



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
 высшего образования
 «ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
 ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
 (ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
 КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогические условия адаптации иностранных студентов к обучению в
 вузе

Выпускная квалификационная работа
 по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата
 «Психология образования»

Проверка на объем заимствований:

84,56 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

рекомендована/не рекомендована

« 18 » 06 2018 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А.

Выполнил:

студент группы ОФ-410/099-4-1

Чэнь Юй

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

Крыжановская Надежда Васильевна

Челябинск
 2018

Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические предпосылки исследования психолого-педагогических условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе	
1.1 Понятие «адаптация» в психолого-педагогической литературе	6
1.2 Особенности адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе	12
1.3 Модель психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе	19
Глава 2. Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе	
2.1 Этапы, методы, методики исследования	27
2.2 Характеристика выборки, анализ результатов констатирующего эксперимента	36
Глава 3. Анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе	
3.1 Программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе	43
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.....	50
3.3 Рекомендации педагогам и кураторам групп иностранных студентов по адаптации студентов к обучению в ВУЗе.....	56
Заключение	68
Библиографический список	74
Приложение	Ошибка! Закладка не определена.

Введение

В настоящее время в высших учебных заведениях России обучается большое число иностранных студентов. Среди множества проблем, возникающих у иностранных студентов в процессе обучения, одной из наиболее значимых является проблема их адаптации к нашему обществу.

Иностранцы, приехавшие на учебу в Россию, оказываются в сложной ситуации. Студенческая жизнь становится для них серьезным испытанием. Они вынуждены не только осваивать новый вид деятельности учебу в высшем учебном заведении, готовиться к будущей профессии, но и адаптироваться к совершенно незнакомому социокультурному пространству.

Данный вид адаптации представляет собой сложный процесс взаимодействия личности и нового социокультурного пространства, в ходе которого иностранные студенты, имея специфические этнические и психологические особенности, вынуждены преодолевать разного рода барьеры, осваивать новые виды деятельности и формы поведения.

Адаптация к образовательному процессу обеспечивает адекватное взаимодействие объекта с социальной и интеллектуальной средой ВУЗа, формирование новых качеств личности, профессиональную идентификацию, предполагает формирование нового социального статуса, освоение новых социальных ролей, приобретение новых ценностей, осмысление значимости традиций будущей профессии.

В отечественной литературе адаптация иностранных студентов рассматривается в контексте трудностей включения иностранных студентов в учебный процесс и выявления путей оптимизации психолого-педагогической и дидактической адаптации на основе системного изучения контингента иностранных студентов.

Большинство отечественных исследователей (В. Виттенберг, А.В. Зинковский, М.А. Иванова, А.И. Сурыгин, А.Г. Терещенко, Л.Д. Шаглина, И.В. Ширяева) сходятся во мнении, что адаптация представляет собой многоуровневый, динамичный процесс, имеющий свою структуру,

последовательность и особенности протекания, связанные с определенной перестройкой личности в рамках включения в новые социальные роли.

Так, И. В. Ширяева определяет адаптацию иностранных студентов как формирование устойчивой системы отношений ко всем компонентам педагогической системы, обеспечивающее адекватное поведение, способствующее достижению целей педагогической системы.

Поиски разрешения указанных противоречий как в теоретическом, так и в практическом планах, актуальность данной проблемы, а также научные предпосылки, способствующие ее дальнейшему изучению, определили выбор темы квалификационной работы «Психолого-педагогические условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе».

Цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогические условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Объект исследования: адаптация иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Гипотеза исследования: адаптация иностранных студентов к обучению в ВУЗе изменится, если разработать модель и реализовать программу по реализации психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Задачи исследования:

1. Проанализировать понятие адаптации в психолого-педагогических исследованиях.
2. Изучить особенности адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.
3. Разработать и реализовать модель психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.
4. Описать этапы, методы, методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать программу формирования адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе на этапе формирующего эксперимента.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования формированию психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

8. Составить рекомендации педагогам и кураторам по адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Методы исследования:

1. Теоретические – анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, синтез, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические – констатирующий и формирующий эксперименты и тестирование по методикам:

- методика исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой;
- Шкала самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л.;
- Методика для диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

3. Математико – статистический: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: иностранные студенты первого курса подготовительного отделения 2 группа в количестве ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ» в количестве 12 человек.

Глава 1. Теоретические предпосылки исследования психолого-педагогические условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

1.1 Понятие «адаптация» в психолого-педагогической литературе

Исследование психолого-педагогической литературы показало, что существует несколько подходов к понятию адаптации. Проанализируем их.

Адаптация – это междисциплинарное понятие, поэтому оно рассматривается многими исследователями. Данное понятие охватывает различные адаптивные системы. Термин «адаптация» происходит от латинского слова *adaptatio*– приспособление. Может быть, поэтому многие авторы дают его дефиницию через перевод и определяют адаптацию как приспособление организма к условиям среды [35, с. 67].

За основу мы взяли вариант анализируемого термина, который предложил Ю.А. Урманцев, так как оно отражает наиболее общее определение адаптации [32, с. 173].

Адаптация – система признаков, сообразуемую с характерными чертами объекта и его сферы обитания, способную осуществить цели объекта в этой среде, основанную и создаваемую в ответ на реальные и вероятные действия факторов. Вторым вариантом этого определения является приравнивание системы характеристик объектом-системой к особенностям среды его обитания для того, чтобы реализовать его цели в данной среде [там же, с. 174].

В еще более общем виде адаптация проявляется с точки зрения филогенеза: факт самого существования биологического вида является результатом филогенетической адаптации. Не менее распространены и адаптационные процессы в отдельном индивидууме, которые проявляются на протяжении всей жизни, в процессе индивидуального развития организма.

Так как существует еще одна важная, по нашему мнению, точка зрения на адаптацию как на процессы взаимодействия субъекта и объекта, субъекта и

субъекта, в следствии которого неминуемо происходят изменения в двух взаимодействующих составляющих. Целесообразно было бы уточнить суждение В.Н. Грибова о том, что равновесие между организмом и средой является итогом процесса адаптации. Непосредственно этот же процесс является механизмом обеспечения гомеостаза, то есть процесса, который обеспечивает баланс организма и среды [цит. по 11, с. 43].

Такие изменения затрагивают возникновение новых свойств либо новейшей композиции признаков, неполному исчезновению либо абсолютной утрате доли признаков. Взаимодействие всегда ведет доминированию чего–либо: субъекта над субъектом, субъекта над объектом либо напротив, объекта над субъектом, и в соответствии с этим, адаптации к этой доминанте. В тоже время возникновение доминанты как неизбежный период развития всего живого представляет, согласно сущности, другую и основную, активную сторону адаптационного процесса – приспособление.

Г.А. Балл подчеркивает, что при исследовании адаптации необходимо учитывать многочисленность слоев в компонентах системы индивид – среда, так как одни и те же, в объективном проявлении события могут интерпретироваться по–разному [цит. по 19].

Принятие и решение личностью вопросов, порекомендованных ей извне, можно анализировать как проявление приспособления к среде. Однако, если вопрос принятый индивидуумом, стал ее задачей, то действия, направленные на ее разрешение, выступают как проявление. По словам Г.А. Балла, если речь идет об аккомодации, то есть адаптация анализируется в узком смысле, тогда возможно использование выражения «адаптация к среде», но, если адаптация характеризуется в широком смысле, необходимо применять термин «адаптация в среде» [там же].

Адаптация считается качеством любого, без исключения, живого организма. Однако, человек – это не просто живой организм, а прежде всего наитруднейшая биосоциальная система. По этой причине при анализе трудностей адаптации человека целесообразно выделить три функциональных

уровня: физиологический, психический и социальный. Решающую роль в процессе поддержания адекватных отношений в системе «индивидуум-среда», в ходе которого могут изменяться все параметры системы, играет психическая адаптация [12].

Психическую адаптацию рассматривают как результат деятельности целостной самоуправляемой системы на уровне «оперативного покоя», подчёркивая при этом её системную организацию. Однако, при таком анализе ситуация остаётся не полной. Следует ввести в формулировку понятие потребности. Предельно допустимое удовлетворение важных потребностей является, таким образом, значимым аспектом эффективности адаптационного процесса.

Таким образом, психическое приспособление можно определить, как процесс установления рационального соотношения окружающей среды и личности в процессе осуществления присущей человеку деятельности, предоставляющий возможность индивиду удовлетворять важные потребности и осуществлять связанные с ними значимые цели, обеспечивая в то же время соотношение максимальной деятельности человека, его поведения, требованиям среды [1, с. 48].

Психологический значение адаптации либо её полезность для социализирующегося субъекта может заключаться в уменьшении сроков обучения, либо в освобождении от чувства страха, одиночества, когда человек, опираясь на социальный либо коллективный опыт, будучи освобожденным от потребности проб и ошибок, сразу подбирает наиболее оптимальную программу поведения [11, с. 25].

Вероятно, предпосылкой адаптации является также и её эффективность для группы, заинтересованной в устойчивости психологической структуры и в сохранении собственного количества. Поэтому группа поощряет и подкрепляет такие формы поведения членов группы, которые не противоречат меркам и обычаям, признанные данным коллективом. Функционирует ли один из названных факторов, действует ли их комплекс либо имеются прочие

детерминанты адаптации в социологии и психологии, экспериментально, на сегодняшний день, не определено. Можно предположить о том, что предпосылкой социальной адаптации является результативность адаптивных перемен для самого субъекта или группы, в состав которой он входит.

