответствии с целями и условиями взаимодействия. Под *личностной компетентностью* имеется в виду способность студента к осознанной саморегуляции. В разработанной нами модели психологической службы вуза северного региона одним из приоритетных направлений ее деятельности стала систематическая работа со студентами по социально-психологической адаптации к условиям вузовского обучения. Главным способом содействия такого рода адаптации выступило развитие коммуникативно-личностной компетентности студентов, которое осуществлялось средствами саногенного мышления (СГМ). *Саногенное мышление* представляет собой способность устранения, нейтрализации и снижения напряжения нежелательных эмоций путем исправления ошибок в собственной логике рассуждений. Саногенное мышление можно рассматривать как вариант рациональной эмоционально-поведенческой терапии.

Цель представленного исследования заключалась в обосновании влияния уровня саногенного мышления на уровень коммуникативно-личностной компетентности, которая, в свою очередь, определяет успешность социально-психологической адаптации к условиям вуза.

Гипотезы исследования: 1) Студенты – выходцы из сельской местности районов Крайнего Севера в большей степени оказываются дезадаптированными, поступив в вуз, и нуждаются в психолого-педагогическом сопровождении со стороны психологической службы вуза; 2) Уровень саногенного мышления определяет уровень коммуникативно-личностной компетентности, способствующей успешности социально-психологической адаптации первокурсников к условиям вуза.

В целях проверки указанных гипотез были использованы следующие методы исследования: методика «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда; опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой; авторская модифицированная методика самооценки Т. Дембо – С.Я. Рубинштейн, позволяющая установить уровень СГМ (методика включала 10 шкал, противоположные полюса которых соответствовали проявлениям саногенного либо патогенного мышления); опросник «Измерение коммуникативной и социальной компетентности» В.Н. Куницыной.

Исследование включило три этапа: первичный констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент и вторичный констатирующий эксперимент.

На первом этапе исследования приняли участие 713 студентов (331 девушки и 382 юноши) 1-го курса всех факультетов Поморского государственного университета имени М.В. Ломоносова. Возраст испытуемых варьировал от 16,5 до 20,5 лет. Из всей выборки 304 студента (167 девушек и 137 юношей) были выходцами из сельских районов Крайнего Севера Архангельской области.

Результаты исследования социально-психологической адаптации к условиям вуза студентов-первокурсников показывают, что уровень эмоционального неблагополучия и дискомфорта студентов из сельской местности районов Крайнего Севера достоверно превышает показатели городских студентов. Среди студентов-сельчан выявлено 38 % с низкими показателями социально-психологической адаптации и 44 % – с показателями ниже среднего, в целом неоптимальный уровень вузовской адаптации встречается у таких студентов *в четыре раза чаще* по сравнению с городскими студентами (82 и 18 % соответственно) ($p \leq 0,000$).

Были также установлены статистически значимые различия сравниваемых групп студентов по показателям саморегуляции и частных регуляторных процессов (личностная компетентность) (от $p \leq 0,006$ до $p \leq 0,000$), социально-коммуникативной компетентности и по-

казателей ее составляющих ($p \leq 0,000$), а также уровня СГМ ($p \leq 0,000$).

Следует отметить, что уровень социально-психологической адаптации студентов из сельских местностей районов Крайнего Севера значительно ниже соответствующих показателей в общей российской популяции и общей выборки нашего исследования.

Полученные данные подтверждают первую гипотезу и доказывают актуальность и важность исследования факторов социально-психологической адаптации студентов из сельской местности районов Крайнего Севера к условиям вуза и разработки на этой основе программы психолого-педагогического сопровождения вузовской адаптации этой категории студентов с целью ее оптимизации.

Для проверки второй гипотезы нами был проведен ряд серий дисперсионного и регрессионного анализа полученных данных. Первые две серии однофакторного дисперсионного анализа касались изучения влияния уровня личностной компетентности (способность к саморегуляции) и социально-коммуникативной компетентности на уровень социально-психологической адаптации к условиям вуза. На *рис. 1 и 2* приводятся полученные результаты.

