

В связи с проблемой влияния Интернета на психологическое здоровье общества, в частности на детей подросткового возраста, нами было проведено исследование на базе ГУО «СШ № 16 г. Барановичи». В качестве респондентов выступили учащиеся 8-х классов, в составе 42 человек (28 девушек, 14 юношей).

По данным анкетирования респондентов 40 (96%) подростков пользуются интернетом ежедневно, в среднем около 5 часов. Большая часть из них посещают социальные сети ежедневно. Интернет-зависимость способствует формированию целого ряда психологических проблем (конфликтное поведение, депрессия, предпочтение виртуального пространства реальной жизни, трудности адаптации в социуме, потеря способности контролировать время пребывания за компьютером, возникновение чувства дискомфорта при отсутствии возможности пользования Интернетом). Используя Интернет, подростки стремятся «думать» и «учить» предпочитают «искать». Многие дети открыто признают, что очень часто посещают запрещённые родителями сайты. При этом у них возникает иллюзия вседозволенности и безнаказанности. Это побуждает нарушать права человека, а иллюзия безнаказанности может оказаться «ловушкой» и иметь серьёзные последствия в реальной жизни, когда происходит девальвация нравственности, культурных ценностей.

Заключение. Интернет-аддикция почти единогласно признаётся негативным направлением трансформации личности, преобразования деятельности (её мотивационных, целеобразующих и операциональных составляющих), требующим психологической интервенции.

Можно выделить три основных вида интернет-аддикции, которые потенциально способны вести к глобальным личностным преобразованиям: познавательная — увлечённость познанием в сфере программирования и телекоммуникаций или, как крайний вариант, хакерство; игровая — увлечённость компьютерными играми; коммуникативная — увлечение сетевой коммуникацией или, как крайний вариант, киберсексуальность. От того, чем занимается подросток в свободное время, как организует свой досуг, зависит дальнейшее формирование его личностных качеств, потребностей, ценностных ориентаций, мировоззренческих установок и в целом предопределяется его положение в обществе.

Список цитируемых источников

1. Бабаева, Ю. Д. Интернет: воздействие на личность / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскуновский, О. В. Смылова. — М. : Можайск-Терра, 2000. — 431 с.
2. Войскуновский, А. Е. Интернет — новая область исследований в психологической науке / А. Е. Войскуновский. — М. : Смысл, 2002. — С. 82—101.
3. Егоров, А. Ю. Нехимические зависимости / А. Ю. Егоров. — СПб. : Речь, 2007. — 190 с.
4. Егоров, А. Ю. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью / А. Ю. Егоров, Н. С. Кузнецова, Е. В. Петрова // *Вопр. психического здоровья детей и подростков*. — 2005. — № 2. — С. 20—27.
5. Короленко, Ц. П. Социодинамическая психиатрия / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. — М. : Екатеринбург, 2000. — 359 с.
6. Фельдштейн, Д. И. Возрастная и педагогическая психология / Д. И. Фельдштейн. — М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2002. — 432 с.
7. Янг, К. Диагноз — Интернет-зависимость / К. Янг // *Мир Интернет*. — 2000. — № 2. — С. 24—29.

Материал поступил в редакцию 24.10.2013 г.

УДК 378

Я. М. Чапская, кандидат педагогических наук

Алексеевский филиал государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Алексеевка, Российская Федерация

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ В УСЛОВИЯХ ФИЛИАЛА ВУЗА

Введение. Адаптация студента в новом учебном заведении — постоянный, динамичный многоуровневый и многосторонний процесс перестройки потребностно-мотивационной сферы, комплекса имеющихся навыков, умений и привычек в соответствии с новыми задачами, целями, перспективами и условиями их реализации; в ходе этого процесса происходит не только включение личности студента в социум (новое для него социальное окружение, новые условия жизнедеятельности), но и его личностное, профессиональное развитие и самореализация [1—3].