Результативность психической адаптации непосредственно находится в зависимости с организацией микросоциального взаимодействия. Нарушения психологической адаптации отмечались существенно чаще, при конфликтных обстановках в производственной сфере или семейной, затруднениях в построении неформального общения, чем при эффективном социальном взаимодействии. Кроме того, с адаптацией непременно связан анализ условий конкретных факторов определенной среды либо окружения, анализ индивидуальных качеств окружающих, как фактора привлекающего, в подавляющем большинстве случаев соответствовала с эффективной психической адаптацией, а анализ таких же качеств, как фактора отвергающего – с её нарушениями.

Основным аспектом систематизации параметров организма служит характеристика регуляторной системы, ответственной за анализируемый адаптационный процесс, так как адаптация является процессом реализации возможности организма вносить поправки в свои параметры таким образом, чтобы удерживать их в границах функционального оптимума. Пребывающие на различных уровнях филогенеза, адаптационные способности организмов отличаются продвинутостью их регуляторных систем [1, с. 65].

Психофизиологическая адаптация является непрерывным процессом, который, наряду с непосредственно психической адаптацией, то есть поддержанием психического гомеостаза, включает в себя ещё два аспекта:

- оптимизацию непрерывного воздействия индивида с окружением;
- установление адекватного соотношения между психическими и физиологическими характеристиками, которые тем самым обеспечивают возможность прогресса.

Плодотворная психическая адаптация представляет собой одну из предпосылок к эффективной профессиональной деятельности. Процесс адаптации одновременно сочетается в сфере формальных отношений и неформальных. Не редко происходит сложное совмещение требований и ожиданий на уровне коллективных нормативов существования и ценностей с индивидуальными притязаниями и ожиданиями. Немаловажными факторами, которые совершенствуют психологическую адаптацию в учебных классах, являются способность строить межличностные взаимоотношения, вероятность открытой коммуникации, социальная сплоченность.

Анализ любой трудности психологического несоответствия будет неполным без исследований психической адаптации, а анализ представленных нюансов адаптационного процесса является неотъемлемой частью психологии человека. Таким образом, расположенная на стыке разных сфер знания, которые приобретают в современных условиях все большую роль, проблема психической адаптации является важной областью научных исследований. В этой связи адаптационную концепцию можно проанализировать как один из перспективных подходов к комплексному изучению человека.

Для того чтобы охарактеризовать социальную адаптацию, необходимо заметить, что здесь проявляется преемственность между биологическими и социальными механизмами. Л.С. Выготский писал о том, что биологическое посредством социальных факторов переплавляется в социальное; биологическое, органическое – в личное; естественное, абсолютное, безусловное переплавляется в условное. Это и принимается за собственный материал психологии, тем самым, подчеркивая связь социального, биологического, психологического. Физиологическая адаптация предполагает собой процесс взаимодействия биогенной основы личности с внешней средой (анатомические и возрастные характерные черты, процессы созревания и развития организма, процессы обмена веществ, внутренние системы) [6, с. 59].

У различных авторов присутствуют индивидуальные взгляды на адаптацию, противоречащие друг с другом. Так, например, Э. Эриксон, говорит

о том, что в предельных случаях существует опасность потери индивидуальности, ассимиляции личности [68, с. 77]. Однако это может выступать одним из возможных вариантов, исходов социальной адаптации. Можно сделать вывод, опираясь на определение адаптации, что позиция объекта системы функциональна, то есть целью адаптации, как процесса, является самореализация объекта-системы через систему конкретных свойств. Таким образом, так как реализуется цель объекта-системы, способность приспособливаться свидетельствует о сохранении его идентичности.

При широкой трактовке (Ж. Пиаже, Г. Балл) адаптация понимается как единство противоположно направленных процессов аккомодации и ассимиляции [51, с. 45]. В данном случае аккомодация обеспечивает вариант функционирования организма или субъекта в соответствии со свойствами среды, а в процессе ассимиляции изменяются те или иные компоненты среды, перерабатываемые согласно структуре организма или схемы поведения субъекта. Обычно, процессы аккомодации и ассимиляции тесно связаны между собой, но в некоторых случаях один из них может выступить в ведущей роли.

Процесс адаптации выполняется посредством системы определенных социальных институтов, предназначенных для корректировки формирования социальных качеств индивида в соответствии с общественно значимыми ценностями, а также ограничивать или активизировать воздействие каких-либо факторов. Необходима выработка новых технологий социализации, так как были утрачены старые социальные институты, введение которых содействовало бы удовлетворению потребностей личности, группы, общества в целом, а также обучению человека осмысленно подвергать обработке механизм реализации своего поведения, который соответствовал бы общим социальным условиям или конкретной общественной ситуации, в которой человек находится [6, с. 7].

Таким образом, в нашем исследовании мы придерживаемся определения адаптации ученого Ю.А. Урманцева, который под адаптацией понимает сообразную или сообразуемую с отличительными чертами объекта и среды его

обитания систему свойств, способную осуществить его (объекта) цели в этой среде, основанную и создаваемую в ответ на реальные и возможные действия условий.

1.2 Особенности адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Перед принимающей стороной всегда стоит задача оптимизации жизни и учебы иностранных студентов, которые проходят через сложный процесс адаптации к новым условиям их жизнедеятельности. Успешность обучения иностранных студентов в России, уровень их профессиональной подготовки в значительной степени зависит от социальной адаптации студентов в стране пребывания.

Поскольку учение есть специфическая форма индивидуальной активности, обуславливающая поведенческие изменения, помимо указанных видов адаптации, для студентов особое значение имеет социально-профессиональная адаптация, уровень которой оценивается по целому ряду критериев, например, успеваемости, ориентации на будущую профессию, умению работать самостоятельно и т.д.

Актуальность проблемы адаптации иностранных студентов в российском ВУЗе определяется в первую очередь задачами дальнейшего эффективного их обучения как будущих специалистов. Успешная адаптация способствует быстрому включению студентов в учебный процесс [23, с. 84].

Адаптация иностранных студентов представляет собой многофакторный процесс вхождения, развития и становления личности студента-иностранца в образовательном пространстве университета. В ходе данного сложного многопланового процесса взаимодействия личности и новой социокультурной среды иностранные студенты, имея специфические этнические и психологические особенности, вынуждены преодолевать разного рода социальные, психологические, языковые барьеры, осваивать новые виды

деятельности и формы поведения. Процесс адаптации к новой социокультурной среде протекает как в рамках учебной деятельности, так и во время проведения внеаудиторных мероприятий, что, способствует ускорению данного процесса, а также формирует речевую и социокультурную компетенцию [27, с. 46].

Адаптация иностранных граждан к новым социокультурным условиям при поступлении в высшее учебное заведение является основополагающим фактором, определяющим в большинстве случаев эффективность образовательного процесса в целом [24, с. 37].

Молодые люди, приехавшие на учебу в нашу страну из других государств, оказываются в очень непростой ситуации. Студенческая жизнь становится для них серьезным жизненным испытанием. Они вынуждены не только осваивать новый вид деятельности - учебу в высшем учебном заведении, готовиться к будущей профессии, но и адаптироваться к совершенно незнакомому социокультурному пространству.

Трудности, которые иностранный студент особенно остро испытывает в первый год пребывания в новой стране, могут быть сгруппированы следующим образом:

- адаптационные трудности на различных уровнях: языковом, понятийном, нравственно-информационном, климатическом, бытовом, коммуникативном и т.д.;

- психофизиологические трудности, связанные с «вхождением» в новую среду, психоэмоциональным напряжением, сменой климата и т.д.;

- учебно-познавательные трудности, связанные, в первую очередь, с недостаточной языковой подготовкой, преодолением различий в системах образования; адаптацией к новым требованиям и системе контроля знаний; организацией учебного процесса, который должен строиться на принципах саморазвития личности, «выращивания» знаний, привития навыков самостоятельной работы;

- социокультурные трудности, связанные с освоением нового социального и культурного пространства вуза; преодолением языкового

барьера в решении коммуникативных проблем как по вертикали, т.е. с администрацией факультета, преподавателями и сотрудниками, так и по горизонтали, т.е. в процессе межличностного общения внутри межнациональной малой учебной группы, учебного потока, на бытовом уровне;

- коммуникативные трудности как по вертикали, т.е. с администрацией факультета, с преподавателями и сотрудниками, так и по горизонтали, т.е. в процессе межличностного общения внутри межнациональной малой учебной группы, учебного потока, в общежитии, на улице, в магазинах и т.д.;

- бытовые трудности, связанные с отсутствием навыков самостоятельности, принятия решений и разрешения проблем [2, с. 32].

Все эти группы трудностей взаимообусловлены и представляют собой психологический барьер, преодоление которого сопряжено с психическими, личностными, эмоциональными, интеллектуальными, физическими перегрузками.

Таким образом, совокупность адаптационных проблем иностранных студентов можно разделить на следующие группы:

- социально-психологическая адаптация;
- педагогическая адаптация;
- социокультурная адаптация.

Социально-психологическая адаптация понимается как вступление иностранного студента в систему межличностных отношений, как приспособление личности к группе, к взаимоотношениям в ней, а также как проявление собственного стиля поведения [40, с. 15].

Педагогическая адаптация предусматривает необходимость поиска такого содержания, форм и методов учебно-воспитательной работы, с помощью которых преподаватели вузов могли бы предупреждать, смягчать и устранять отрицательные последствия дезадаптации, ускорять процесс социально-психологической и педагогической адаптации студентов [7, с. 23].

