



# Социально-психологическая работа по адаптации студентов первых курсов

- стресс-факторы у студентов первокурсников;
- основные образовательные потребности студентов 1 курса;
- организация процесса адаптации на факультете клинической и специальной психологии (опыт сопровождения первокурсников, в т.ч с ОВЗ);
- направления психологической и социальной помощи в МГППУ.

# Стресс-факторы у студентов-первокурсников

- новая социальная ситуация
- низкий уровень мотивации к профессии
- изменение режима дня и обучения
- социально-экономические проблемы
- межличностные конфликты в студенческой группе
- большой объем учебной и внеучебной нагрузки
- недостаточный уровень развития навыков работы с учебным материалом
- страх публичных выступлений
- экзаменационный стресс

# Образовательные потребности студентов 1 курса



## → информирование

- ◆ об организации учебного процесса (расписание, сессия, каникулы)
- ◆ о стипендиальном обеспечении
- ◆ о социальной поддержке
- ◆ о внеурочной деятельности (кружки, студенческие объединения) и т.д.

## → знакомство с будущей профессиональной деятельностью

- ◆ введение в профессию
- ◆ ознакомительная практика на 1 курсе

## → формирование умения самостоятельной работы с учебным материалом

## → формирование новых социальных связей

- ◆ знакомство с группой

# Ресурсы успешной адаптации

- мотивация к получению профессии
- первая практика
- вовлеченность в жизнь университета
- социальная поддержка
- психологическая поддержка
- информационная поддержка
- материальная поддержка
- методическая поддержка
- беседы с кураторами-преподавателями
- встречи с кураторами-студентами
- тренинги
- внеучебные мероприятия

# Организация процесса адаптации на факультете клинической и специальной психологии

## На уровне факультета:

- Заместитель декана по внеучебной работе
- Кураторы из числа ППС
- Помощники кураторов из числа студентов (студенты-кураторы старших курсов)
- Специалисты по УМР (методист деканата, методист кафедры)

## На уровне университета:

- Проректор по воспитательной и социально-психологической работе
- Отдел воспитательной и социальной работы
- Отдел психологического сопровождения
- Студенческие кружки, клубы, объединения (ССА, Студенческий центр Рублево, Волонтерский корпус, Доверенные студенты, Доноры и т.д.)
- РУМЦ по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ

# Адаптационные мероприятия для первокурсников

1. День знаний
2. Посвящение в первокурсники
3. Ярмарка Студенческих объединений
4. Организационные собрания первокурсников
5. Система информационных чатов (чат 1 курса / чат учебной группы)
6. Кураторские часы (очно/дистанционно)
7. Тренинги (студенты-кураторы/ тренинг межличностного взаимодействия)
  - знакомство
  - командообразование
  - активное слушание
  - регуляция эмоционального состояния
  - преодоление конфликтов и т.д.

# Психологическое сопровождение ФГБОУ ВО МГППУ

Основные задачи:

- ❑ Оказание психологической помощи обучающимся, находящимся в состоянии эмоциональной дезадаптации и испытывающим высокий уровень психологического стресса;
- ❑ Профилактика состояний эмоциональной дезадаптации;
- ❑ Развитие устойчивости к стрессу и формирование конструктивных навыков совладания с ним;
- ❑ Повышение социальной компетентности в проблемных и кризисных жизненных ситуациях;
- ❑ Развитие способности к саморазвитию и самоопределению;
- ❑ Профилактика и преодоление отклонений в личностном развитии.



# Сектор психологического сопровождения



Сектор психологического сопровождения осуществляет работу по следующим направлениям:

- Психодиагностика
- Психологическая профилактика
- Индивидуальное психологическое консультирование обучающихся
- Групповая психологическая работа

# Формы работы сектора Ψ сопровождения

- Тренинговая работа с обучающимися;
- Групповые формы работы – тематические группы, семинары, лекции;
- Индивидуальное психологическое консультирование обучающихся
- Кризисное консультирование обучающихся
- Бесплатно
- Анонимно
- Конфиденциально
- Добровольно