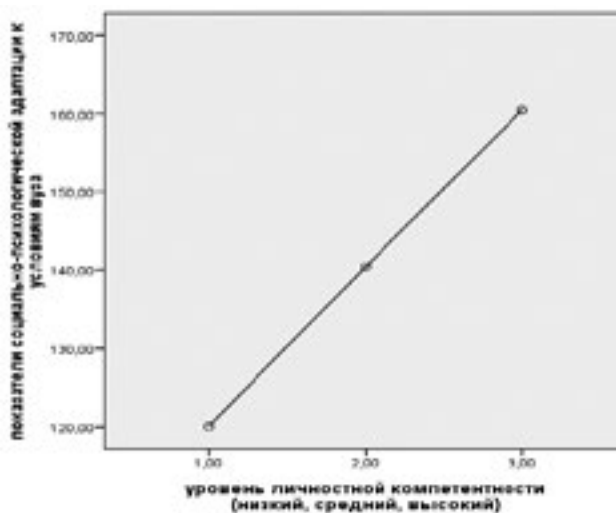


Рис. 1. Зависимость показателей социально-психологической адаптации к условиям вуза от уровня личностной компетентности

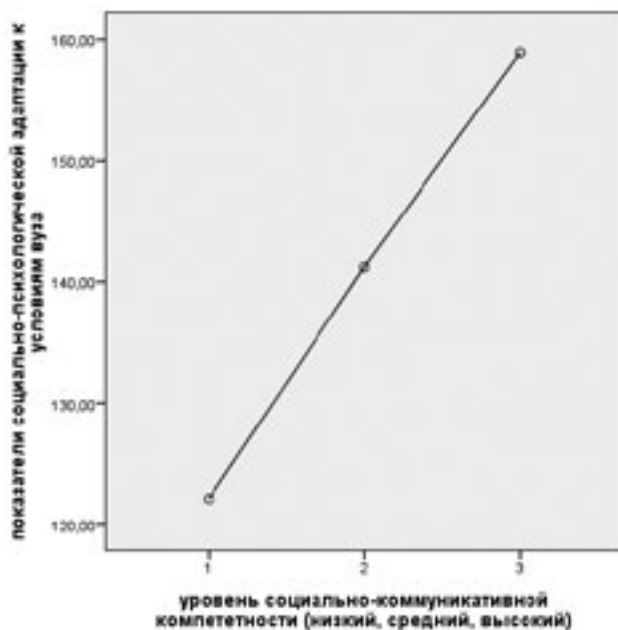


Рис 2. Зависимость показателей социально-психологической адаптации к условиям вуза от уровня социально-коммуникативной компетентности

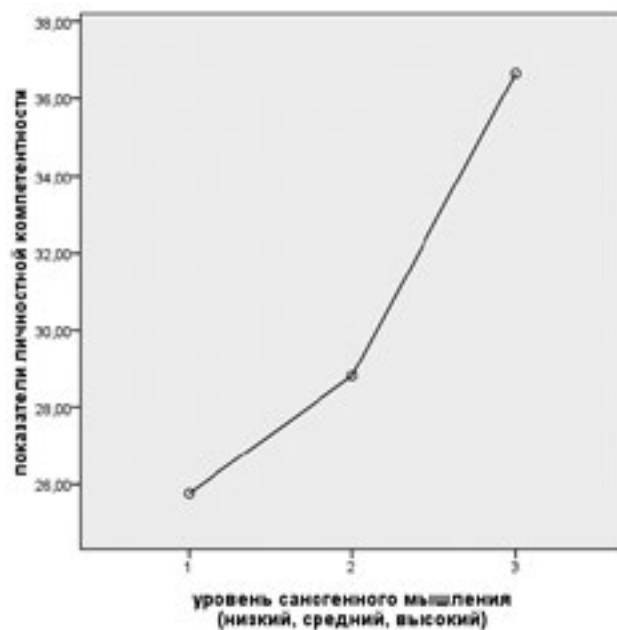


Рис 3. Зависимость показателей личностной компетентности от уровня СГМ

Однофакторный дисперсионный анализ показал, что уровень таких независимых переменных как личностная и социально-коммуникативная компетентность оказывают влияние на уровень вузовской адаптации студентов ($p \leq 0,000$). Чем выше уровень социально-коммуникативной и личностной компетентности студента, тем выше его уровень адаптации к условиям вуза.

Третья серия однофакторного дисперсионного анализа была проведена после реализации формирующего эксперимента и касалась изучения влияния уровня саногенного мышления на уровень личностной и социально-коммуникативной компетентности. На *рис. 3 и 4* приводятся полученные результаты.

Таким образом, однофакторный дисперсионный анализ показал, что уровень СГМ оказывает влияние на уровень личностной и социально-коммуникативной компетентности ($p \leq 0,000$).