Культурные традиции и региональные особенности играют немаловажную роль в формировании адаптационных навыков у иностранных

студентов. Слабое знание особенностей русского менталитета и норм этикета зачастую приводит к конфликтам студентов-иностранцев с местным населением. Процесс аккультурации требует достаточно длительного времени.

В отечественной литературе адаптация иностранных студентов рассматривается в контексте трудностей включения иностранных студентов в учебный процесс и выявления путей оптимизации психолого-педагогической и дидактической адаптации на основе системного изучения контингента иностранных студентов.

Большинство отечественных исследователей (В. Виттенберг, А.В. Зинковский, М.А. Иванова, А.И. Сурыгин, А.Г. Терещенко, Л.Д. Шаглина, И.В. Ширяева) сходятся во мнении, что адаптация представляет собой многоуровневый, динамичный процесс, имеющий свою структуру, последовательность и особенности протекания, связанные с определенной перестройкой личности в рамках включения в новые социальные роли.

Так, И.В. Ширяева определяет адаптацию иностранных студентов как формирование устойчивой системы отношений ко всем компонентам педагогической системы, обеспечивающее адекватное поведение, способствующее достижению целей педагогической системы [79, с. 9].

Трудности адаптации иностранных студентов отличны по содержанию от трудностей российских студентов, зависят от национальных и региональных характеристик и изменяются от курса к курсу.

Можно выделить следующие критерии подготовленности студентов-иностранцев к социальной адаптации:

- когнитивный;
- эмоционально-волевой;
- действенно-практический.

Когнитивный критерий предполагает осознание студентами цели своего обучения в иностранном ВУЗе, а также овладение системой знаний о том, каким образом эта цель может быть достигнута.

Эмоционально-волевой критерий предполагает наличие у студентов личностного отношения к характеру и результату обучения, умения строить межличностные отношения; наличие определенных коммуникативных навыков; умение выявлять и преодолевать трудности; наличие положительных ценностных ориентаций и нравственных качеств.

С помощью данного критерия выявляется состояние студента, попавшего из одной социальной среды в другую. Успешность обучения зависит от его взаимоотношений с однокурсниками, особенно внутри студенческой группы, с одной стороны, и от его отношения к учебному процессу в целом, с другой.

Действенно-практический критерий предполагает определение степени интенсивности участия студента в самостоятельной деятельности по социальной адаптации.

Данный критерий предполагает наличие у студента самостоятельности мышления, желания достигнуть цели, используя индивидуальные возможности и способности, выявить формы их проявления.

В целом этапы адаптации иностранных студентов к новой языковой, социокультурной и учебной среде таковы:

- вхождение в студенческую среду;
- усвоение основных норм интернационального коллектива, выработка собственного стиля поведения;
- формирование устойчивого положительного отношения к будущей профессии, преодоление «языкового барьера», усиление чувства академического равноправия [76, с. 19].

Причины, определяющие уровень адаптации иностранных студентов, условно можно разделить на три категории:

- объективные, которые обусловлены учебной деятельностью и условиями жизни в отрыве от семьи и родины (к ним относятся новые формы обучения и контроля занятий, новый коллектив, новая обстановка и т.п.);

- объективно-субъективные (слабые навыки самостоятельной работы и самоконтроля и т.д.);

- субъективные (нежелание учиться, застенчивость и т. д.) [66, с. 52].

Прибыв на учебу в Россию, иностранные студенты меняют свое социокультурное окружение. Для них нарушаются привычные коммуникативные связи с семьей, соотечественниками и друзьями. Начинается процесс приспособления к новым условиям внешней и внутренней среды. Установлено, что иностранные студенты более болезненно переживают несданные экзамены и неудовлетворительные оценки, чем их однокурсники русские студенты, что обусловлено чувством большой ответственности перед семьей, правительством, иммиграционными официальными лицами. Не у всех студентов есть интерес к чужой стране. Они противопоставляют свою культуру тому, что видят в России [41, с. 37].

Академическая успеваемость, общественная и научная активность воспринимаются как факторы успешной адаптации студентов. С другой стороны, безразличие, равнодушие, неуспеваемость, отсутствие интереса со стороны учащегося позволяют говорить о трудностях адаптационного периода.

Необходимо отметить, что формирование коммуникативных умений иностранных студентов будет более успешным, если процесс обучения осуществляется не только на уровне педагогической коммуникации в рамках аудиторных занятий, но и на уровне межкультурной коммуникации с целью более легкого вхождения в русскоязычную культуру. Необходим индивидуальный подход, учитывающий национальные и этнокультурные особенности [9, с. 16].

Все более актуальной становится проблема социальной адаптации и межкультурного взаимодействия иностранных студентов, обучающихся в российских вузах.

В исследованиях А.И. Сурыгина убедительно доказано, что для преподавателя, работающего в интернациональной аудитории необходима поликультурная компетенция. Она определяется как знания о социокультурных

особенностях учащихся, включающие в себя особенности образовательных систем, социализации, социально-демографические, паралингвистические, невербальные средства и кинетические особенности общения [10, с. 56].

Разработка рекомендаций по оптимизации процесса обучения в условиях взаимодействия разных культур представляется важной с точки зрения практики преподавания в современной высшей школе.

Проблема адаптации иностранных студентов к условиям обучения в российском ВУЗе представляет собой одну из существенных проблем, которую приходится решать руководству ВУЗа, психологам и преподавателям. В зависимости от того, как продолжительно и с какими затратами происходит процесс адаптации, зависит эффективность их обучения, а, следовательно, и профессионального становления.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

- особенности адаптации иностранных студентов определяются комплексом факторов: психофизиологических, учебно-познавательных, социокультурных, бытовых. Трудно однозначно определить, какие из них являются главными, поскольку они тесно переплетаются;

- проблемы адаптации иностранных студентов обусловлены включением личности в новую социокультурную и учебно-познавательную среду, где происходит формирование структуры устойчивых личностных отношений ко всем компонентам образовательного процесса;

- трудности адаптации иностранных студентов отличны по содержанию от трудностей русских студентов, зависят от национальных и региональных характеристик и изменяются от курса к курсу;

- академическая успеваемость, общественная и научная активность воспринимаются как факторы успешной адаптации студентов. С другой стороны, безразличие, равнодушие, неуспеваемость, отсутствие интереса со стороны учащегося позволяют говорить о трудностях адаптационного периода;

- процесс адаптации иностранных студентов к образовательной среде ВУЗа должен быть организованным, целенаправленным, комплексным.

1.3 Модель психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Модель – упрощенный мысленный или знаковый образ объекта или системы объектов, используемый в качестве их "заместителя" и средство оперирования [52, с. 89].

Модель дает возможность сосредоточить внимание психолога лишь на главных, наиболее существенных чертах психики. Моделирование – исследование процессов и психических состояний с помощью их реальных (физических) или идеальных, прежде всего математических моделей.

Метод моделирования наиболее перспективный метод исследования требует от психолога определенного уровня математической подготовки. Здесь психические состояния изучаются на основе приближенного образа реальности ее модели. Этот метод широко распространился в психологии с 50-х гг. XX в., когда развитие кибернетики сделало возможным моделирование различных аспектов целенаправленной деятельности живых существ. Нечто подобное было в определенной степени предвосхищено в работах П.К. Анохина и Н.А. Бернштейна, создавших модели сложных физиологических систем функциональных человека, содержавшие все основные компоненты кибернетических моделей поведения [35, с. 74].

Необходимость моделирования возникает в психологии, когда: - системная сложность объекта является непреодолимым препятствием для создания его целостного образа на всех уровнях детальности; - требуется оперативное изучение психологического объекта в ущерб детальности оригинала; - изучению подлежат психические процессы с высоким уровнем неопределенности и неизвестны закономерности, которым они подчиняются; - требуется оптимизация исследуемого объекта путем варьирования входных факторов.

Задачи моделирования:

- описание и анализ психических явлений на различных уровнях их структурной организации;
- прогнозирование развития психических явлений;
- идентификация психических явлений, т. е. установление их сходства и различия;
- оптимизация условий протекания психических процессов [33].

Охарактеризуем первый этап моделирования: целеполагание.

Дерево целей – иерархическое визуальное представление достижение целей; принцип, при которой главная цель достигается за счет совокупности второстепенных и дополнительных целей. Концепция «дерева целей» впервые была предложена Р. Акоффом и Ч. Черчменом в середине прошлого века и представляет собой упорядочивающий инструмент, используемый для формирования элементов общей целевой программы развития компании и соотнесения со специфическими целями различных уровней и областей деятельности [34, с. 93].

Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределенная по уровням, ранжированная) совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»). При этом в понятие целей на разных уровнях вкладывается различное содержание: от объективных потребностей и желаемых направлений развития на верхнем уровне дерева до решения конкретных практических задач и осуществления отдельных мероприятий на нижних уровнях. Основным требованием к дереву целей является отсутствие циклов. В остальном метод достаточно универсален. Дерево целей является главным инструментом увязки целей высшего уровня с конкретными средствами их достижения на низшем производственном уровне через ряд промежуточных звеньев [34, с. 61].

Анализ литературы по проблеме позволил нам разработать дерево целей нашего исследования. Представим дерево целей формирования психолого-

педагогических условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе. Оно содержит следующие компоненты (рис.1).