Целенаправленный, спланированный и организованный процесс адаптации как специфический период в развитии и становлении личности студента имеет особое значение, и в первую очередь — сохранение психологического здоровья. Психологическое здоровье — одна из наиболее остро обсуждаемых проблем. Однако, несмотря на многие теоретические и практические разработки категории здоровья, его статус на сегодняшний день весьма неоднозначен. Многомерность этого явления и разноплановость подходов к его изучению до сих пор не позволяют дать конкретного определения, выделить составляющие психологического

здоровья. Поэтому необходима систематическая и глубоко продуманная социально-психолого-педагогическая работа по введению студентов в новые условия их жизнедеятельности.

Во-первых, потому, что в ходе процесса адаптации, на его начальном этапе, важно дать правильную ориентацию в системе поведения, так как подобная ориентация надолго определяет «характер» студента, путь его развития.

Во-вторых, потому, что в ходе этого процесса совершается важнейшее событие: формируется социальная общность студенческого коллектива, т. е. наиболее значимого и влиятельного окружения студента на протяжении всего периода обучения. На этом этапе вхождения в новую среду общение с окружающими людьми становится особенно значимым фактором социальной адаптации студентов, что является немаловажным в психоэмоциональном состоянии студента-первокурсника.

В-третьих, значительная часть адаптивных ситуаций возникает вследствие изменений условий обучения при поступлении в вуз в противовес школьным условиям, ставшим за одиннадцать лет привычными и неизменными.

Основная часть. Выделяются следующие аспекты адаптации первокурсников: социально-психологическая, организационная и профессиональная.

Социально-психологическая адаптация подразумевает процесс приспособления личности к условиям социальной среды. Эффективность адаптации зависит от способности индивида к выживанию и достижению успеха в определённых социально-культурных условиях жизни.

Организационная адаптация студентов характеризуется умением рационально распределить время между трудом и отдыхом, быстро сориентироваться в пространстве учебного заведения, хорошо знать, где находятся учебные корпуса и различные службы университета, организовать бытовые условия (для иногородних студентов).

Профессиональная адаптация будущего специалиста сводится к формированию у него профессионально значимых качеств, а также приобретению навыков выполнения определённых профессиональных функций. Наиболее сложной по содержанию и длительной по времени является профессиональная адаптация студентов.

Причинами и последствиями затруднённой адаптации являются: недостаточная осведомлённость о будущей профессии и, как следствие, сомнения в правильности сделанного профессионального выбора, неуверенность в завтрашнем дне, боязнь отсутствия социального заказа на выбранную профессию; новый коллектив, неумение взаимодействовать с коллективом группы, курса, администрацией, преподавателями; неумение самостоятельно решать возникающие проблемы и вопросы; отсутствие ежедневного контроля и периодические стрессовые ситуации (экзамены, зачёты) приводят к повышенному уровню тревожности и невротизации; смена бытовых условий, смена режима дня.

С целью выявления, а следовательно, и коррекции особых трудностей в процессе адаптации первокурсников в Алексеевском филиале белорусского государственного национального исследовательского университета (АФ НИУ «БелГУ») реализуется проект «Разработка и реализация адаптационной тренинговой программы для студентов первого курса». Тренинги проводят преподаватели психологии, владеющие методикой проведения социально-психологического тренинга. Сведущими выступают студенты-старшекурсники, которые являются членами психологического клуба «Зеркало».

В ходе реализации проекта решаются следующие задачи: подготовка команды студентов-тренеров из числа старшекурсников; развитие способностей студентов к самопознанию и саморазвитию; сплочение академических групп студентов первого курса; формирование профессиональной направленности студентов; развитие лидерского потенциала студентов.

Проект осуществляется в три этапа.

Основная задача *подготовительного этапа* заключается в разработке тренинговых программ и подготовке тренеров из числа студентов старших курсов. Студенты-тренеры проходят специальную подготовку, участвуют в разработке тренинговых программ, подборе упражнений. Студенты и преподаватели обсуждают возможные затруднения и психологические проблемы, которые могут возникнуть в процессе занятий. Для этих студентов проведение тренинга с одной стороны является важным моментом в освоении практических психологических знаний, а с другой — процессом передачи личного опыта обучения и адаптации к вузу и будущей профессии.

Подготовительный этап позволяет установить доверительные, партнёрские отношения между преподавателями и студентами, что положительно сказывается на дальнейшей работе. В результате совместных обсуждений вырабатывается общая стратегия поведения, установки и планы, разрабатывается программа адаптационных занятий.

