

УДК 378.4.062:61]-057.875

## **ОЦЕНКА РОЛИ ТРЕНИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА**

**А.С. Бабурчик, Ю.В. Кухарчик**

УО «Гродненский государственный медицинский университет»  
(Республика Беларусь, 230009, г. Гродно, ул. Горького, 80, e-mail:  
juliakukharchik@mail.ru).

Аннотация. Статья посвящена оценке эффективности методов адаптации студентов первого курса УО «Гродненский государственный медицинский университет», предложенных и разработанных студентами старшего курса. На основе данного исследования (социологического опроса) была подтверждена актуальность данной формы работы для адаптации студентов первого курса.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, тренинг, проектная деятельность.

## **ASSESSMENT OF THE ROLE OF STUDENTS' TRAINING ACTIVITIES IN THE PROCESS OF ADAPTATION OF FIRST YEAR STUDENTS**

**A.S. Baburchik, Yu.V. Kukharchyk**

EE "Grodno State Medical University" (Republic of Belarus, 230009,  
Grodno, Gorky St., 80, e-mail: juliakukharchik@mail.ru).

Summary. The article is devoted to assessing the effectiveness of adaptation methods for first-year students of the Grodno State Medical University, proposed and developed by senior students. Based on this study (sociological survey), the relevance of this form of work for the adaptation of first-year students was confirmed.

Key words: adaptation, maladjustment, training, project activities.

Изменения привычных условий жизнедеятельности, такие как изменение экономического и социального положения, могут привести к появлению многочисленных социальных проблем. Поступление в университет влечёт за собой изменения во многих сферах деятельности: изменение финансового положения, смена социального окружения, а также мест и условий жизни, предъявление новых требований. Данные изменения могут привести к дезадаптации в случае отсутствия эффективных механизмов психики к

приспособлению к меняющимся условиям окружающей среды, что приводит к возникновению психических и соматических заболеваний. При этом возникает необходимость вмешательства со стороны учреждения образования в процесс адаптации, в первую очередь заключающаяся в разработке профилактических мер дезадаптации поступивших студентов, а также в оказании помощи тем, кто уже не смог приспособиться.

Адаптация и способность адаптироваться гарантируют активное и эффективное обучение, являются предпосылкой успешной социальной жизнедеятельности, которая заключается во внешнем и внутреннем балансе личных ожиданий и возможностей, в равновесии гармоничной личности и профессиональной и социальной среды. Адаптация (от лат. Adapt – «приспосабливаюсь») означает приспособление, привыкание к изменяющимся условиям среды [1].

Дезадаптация студента оказывает влияние на понижение мотивации, работоспособности, появление повышенной усталости, повышение уровня тревожности, возникновение стрессов и низкой самооценки. В отдельных случаях у дезадаптированных студентов проявляется гиперактивность, склонность к дисциплинарным нарушениям и пропуску занятий [2].

Профилактика расстройства адаптации у студентов предусматривает необходимость проведения исследований, направленных на разработку эффективных методов борьбы с данным социально-психологическим явлением.

На основе данной проблематики нами было проведено исследование нового проекта, организованного студенческим советом самоуправления на базе УО «ГрГМУ». В исследовании приняли участие 70 респондентов – участников тренингового проекта «CHRYSALISM», из них 50% респондентов посещают встречи проекта на протяжении двух лет (студенты второго курса обучения), другие 50% – на протяжении года (студенты первого курса).

Все респонденты при прохождении опроса отметили, что желают продолжить посещение данного проекта. Также был проведён анализ причин, которые замотивировали участников к вступлению в тренинговые группы: интерес к внеучебной деятельности (55%), желание общения (22%), желание понять себя через взаимодействие в группе (17%), адаптация к условиям университета (6%).

Далее участниками была проведена оценка влияния их участия в данном проекте на их адаптацию к условиям университета, получены следующие результаты: 70% респондентов получили необходимую им помощь для адаптации к новым условиям, 30% респондентов не

отметили особого влияния тренинга на их адаптацию на первом курсе. 78% респондентов отметили, что проект оказал помощь его участникам в решении их личных проблем.

Также респондентами была проведена оценка по десятибалльной шкале актуальности тренингового проекта «CHRYSALISM» в процессе адаптации студентов первого курса, где 10 – он актуален для помощи в адаптации студентам первого курса, 1 – он абсолютно не актуален. После анализа результатов нами были получены следующие оценки: 10 баллов – 62% респондентов, 8 баллов – 21%, 7 баллов – 10% респондентов и 6 баллов – 7%. Средняя оценка среди участников опроса вышла 9 баллов, что позволяет нам констатировать актуальность тренингов в процессе адаптации студентов первого курса.

По результатам исследования можно констатировать, что сами участники проекта оценивают его, как актуальный для адаптации студентов первого курса. При этом большинство из них смогли оценить влияние данной формы внеучебной деятельности на их процесс адаптации в начале обучения в университете. В качестве причин, которые привели их к участию в проекте, респонденты отметили интерес к данной внеучебной деятельности, желание общения, желание понять себя через взаимодействие в группе и адаптацию к условиям университета. Таким образом можно сделать вывод, что тренинг является актуальной формой проектной деятельности студентов для профилактики и помощи с адаптацией к условиям университета на первом курсе обучения.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Карапетян, А. К. Город, как пространство адаптации студентов мигрантов (на материале исследования проблем адаптации студентов из КНР в Иркутске) / А. К. Карапетян // Координаты современной урбанистики: дискурсивные трансформации, Москва [Электронный ресурс]. – 2023. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=54967031>. – Дата доступа: 26.04.2024.
2. Семенюкова, А. И. Профилактика психологической дезадаптации студентов вуза / А. И. Семенюкова, С.А. Домрачева // Материалы III студенческой научно-практической конференции «Молодой исследователь: от идеи к проекту» [Электронный ресурс]. – 2019. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41391443>. – Дата доступа: 26.04.2024.