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогические условия адаптация иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

1. Изучить теоретические предпосылки исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

1.1. Проанализировать понятие адаптации в психолого-педагогической литературе;

1.2. Выявить возрастные особенности адаптация иностранных студентов к обучению в ВУЗе;

1.3. Теоретически обосновать модель формированию психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе;

2. Организовать опытно-экспериментального исследование психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе;

2.1. Охарактеризовать этапы, методы и методики исследования условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе;

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента;

3. Выполнить опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе;

3.1. Разработать и реализовать программу формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе;

3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента;

3.3. Разработать психолого-педагогические рекомендации иностранным студентам по формирования адаптации к обучению в ВУЗе;

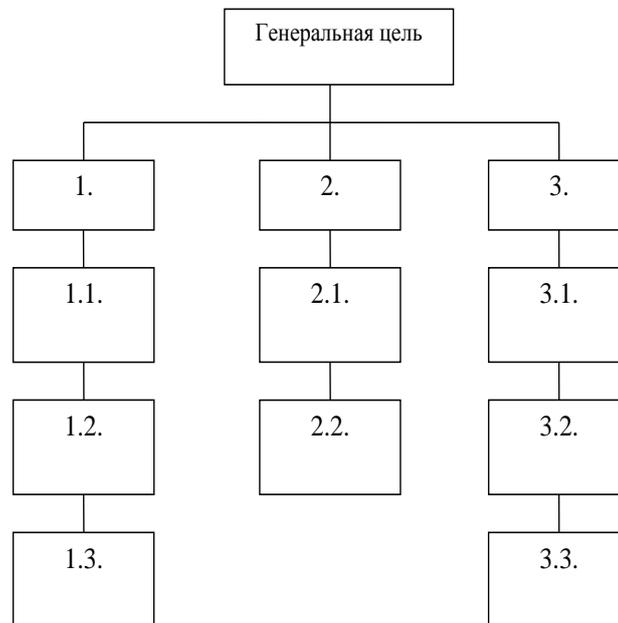


Рисунок 1 - Дерево целей формирования психолого-педагогических условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Таким образом, было разработано дерево целей, которое предполагает структурированную, построенную по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой определены генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго уровней.

На основе дерева целей составлена модель формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Модель – это, как правило, искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п. [20, с. 54]. Также под моделью понимается некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, замещающий оригинальный объект или явление, сохраняя только некоторые важные его свойства, например, в процессе познания (созерцания, анализа и синтеза) или конструирования [15 с. 23].

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [53, с. 75]. Это наличие цели, элементов, структуры. Их достоверность определяется с помощью системы мероприятий, реализуемых

конкретными исполнителями, которые выделяют для этого необходимые ресурсы.

На основании вышеперечисленного была составлена теоретическая модель формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе (см. рисунок 2).

Модель формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе актуальна, поскольку позволяет на основе одной проблемы работать в нескольких направлениях.

Данная модель охватывает все формы работы педагога-психолога для получения полной картины по вышеназванной проблеме как до проведения программы, так и после.

Для того, чтобы реализовать цель, поставленную нами, необходимо провести следующие мероприятия:

1. Теоретический блок: изучить понятие адаптации в психолого-педагогических исследованиях. Выявить особенности проявления адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе. Теоретически обосновать психолого-педагогические условия адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

2. Диагностический блок. Охарактеризовать этапы, методы и методики исследования. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.

3. Формирующий блок. Разработать и реализовать программу формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

4. Контрольно-обобщающий блок. Провести повторную диагностику. Проанализировать данные полученные в ходе констатирующего и формирующего экспериментов. Разработать психолого-педагогические рекомендации по формированию психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе



Рисунок 2 - Модель формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

В итоге по проведённым мероприятиям можно будет проследить реализацию цели по повышению и профилактике уровня адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Таким образом, для организации проведения психолого-педагогической программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней. Модель – это некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, замещающий оригинальный объект или явление, сохраняя только некоторые важные его свойства. Разработана модель формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе, которая содержит теоретический, диагностический, формирующий, контрольно-обобщающие блоки.

Вывод по 1 главе

Адаптация как проявление характеризует типичное поведение, отношение и результативность деятельности человека в условиях среды, как отражение его приспособления (комфортного самочувствия) к (в) ней. По проявлениям человека можно судить о степени его адаптированности к определенным условиям среды в данный период времени.

Изучив возрастные особенности адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе:

- особенности адаптации иностранных студентов определяются комплексом факторов: психофизиологических, учебно-познавательных, социокультурных, бытовых. Трудно однозначно определить, какие из них являются главными, поскольку они тесно переплетаются;

- проблемы адаптации иностранных студентов обусловлены включением личности в новую социокультурную и учебно-познавательную среду, где

происходит формирование структуры устойчивых личностных отношений ко всем компонентам образовательного процесса;

- трудности адаптации иностранных студентов отличны по содержанию от трудностей русских студентов, зависят от национальных и региональных характеристик и изменяются от курса к курсу;

- академическая успеваемость, общественная и научная активность воспринимаются как факторы успешной адаптации студентов. С другой стороны, безразличие, равнодушие, неуспеваемость, отсутствие интереса со стороны учащегося позволяют говорить о трудностях адаптационного периода;

- процесс адаптации иностранных студентов к образовательной среде ВУЗа должен быть организованным, целенаправленным, комплексным.

Для организации проведения психолого-педагогической программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней. Модель – это некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, замещающий оригинальный объект или явление, сохраняя только некоторые важные его свойства. Разработана модель формированию психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе, которая содержит теоретический, диагностический, формирующий, контрольно-обобщающие блоки.

Глава 2. Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

2.1 Этапы, методы, методики исследования

Практическая часть работы заключается в том, чтобы выявить уровень адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе. Исследование адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик для проведения эксперимента. На этом этапе выполнено изучение литературы по проблеме адаптации иностранных студентов к обучению в вузе.

2. Опытно – экспериментальный: проведение констатирующего эксперимента, обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых по трем методикам. Затем полученные результаты были обработаны, выражены в виде диаграмм и таблицы.

3. Контрольно – обобщающий: составление и реализация программы, повторная диагностика, анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, проверка гипотезы.

В исследовании адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе были использованы следующие методы и методики:

Теоретические – анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, синтез, моделирование, целеполагание.

Эмпирические – экспериментальный (констатирующий), тестирование по методикам:

- методика исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крылова;
- Шкала самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина;

- методика для диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Для исследования значимости полученных результатов был выбран T - критерий Вилкоксона.

Под анализом понимается метод, в основе которого лежит процесс разложения предмета на составные части. Когда ученый пользуется методом анализа, он мысленно разделяет изучаемый объект, то есть, выясняет, из каких частей он состоит, каковы его свойства и признаки.

Анализ литературы – это метод научного исследования, предполагающий операцию мысленного или реального расчленения целого (вещи, свойства, процесса или отношения между предметами) на составные части, выполняемая в процессе познания или предметно-практической деятельности человека.

Синтез - метод научного исследования, состоящий в соединении разнообразных явлений, вещей, качеств, противоположностей или противоречивого множества в единство, в котором противоречия и противоположность сглаживаются или снимаются.

Синтез представляет собой соединение полученных при анализе частей в нечто целое. В результате применения синтеза происходит соединение знаний, полученных в результате использования анализа в единую систему.

Методы анализа и синтеза в научном творчестве органически связаны между собой и могут принимать различные формы в зависимости от свойств изучаемого объекта и цели исследования.

Прямые (эмпирические) анализ и синтез применяются на стадии поверхностного ознакомления с объектом. При этом осуществляется выделение отдельных частей объекта, обнаружение его свойств, простейшие измерения, фиксация непосредственно данного, лежащего на поверхности общего.

Моделирование - процесс распознавания последовательности идей и поведения, которая позволяет справиться с задачей. Кушнер Ю.З. определяет моделирование как «метод создания и исследования моделей. Изучение модели

позволяет получить новое знание, новую целостную информацию об объекте».

Процесс создания модели достаточно трудоемкий, исследователь как бы проходит через несколько этапов.

Первый – тщательное изучение опыта, связанного с интересующим исследователя явлением, анализ и обобщение этого опыта и создание гипотезы, лежащей в основе будущей модели.

Второй – составление программы исследования, организация практической деятельности в соответствии с разработанной программой, внесение в неё коррективов, подсказанных практикой, уточнение первоначальной гипотезы исследования, взятой в основу модели.

Третий – создание окончательного варианта модели. Если на втором этапе исследователь как бы предлагает различные варианты конструируемого явления, то на третьем этапе он на основе этих вариантов создает окончательный образец того процесса (или проекта), который собирается воплотить.

В педагогике моделирование успешно применяется для решения важных дидактических задач. Например, педагог-исследователь может разработать модели: оптимизации структуры учебного процесса, активизации познавательной самостоятельности учащихся, личностно-ориентированного подхода к учащимся в учебном процессе.

Целеполагание - смыслообразующее содержание практики, состоящее в формировании цели как субъективно-идеального образа желаемого и воплощении ее в объективно-реальном результате деятельности. Целеполагание — процесс выбора одной или нескольких целей с установлением параметров допустимых отклонений для управления процессом осуществления идеи.

Охарактеризуем использованные методы и методики исследования:

Эксперимент – это один из основных методов научного познания вообще, психологического исследования в частности [12]. Это активное вмешательство в ситуацию со стороны исследователя, осуществляющего

планомерное сопутствующих изменений в поведении изучаемого объекта. В исследовании применялся констатирующий эксперимент [22].

Тестирование - метод психодиагностики, использующий стандартизованные вопросы и задачи - тесты, имеющие определенную шкалу значений. Применяется для стандартизованного измерения различий индивидуальных. Позволяет с известной вероятностью определить актуальный уровень развития у индивида нужных навыков, знаний, личностных характеристик. Тестирование предполагает, что обследуемый выполняет определенную деятельность: это может быть решение задач, рисование, рассказ по картинке и прочее — в зависимости от используемой методики; происходит определенное испытание, на основании результатов коего психолог делает выводы о наличии, особенностях и уровне развития тех или иных свойств.