Первая серия множественного регрессионного анализа показала, что «уровень СГМ», «общий уровень саморегуляции», «коммуникативная компетентность», «коммуникативно-

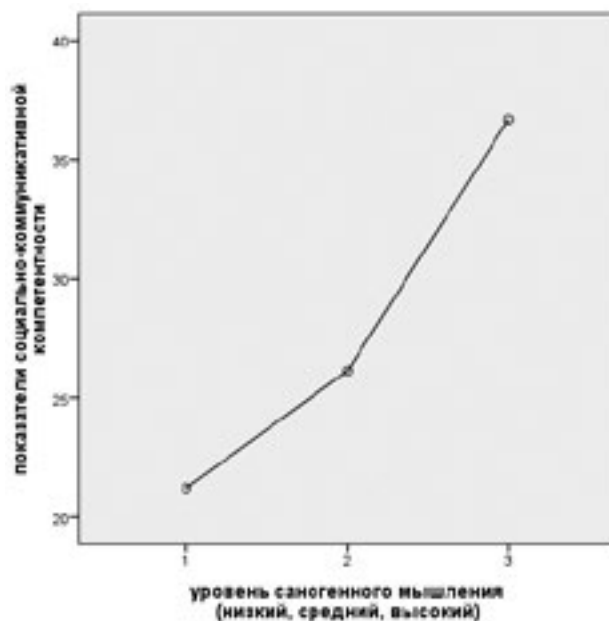


Рис 4. Зависимость показателей социально-коммуникативной компетентности от уровня СГМ

личностный потенциал», «частный регуляторный процесс – гибкость» оказывают совместное влияние на «уровень социально-психологи-

ской адаптации к условиям вуза» (критерий Фишера $F = 124,799$, $p \leq 0,000$). Данная модель позволяет объяснить 46,9 % дисперсии зависимой переменной. Вторая серия регрессионного анализа показала, что «уровень СГМ» оказывает практически равнозначное влияние на «уровень личностной компетентности» (критерий Фишера $F = 146,488$, $p \leq 0,000$) и «уровень социально-коммуникативной компетентности» (критерий Фишера $F = 261,338$, $p \leq 0,000$). Данная модель позволяет объяснить 45,3 % и 42,4 % дисперсии зависимых переменных, соответственно.

Итак, результаты дисперсионного и регрессионного анализа данных подтверждают вторую гипотезу о том, что уровень саногенного

мышления является существенным фактором, определяющим уровень коммуникативно-личностной компетентности, которая, в свою очередь, является фактором успешности социально-психологической адаптации к условиям вуза.

Полученные данные позволили существенно конкретизировать задачи и содержание психолого-педагогического сопровождения студентов из сельской местности районов Крайнего Севера в процессе социально-психологической адаптации к условиям вуза, в этом направлении нам удалось разработать и реализовать программу в рамках психологической службы вуза, которая показала свою высокую эффективность.

Примечания

¹ Зарембо Н.А. Оценка эффективности психологической помощи студентам-первокурсникам (На примере ПГУ имени М.В. Ломоносова) // Прикладная психология как ресурс социально-экономического развития России в условиях преодоления глобального кризиса. М., 2010. Кн. 3. С. 12–15.

² Вохмина Л.В. Проблемы современной сельской начальной школы // Вестн. Помор. ун-та. Сер.: Гуманит. и соц. науки. № 3. 2011. С. 117–122.

³ Луговская И.Р. О гуманизации и гуманитаризации образования // Образовательная среда – проблемы гуманизации: сборник научных статей и тезисов / сост. и отв. ред. Е.Н. Старостина. Архангельск, 2002. С. 9.

Zaremba Natalia Alexandrovna

Socio-Psychological Center,
Department of Social and Educational Work
of the Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF ADAPTATION OF UNIVERSITY STUDENTS FROM THE FAR NORTH RURAL AREAS

The article proves the necessity of psychological and pedagogical support of adaptation of university students from the Far North rural areas. It has been revealed that the level of personal, social and communicative competence of students determines the success of their social and psychological adaptation to the university. It has been proved that the level of curative thinking defines the level of socio-communicative and personal competence.

Key words: *social and pedagogical adaptation of students from northern rural areas, personal and socio-communicative competence, curative thinking, psychological and pedagogical support of university adaptation.*

Контактная информация:
e-mail: n.zaremba@narfu.ru

Рецензент – Луговская И.Р., доктор педагогических наук, профессор кафедры педагогики, начального образования и социальной педагогики Института педагогики, психологии и социальной работы Северного (Арктического) федерального университета имени М.В. Ломоносова