Этап непосредственной реализации предполагает проведение серии тренинговых программ для студентов I курса, осуществляемых в течение года (таблица 1).

Заключительный этап реализации программы будет способствовать повышению психологической культуры студентов-первокурсников, развитию у них внутренних ресурсов преодоления социально-психологических, профориентационных, дидактических трудностей, возникающих в процессе адаптации к новым условиям обучения, вхождению в новую социальную среду вуза. На заключительном этапе предполагается оценка адаптированности студентов с использованием методов экспертной оценки, психологической диагностики, анкетирования.

Т а б л и ц а 1— Содержание адаптационной тренинговой программы для студентов-первокурсников

Срок реализации	Содержание тренинговых занятий	Ожидаемый результат
1-й семестр	Командообразующий тренинг «Верёвочный курс»	Командообразование
	Тренинговое занятие «Основы эффективного Тайм-менеджмента»	Повышение личной эффективности, за счет оптимального использования своего времени
	Тренинговые занятия «Эффективные способы запоминания учебного материала»	Овладение приёмами мнемической деятельности
В течение года	Тренинговые занятия «Я в контакте с самим собой»	Самопознание, пути саморазвития
	Тренинговые занятия «Я в контакте с другими»	Повышение коммуникативной компетентности
2-й семестр	Тренинговые занятия «Я в профессии»	Развитие профессиональной направленности, профессиональной мотивации
	Тренинговые занятия «Мои ресурсы»	Осознание студентами собственных жизненных перспектив
В течение года	Мониторинг трудностей адаптации	Своевременная корректировка тренинговых программ

В процессе адаптации студентов должны быть задействованы и другие структуры вуза, которые непосредственно взаимодействуют со студентами младших курсов: преподаватели кафедр, работающие с первокурсниками; кураторы групп; общественные организации и внеучебные подразделения вуза.

Заключение. Большинство преподавателей, ведущих занятия на младших курсах, кураторы студенческих групп не имеют необходимых психолого-педагогических знаний. Целесообразным может стать проведение методических семинаров совместно со специалистами в области педагогики и психологии, которые могут подсказать, как сделать материал более доступным, вызвать любознательность, организовать коллективную и индивидуальную научно-исследовательскую работу студентов-первокурсников, создать атмосферу доброжелательности и доверия в студенческой группе.

Таким образом, психологическое сопровождение студентов первокурсников должно носить комплексный характер, охватывая разные стороны этого многопланового процесса и всех субъектов образовательного пространства вуза.

Список цитируемых источников

1. Дичев, Т. Г. Проблема адаптации и здоровья человека / Т. Г. Дичев, К. Е. Тарасов. — М. : Здоровье, 1976. — 273 с.
2. Буланова-Топоркова, М. В. Педагогика и психология высшей школы / М. В. Буланова-Топоркова. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — 544 с.
3. Петровский, А. В. Проблемы развития личности с позиций социальной психологии / А. В. Петровский // Вопр. психол. — 1984. — № 4. — С. 15—30.

Материал поступил в редакцию 24.10.2013 г.

УДК 159.99:37.015.3

Т. Е. Яценко, аспирант кафедры возрастной и педагогической психологии

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка», Минск

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ В ОБЛАСТИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Отечественными и зарубежными учёными подчёркивается значения психологической безопасности образовательной среды. В частности О. О. Андронникова указывает на то, что ПБОС позволяет вернуть личности чувство связанности с другими. Отсутствие же условий безопасности приводит к возникновению оборонительной тенденции, порождает сопротивление, которое может быть внутренним (уход от контактов, самообвинение, отрицательное отношение к себе, аутоагрессия) или внешним (нарушение общепринятых норм, возникновение непослушания, и неповиновения). Возникающее длительное эмоциональное напряжение провоцирует поиск деструктивных выходов из психотравмирующей ситуации [1; 2].

Как утверждают R. Kark и A. Carmeli, психологическая безопасность группы позволяет людям мыслить творчески [3]. Психологическая безопасность, по мнению A. Jong, J. Schepers, M. Wetzels, положительно влияет на восприятие группой выполняемой работы [4, с. 760].