Отдельные тесты — это стандартные наборы заданий и материала, с коим работает испытуемый; стандартна и процедура предъявления заданий, хотя в неких случаях предусматриваются определенные степени свободы для психолога — право задать дополнительный вопрос, построить беседу в связи с материалом и пр. Процедура оценки результатов тоже стандартна. Такая стандартизация позволяет сопоставлять результаты различных испытуемых.

Адаптированность студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкая, А.В. Крылова.

Методика предназначена для исследования адаптированности студентов в ВУЗе и включает в себя две шкалы: адаптированность к учебной группе и адаптированность к учебной деятельности.

Методика может использоваться для выявления студентов, испытывающих трудности в адаптации к группе и к учебной деятельности; для методического обеспечения психологического сопровождения адаптации студентов в ВУЗе, для исследования эффективности коррекционно-развивающей и воспитательной работы со студентами, а также в практике преподавания курсов педагогической психологии, педагогики и психодидактики в психолого-педагогических вузах и колледжах.

По мнению авторов методики, адаптированность студентов к обучению в ВУЗе предполагает наличие следующих особенностей в поведении и деятельности студентов:

1) удовлетворительное психологическое и физическое состояние студента в учебных и внеучебных ситуациях в ВУЗе;

2) принятие студентом социальных ожиданий и предъявляемых к нему требований, а также соответствие его поведения этим ожиданиям и требованиям;

3) способность придавать происходящему в ВУЗе желательное для себя направление и пользоваться имеющимися условиями для успешного осуществления своих учебных и личностных стремлений и целей.

Методика "Адаптированность студентов в ВУЗе" представляет собой набор из 16 суждений, по отношению к которым студенты должны выразить степень своего согласия.

Обработка результатов осуществляется путем перевода цифр в баллы в соответствии с ключом и последующего суммирования полученных баллов отдельно по каждой шкале и методике в целом.

Методика прошла психометрическую проверку и была использована для исследования различий в адаптированности студентов-первокурсников, окончивших сельскую и городскую школы, а также для исследования адаптированности студентов различных курсов.

Шкала самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л.

Цель - выявление уровня ситуативной тревожности, как индивидуального показателя чувствительности к стрессу и как черты личности, характеризующуюся склонностью испытуемого в той или иной степени испытывать в большинстве ситуаций страх, опасение.

Текст состоит из двух шкал по 20 утверждений в каждой, отдельно оценивающих ситуативную и личностную тревожность. Испытуемым предлагается на каждый вопрос четыре варианта ответа: нет, это не так,

пожалуй, это так, верно, совершенно верно. Каждому респонденту были представлены бланки для ответов.

Обработка и интерпретация результатов: При интерпретации результатов надо обращать внимание на показатель уровня тревожности:

- до 30 баллов – низкий уровень тревожности;
- от 30 до 45 – средний уровень тревожности;
- от 45 и выше – высокий уровень тревожности.

Методика для диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Методика разработана на основе опросника А.А. Реана и В.А. Якунина. К 16 утверждениям вышеназванного опросника добавлены утверждения, характеризующие мотивы учения, выделенные В.Г. Леонтьевым, а также утверждения, характеризующие мотивы учения, полученные Н.Ц. Бадмаевой в результате опроса студентов и школьников. Это коммуникативные, профессиональные, учебно-познавательные, широкие социальные мотивы, а также мотивы творческой самореализации, избегания неудачи и престижа.

Испытуемым предлагается оценить по 5-балльной системе приведенные мотивы учебной деятельности по значимости для себя: 1 балл соответствует минимальной значимости мотива, 5 баллов – максимальной.

При обработке результатов тестирования необходимо подсчитать средний показатель по каждой шкале опросника.

Интерпретация данных по шкалам терминальных ценностей

Собственный престиж. Высокий балл по данному показателю отражает стремление человека к признанию, уважению, одобрению со стороны других, как правило, наиболее значимых лиц, к чьему мнению он прислушивается в наибольшей степени и на чье мнение он ориентируется, в первую очередь, в своих суждениях, поступках и взглядах. Испытуемые, получившие высокий балл по данному показателю, часто бывают сильно заинтересованы в мнениях окружающих о себе, так как нуждаются в социальном одобрении своего поведения.

Высокое материальное положение. Высокий балл по данному показателю отражает стремление человека к возможно более высокому уровню материального благосостояния. Такие люди часто бывают убеждены в том, что материальный достаток является главным условием жизненного благополучия. Высокий уровень материального благосостояния для таких людей часто оказывается основанием для развития чувства собственной значимости и повышенной самооценки.

Креативность. Высокий балл по данному показателю отражает стремление человека к реализации своих творческих возможностей, внесению различных изменений во все сферы своей жизни. Испытуемые с высоким баллом по данному показателю во всем стремятся избегать стереотипов и разнообразить свою жизнь. Такие люди обычно довольно быстро устают от размеренного хода своей жизни и всегда стараются внести в нее что-то новое.

Активные социальные контакты. Высокий балл по данному показателю говорит о стремлении человека к установлению благоприятных взаимоотношений с другими людьми. Для таких людей, как правило, очень значимы все аспекты человеческих взаимоотношений, они часто бывают убеждены в том, что самое ценное в жизни - это возможность общаться и взаимодействовать с другими людьми.

Развитие себя. Высокий балл по данному показателю отражает заинтересованность человека в объективной информации об особенностях своего характера, своих способностях, других характеристиках своей личности. Такие люди, как правило, стремятся к самосовершенствованию, считая при этом, что потенциальные возможности человека почти неограничены и что в первую очередь в жизни необходимо добиваться наиболее полной из реализации.

Достижения. Высокий балл по этому показателю говорит о стремлении человека к постижению конкретных и осязаемых результатов в различные периоды жизни. Такие люди, как правило, тщательно планируют свою жизнь, ставя конкретные цели на каждом ее этапе и считая, что главное - добиться этих

целей. Кроме того, часто большое количество жизненных достижений служит для таких людей основанием для высокой самооценки.

Духовное удовлетворение. Высокий балл по данному показателю отражает стремление человека к получению морального удовлетворения во всех сферах своей жизни. Такие люди, как правило, считают, что главное - это делать то, что интересно и что приносит внутреннее удовлетворение.

Сохранение собственной индивидуальности. Высокий балл по этому показателю говорит о стремлении человека к независимости от других людей. Такие люди, как правило, считают, что самое важное в жизни - это сохранить неповторимость и своеобразие своей личности, своих взглядов, убеждений, своего стиля жизни, стремясь как можно меньше поддаваться влиянию массовых тенденций.

Метод математической статистики – это оперирование со значениями признака, которые были получены у испытуемых в процессе психологического исследования. На сегодняшний день методы математической обработки постоянно применяются в педагогических и психологических исследованиях. Психолого-педагогические измерения, произведенные с помощью тестов, постоянно сопутствуются определенной ошибкой, порожденной несовершенством диагностического инструментария и разными факторами диагностического процесса. Вследствие этого необходимо доказывать значимость полученных результатов [6, с. 354].

Критерий используется для сравнения показателей, измеренных в двух различных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он дает возможность определить не только направленность изменений, но и их степень выраженности. С его помощью мы устанавливаем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом [6, с. 355].

Этот критерий используется только в тех случаях, когда признаки измерены, по крайней мере, согласно шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым замерами тоже могут быть упорядочены. Для этого они должны

варьировать в довольно широком диапазоне.

Суть метода заключается в том, что мы сравниваем выраженность сдвигов в том и ином направлениях согласно абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. В случае если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях. Первоочередно мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, либо редким, сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Гипотезы T – критерия Вилкоксона:

H₀: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H₁: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения в применении T – критерия Вилкоксона:

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях - 5 человек. Максимальное количество испытуемых - 50 человек, что диктуется верхней границей имеющихся таблиц.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов [6, с. 355].

Таким образом, исследование проводилось в три этапа: поисково – подготовительный, опытно – экспериментальный и контрольно – обобщающий. Были использованы такие методы, как анализ психолого-педагогической литературы, по методикам исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой; шкале самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л; диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А.

Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Данные методики являются надежным средством исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

2.2 Характеристика выборки, анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось в 2017 году в ФГБОУ ВО Южно-Уральском государственном гуманитарно-педагогическом университете города Челябинска. В экспериментальном исследовании участвовала 2 группа первого курса подготовительного отделения, общей численностью 12 человек. Из них 6 юношей и 6 девушек. Все граждане Туркменистана. Состав курса постоянен с начала обучения.

Туркмены вполне позитивно настроены и дружелюбны. Они такие же открытые и весьма любопытные. Прослеживаются дружеские взаимоотношения, студенты готовы прийти на помощь друг к другу. Дисциплина на занятиях положительная, но присутствуют несколько студентов, которые иногда нарушают ее сообщая, но остальной коллектив старается контролировать ситуацию. Психологический климат в коллективе положительный, студентам комфортно находиться в обществе друг друга.

Уровень развития коллектива можно оценить, как средний или коллектив в процессе сплочения - в нем устанавливаются понятные и признаваемые всеми цели, ясные и твердые нормы и принципы взаимодействия, соответствующие общечеловеческой морали. Причем официальные нормы начинают дополняться и подкрепляться неофициальными установлениями и традициями. Формальная и неформальная структура максимально сближены, большинство членов коллектива поддерживают между собой дружеские отношения, нет устойчивых антипатий. И сам коллектив, и его руководство в воздействии на человека опираются на положительную оценку, одобрение, на признание и стимулирование его творческих потенций. В

связи с этими особенностями каждая личность высоко ценит коллектив, дорожит им.

Эмоционально-волевое состояние коллектива можно оценить, как стабильное. На курсе преобладают общие мотивы – учеба и внеурочная деятельность. Во вне учебного времени большинство студентов поддерживают контакт.

Результаты диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой представлены в Приложение 2 в таблице 1 и на рисунке 3.

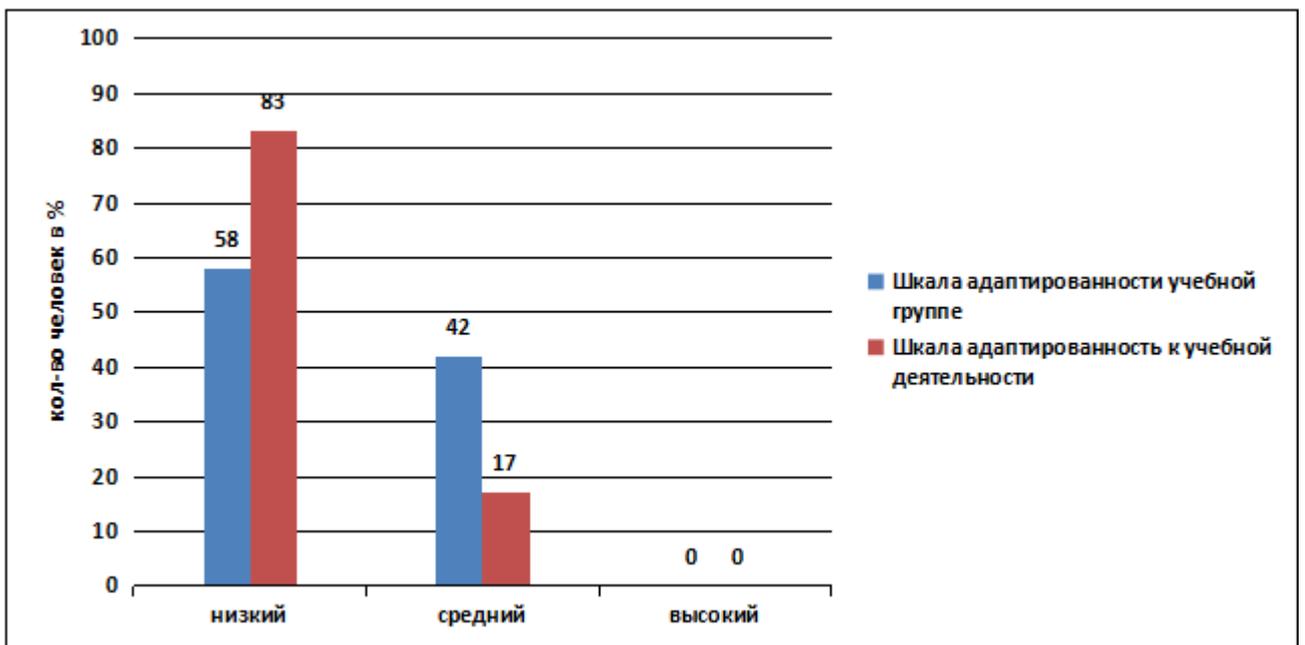


Рисунок 3 - Результаты исследования адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой

Низкие показатели по шкале адаптированности к учебной группе показали 58% испытуемых (7 человек), это свидетельствуют об испытываемых студентами трудностях в общении с однокурсниками. Студенты держатся в стороне, проявляют сдержанность в отношениях. Им трудно найти общий язык между собой, они не разделяют принятые в группе нормы и правила, не встречают друг у друга понимания и принятия своих взглядов со стороны однокурсников, не могут обратиться к ним за помощью.

Средние показатели по шкале адаптированности к учебной группе выявлены у 42% испытуемых (5 человека), свидетельствуют о возможных

трудностях в общении с однокурсниками. Они с трудом находят общий язык с однокурсниками, но разделяют принятые в группе нормы и правила, встречаются понимания и принятия своих взглядов со стороны однокурсников, могут обратиться к ним за помощью.

Средние показатели по шкале адаптированности к учебной деятельности выявлены у 17% испытуемых (2 человек) свидетельствуют о том, что студенты осваивают учебные предметы, справляются с выполнением учебных заданий; при необходимости могут обратиться за помощью к преподавателю, могут выражать свои мысли, проявлять свою индивидуальность и способности на занятиях.

Низкие показатели по шкале адаптированности к учебной деятельности выявлены у 83% испытуемых (10 человек) и говорят о том, что студенты с трудом осваивают учебные предметы и выполняют учебные задания; им трудно выступать на занятиях, выражать свои мысли. При необходимости они не могут задать вопрос преподавателю. По многим изучаемым предметам они нуждаются в дополнительных консультациях, не могут проявить свою индивидуальность и способности на учебных занятиях.

Результаты диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л. представлены в Приложение 2 в таблице 2 и на рисунке 4.

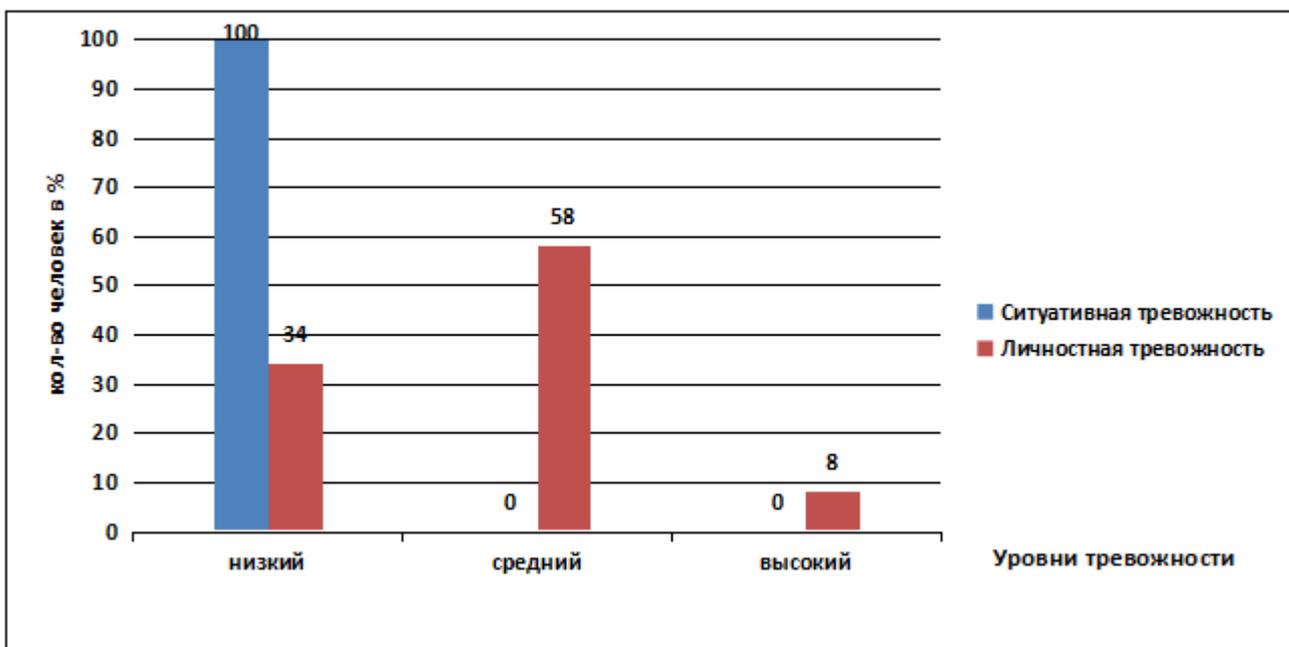


Рисунок 4 - Результаты исследования уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л

Из рисунка 4 видно, что высокого и среднего уровень ситуативной тревожности не выявлен.

Низкий уровень показали 100% испытуемых, для этих студентов характерны сниженное внимание к мотивам деятельности и ослабленное чувство ответственности, а также можно утверждать о том, что процедура диагностики не вызвала тревогу.

По шкале личностной тревожности выявлено 8% испытуемых (1 человек) с высоким уровнем, подобная тревожность может порождаться либо реальным неблагополучием студента в наиболее значимых областях деятельности и общения, либо существовать как бы вопреки объективно благополучному положению, являясь следствием определенных личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценки. Подобную тревожность часто испытывают студенты, которые хорошо и даже отлично учатся, ответственно относятся к учебе, общественной жизни, однако это видимое благополучие достается им большой ценой и чревато срывами, особенно при резком усложнении деятельности.

Остальные же испытуемые с низким 34% (4 человека) и средним 58% (7 человек) уровнями показали результаты, соответствующие норме. Они характеризуются стабильностью, объективно оценивают реальность, имеют уравновешенное состояние, с легкостью находят контакты с окружающим миром, а также не испытывают трудности в принятии решений.

Результаты диагностики учебной мотивации иностранных студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой) представлены в Приложение 2 в таблице 3.

Результаты диагностики достаточно наглядно свидетельствуют о преобладании «Коммуникативных мотивов». Достаточно близки по значению «Социальных мотивов», «Профессиональных мотивов» и «Учебно-познавательных мотивов».

Чуть менее выражен «Мотив престижа», и менее всех выражен «Мотив избегания».

Это говорит о том, что основные мотивы обучения у опрошенных направлены на процесс и результаты образования. Можно сделать вывод, что опрошенные студенты имеют достаточно высокий уровень учебной мотивации.

Таким образом, иностранные студенты подготовительного отделения мало адаптированы к учебной группе, это свидетельствует об испытываемых студентами трудностях в общении друг с другом. Адаптированность к учебной деятельности находится на низком уровне, что говорит о трудностях, с которыми сталкиваются иностранные студенты во время занятий. На момент проведения исследования, они не были подвержены тревожности и были расслаблены и открыты для взаимодействия, по результатам диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л. был выявлен 1 студент с высоким уровнем личностной тревожности. Что же касается учебной мотивации иностранных студентов, то Результаты диагностики достаточно наглядно свидетельствуют о преобладании «Коммуникативных мотивов». Достаточно близки по значению «Социальных мотивов», «Профессиональных мотивов» и «Учебно-познавательных мотивов». Чуть менее выражен «Мотив престижа», и менее всех выражен «Мотив избегания». Это говорит о том, что основные мотивы обучения у опрошенных направлены на налаживание коммуникации между собой, а также на процесс и результаты образования. Можно сделать вывод, что опрошенные студенты имеют достаточно высокий уровень учебной мотивации, но при этом испытывают трудности в освоении учебной программы и в выстраивании контактов внутри группы.

Всем испытуемым рекомендовано участие в программе реализации психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Вывод по 2 главе

Исследование психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе проводилось в три этапа: поисково – подготовительный, опытно – экспериментальный и контрольно – обобщающий. Были использованы такие методы, как анализ психолого-педагогической литературы, по методикам исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой; шкале самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л; диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Данные методики являются надежным средством исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Исследование проводилось в 2017 году в ЮУрГГПУ. В экспериментальном исследовании участвовала 2 группа первого курса подготовительного отделения, общей численностью 12 человек. Из них 6 юношей и 6 девушек. Все граждане Туркменистана. Состав курса постоянен с начала обучения.

Иностранные студенты вполне позитивно настроены и дружелюбны. Они такие же открытые и весьма любопытные. Прослеживаются дружеские взаимоотношения, студенты готовы прийти на помощь друг к другу. Дисциплина на занятиях положительная, но присутствуют несколько студентов, которые иногда нарушают ее сообща, но остальной коллектив старается контролировать ситуацию. Психологический климат в коллективе положительный, студентам комфортно находиться в обществе друг друга.

Иностранные студенты подготовительного отделения мало адаптированы к учебной группе, это свидетельствует об испытываемых студентами трудностях в общении друг с другом. Адаптированность к учебной

деятельности находится на низком уровне, что говорят о трудностях, с которыми сталкиваются иностранные студенты во время занятий. На момент проведения исследования, они не были подвержены тревожности и были расслаблены и открыты для взаимодействия, по результатам диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л был выявлен 1 студент с высоким уровнем личностной тревожности. Что же касается учебной мотивации иностранных студентов, то результаты диагностики достаточно наглядно свидетельствуют о преобладании «Коммуникативных мотивов». Достаточно близки по значению «Социальных мотивов», «Профессиональных мотивов» и «Учебно-познавательных мотивов». Чуть менее выражен «Мотив престижа», и менее всех выражен «Мотив избегания». Это говорит о том, что основные мотивы обучения у опрошенных направлены на налаживание коммуникации между собой, а также на процесс и результаты образования. Можно сделать вывод, что опрошенные студенты имеют достаточно высокий уровень учебной мотивации, но при этом испытывают трудности в освоении учебной программы и в выстраивании контактов внутри группы.

Глава 3. Анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

3.1 Программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Проблема адаптации в частности весьма актуальна для иностранных студентов подготовительного отделения. Необходимым условием успешной деятельности студента является освоение новых для него особенностей учебы в ВУЗе. Именно поэтому мы разработали программу реализации психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в вузе.

Цель программы – создание условий для успешной адаптации иностранных студентов подготовительного отделения.

Задачи:

1. Разработка и проведение психокоррекционных мероприятий;
2. Формирование представлений о структуре учебного процесса, о внеучебной деятельности;
3. Развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе;
4. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе.

На протяжении первого года обучения происходит вхождение студента в студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к выбранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, развиваются и воспитываются профессионально значимые качества личности.

Процесс адаптации студента протекает по следующим уровням:

1. Приспособление к новой системе обучения.

2. Приспособление к изменению учебного режима.
3. Вхождение в новый коллектив.

В процессе адаптации иностранных студентов подготовительного отделения к обучению в ВУЗе выявляются следующие трудности:

1. Переживания, связанные с уходом из школьного коллектива;
2. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии;
3. Неумение осуществить психологическую саморегуляцию (отсутствие навыков выполнения самостоятельной работы; неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, каталогами);
4. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
5. Страх публичных выступлений перед своими однокурсниками и авторитетными вузовскими преподавателями;
6. Социально-экономические проблемы: обеспечение себя жильем и финансовыми средствами, незнание города, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких.

Успешное решение этих проблем связано с внедрением такой формы взаимодействия с иностранными студентами, которая бы способствовала более эффективной адаптации первокурсников на разных уровнях:

- образовательном – адаптация к учебной деятельности;
- психологическом – развитие мотивации к обучению, уверенности в себе;
- межличностном – обеспечение процессов эффективного межличностного взаимодействия.

Эффективность реализации программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе оценивается по показателям, характеризующим их социальную интеграцию в общество. Для оптимальной адаптации студентов к обучению в ВУЗе важно знать жизненные планы и интересы студентов, уровень притязаний и самооценки; способность к сознательной саморегуляции поведения. Кроме того, на иностранных студентов накладывается еще факторы нового жилья и отрыва от родительского контроля. Но самое главное, что именно на этом этапе формируется Студент, закладывается фундамент на

последующие годы. Не случайно такие перемены происходят у студентов за год, а последующие годы не дают столь больших изменений.

Внедрение данной программы психокоррекционного воздействия по адаптации иностранных студентов способствует:

1. Оптимизации учебной деятельности студентов;
2. Оптимизации процесса адаптации студентов к условиям вуза;
3. Развитию личности студента, раскрытию его интеллектуального и личностного потенциала, поддержке его психического здоровья;
4. Повышению организационной культуры ВУЗа;
5. Обеспечению помощи кураторам и организации внеучебной работы с иностранными студентами.

Формы работы:

- Анкетирование;
- Опросы;
- Диагностирование;
- Лекционно-практические занятия;
- Ролевые и ситуативные игры;
- Дискуссии;
- Беседы;
- Социально-педагогическое сопровождение;
- Психологокоррекционное воздействие;
- Включение студентов во внеучебную деятельность.

Механизм реализации:

1 этап – входная диагностика: Среди иностранных студентов подготовительного отделения и куратора группы проводится анкетирование и социологический опрос с целью выявления проблемной области, связанной с адаптацией. Через диагностирование выявляются особенности психологических проблем, затрудняющих адаптацию: мотивация к учебной деятельности, способность к сознательной саморегуляции поведения, уровень притязаний, коммуникативные особенности студентов. На основании

комплексного психодиагностического обследования формулируются цели и задачи психокоррекционной работы со студентами по адаптации.

2 этап – социально-психологическое воздействие: Проводятся социально – психологические мероприятия по адаптации студентов. Психокоррекционные мероприятия подразумевают организацию Т-групп, групп встреч, деловых игр в учебных группах иностранных студентов при тесном взаимодействии с куратором.

3 этап - итоговая диагностика: заключительное социально-психологическое обследование студентов после проведения психокоррекционных мероприятий. Оценка эффективности проведения социально-психологической работы.

4-этап – углубленное психокоррекционное воздействие: Проводится по необходимости педагогом - психологом со студентами, имеющими очень низкий уровень адаптации после проведения социально - психологической работы.

Календарно-тематическое планирование по реализации программы адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Номер занятия	Наименование мероприятия и форма проведение	Кол-во часов	Ответственный
1.	Праздничная программа «Давайте познакомимся», посвященная Дню знаний, в форме ролевой игры	1	куратор групп
2.	Социологический опрос со студентами по выявлению социодемографических данных студентов	1	Куратор группы
3.	Анкетирование студентов по выявлению творческих интересов	1	куратор группы, педагог-психолог
4.	Тестирование студентов на выявление смысловых ориентаций (СЖО) (тест Д.А. Леонтьева, адаптирован Дж. Крамбо и Л. Махолика)	1	педагог-психолог
5.	Тестирование студентов на выявление социально-психологической адаптированности (тест СПА	1	педагог-психолог

	К. Роджерса и Р. Даймонда)		
6.	Итоговое исследование уровня адаптации студентов	1	Куратор группы, педагог-психолог
7.	Анкетирование кураторов по выявлению уровня сплоченности коллектива после реализации программы адаптации студентов	1	педагог-психолог
8.	Составление сводной ведомости по итогам диагностики социальной адаптивности обучения в ВУЗе студентов	2	Куратор группы, педагог-психолог

Немаловажным аспектом в становлении личности иностранного студента играет профессионально - нравственная культура будущих специалистов, структура которой включает в себя:

- уровень профессиональных и этических знаний, степень их осмысления, глубину убеждений;

- нравственные чувства, характеризующие отношения к профессиональной деятельности (честь, гордость, достоинство, самоопределение);

- наличие навыков и умений реализации нравственных норм деятельности (профессионализм, мастерство, морально-деловые качества);

- деловую культуру и деловой этикет.

Безусловно, что профессионально-нравственная культура не появляется сама по себе, ее необходимо воспитывать, внедрять в сознание молодежи. И в этом процессе ведущую роль играет куратор группы – ибо это первый человек, преподаватель и старший товарищ, с которыми сталкиваются бывшие абитуриенты, ставшие студентами первого курса. От того, насколько куратор сам по себе личность, от того, насколько серьезно он относится к своей дополнительной нагрузке, зависит формирование профессионально-нравственной культуры студентов.

Деятельность куратора должна опираться, на ряд *принципов*:

1. «Уважай». Основной принцип межличностного общения, основанный

на восприятие любого даже самого нерадивого или недисциплинированного студента как самостоятельной и сформировавшейся личности. Критика действий студентов должна быть аргументированной; нельзя и недопустимо унижать их достоинство; терпение, такт и желание помочь должны стоять на первом месте.

2. «Обучай». Этот принцип включает в себя следующее:

2.1. Информирование студентов о практических сторонах жизни в деятельности ВУЗа: о расположении корпусов и системе взаимосвязи между ними, индексации учебных аудиторий, о службах, которые есть в ВУЗе, и о том, в каких случаях к ним можно и нужно обращаться, о структуре подготовительного отделения и о его руководстве.

2.2. Формирование морально-психологического климата в группе - привитие традиций ВУЗа, обучение правилам достойного поведения и элементарным основам культуры поведения, внедрение навыков общения.

3. «Доверяй, но проверяй». Студент высшей школы отличается от школьника более широкими рамками свободы. Куратор не обязан выполнять «полицейские» функции, но доверяя студентам в вопросах организации их собственного рабочего времени, наставник, прежде всего, должен довести до сознания каждого понятие «дисциплина». Понятно, что достигается это достаточно жестким контролем.

4. «Формируй». Этот принцип работы куратора имеет долговременный, стратегический характер. Куратор выступает здесь активным фактором воздействия на студента: - на базе изменения личности необходимо подсказать, над чем конкретно надо работать студенту, чтобы он стал полноценным специалистом; постараться сгладить негативные стороны проявления некоторых черт характера; сориентировать студента на достижение реальных целей; научить их реально оценивать свой потенциал. Действенным средством формирования профессионально-нравственной культуры является работа куратора по побуждению участия студентов во внеучебной работе в любом ее направлении. Постоянная, систематическая занятость в различных формах

внеучебной работы позволяет выработать некоторые профессиональные качества будущих специалистов, соответствующие новому уровню требований культуры:

4.1. Проведение любого внеучебного мероприятия требует четкости, разработанности, умения проявить инициативу, принимать решения.

4.2. Возникновение альтернативных предложений, их обсуждение, поиск наиболее приемлемого варианта неизбежно вызывает споры, противостояние мнений – отсюда необходимость выработки навыков разрешения конфликтных ситуаций, умения находить компромисс, аргументировать свою точку зрения.

4.3. Внеучебная работа требует от студентов высокой личностной организованности, умения распределять свое время таким образом, чтобы получить удовлетворение от проведения мероприятий с наименьшими потерями, не снижая качества обучения.

4.4. Выработка концепции внеучебного мероприятия, разработка плана его реализации, методов и способов проведения мероприятия в значительной мере приучает к творческому отношению к порученному делу. Момент творчества не только имеет самостоятельное значение, но и развивает личность, служит стимулом активной деятельности.

4.5. Реализация любого мероприятия по внеучебной работе развивает организаторские способности: от умения найти необходимых людей, создать условия для их слаженной работы. Кроме того, анализ ошибок и упущений, сделанных во время подготовки и проведения мероприятий, дает необходимый опыт объективного отношения к оценке результатов своей деятельности.

4.6. Подготовка и проведение внеучебных мероприятий, входящих в план внеучебной работы, заставляет студентов вырабатывать в себе такие качества, как обязательность, ответственность, дисциплинированность: успех любого дела зависит от четкой взаимосвязи и взаимозависимости участников мероприятия, от того, насколько они могут надеяться друг на друга.

Еще одно немаловажное направление деятельности куратора – вовлечение студентов в художественное творчество. Это позволяет раскрывать

личности студентов, раскрепощает его, позволяет приобретать те необходимые качества личности, которые затем будут обнаруживаться в практической деятельности и способствовать карьерному и профессиональному росту:

«Умение проявить себя»: выбор сферы творчества, любимого занятия, хобби и желание получить общественную оценку своего выбора, прежде всего, заставляет молодых людей определять свои возможности и способности, учит критически относиться к себе, объективно выявлять свои «плюсы» и «минусы». Без реального участия в общественных навык «проявить себя» не дает о себе знать. Кроме того, зачастую студенты даже не нацелены на выявление всех своих способностей

«Умение «подать себя» (заявить о себе): чаще всего это умение вырабатывается методом проб и ошибок, когда личность определяет ту линию поведения, которая наилучшим способом соответствует ей, адекватно выражая устремления. Необходимо иметь в виду, что желание заявить о себе, обратить на себя внимание окружающих – активное начало деятельности и важный мотиватор: ведь пассивное ожидание (тебя сами заменят) непродуктивно. Кроме того, это умение «подать себя» учит внимательно относиться к партнерам (другим людям), определять ответную реакцию на конкретные действия. Внимательное и уважительное отношение к другим – важный момент социально активного поведения.

Без сомнения, выработка умений «подать себя» и «проявить себя», требует, в свою очередь, умелого руководства со стороны старшего поколения: роль куратора сводится не только к стимулированию художественного творчества, но и к критической оценке проявлений этого творчества не только со стороны «старшего поколения», но и со стороны сокурсников.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

После констатирующего эксперимента исследования психолого-

педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе, у иностранных студентов была проведена контрольная диагностика.

Целью повторного исследования, на контрольно-обобщающем этапе, является обработка и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы, оформление психолого-педагогического эксперимента. Использовался повторно тот же пакет психодиагностических методик. Завершив экспериментальную работу, была проведена повторная диагностика по методикам исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой; шкале самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л; диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Результаты повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированности к учебной группе представлены в Приложение 4 в таблице 4 и на рисунке 6.

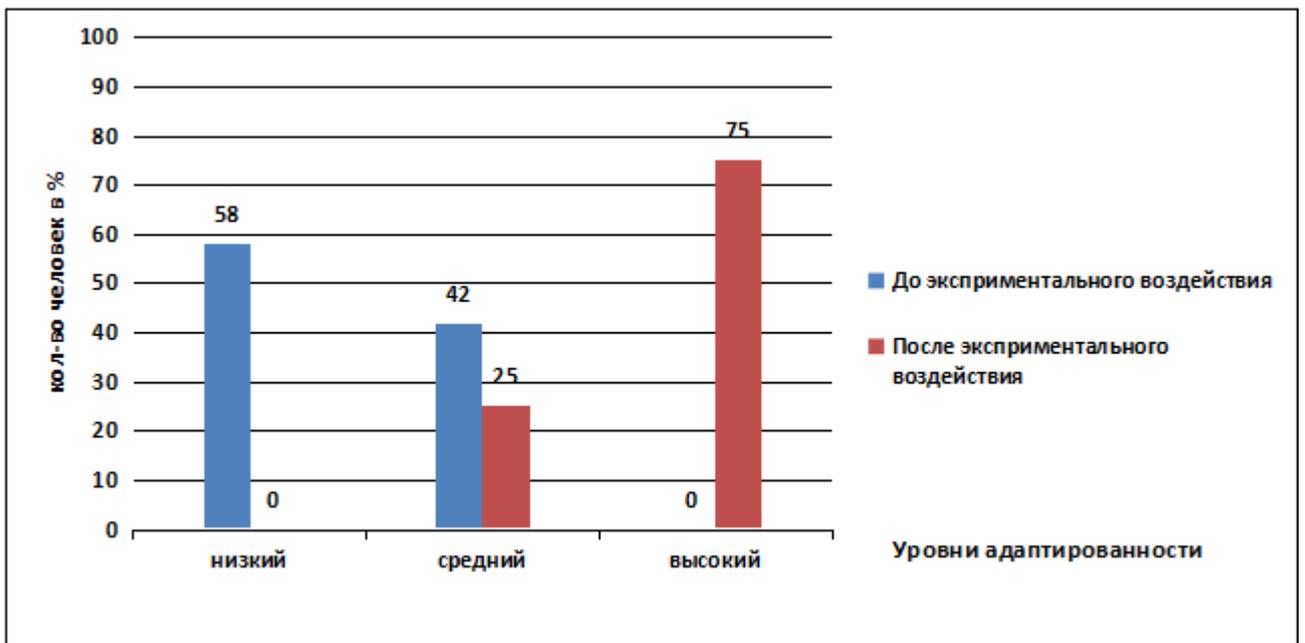


Рисунок 6 - Результаты исследования повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированности к учебной группе

На рисунке представлены изменения в низком уровне адаптированности к учебной группе, после экспериментального воздействия он отсутствует. Это говорит нам о том, что студенты больше не испытывают трудностей в

установлении контактов, им стало комфортно находиться в своей учебной группе.

Средний же уровень уменьшился и составил 25% испытуемых (3 человека) для них характерно сохранение трудностей в общении в учебной группе.

Высокий уровень показали 75% испытуемых (9 человек), они чувствуют себя в группе комфортно, легко находят между собой общий язык, следуют принятым в группе нормам и правилам.

Результаты повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности представлены в Приложение 4 в таблице 4 и на рисунке 7.

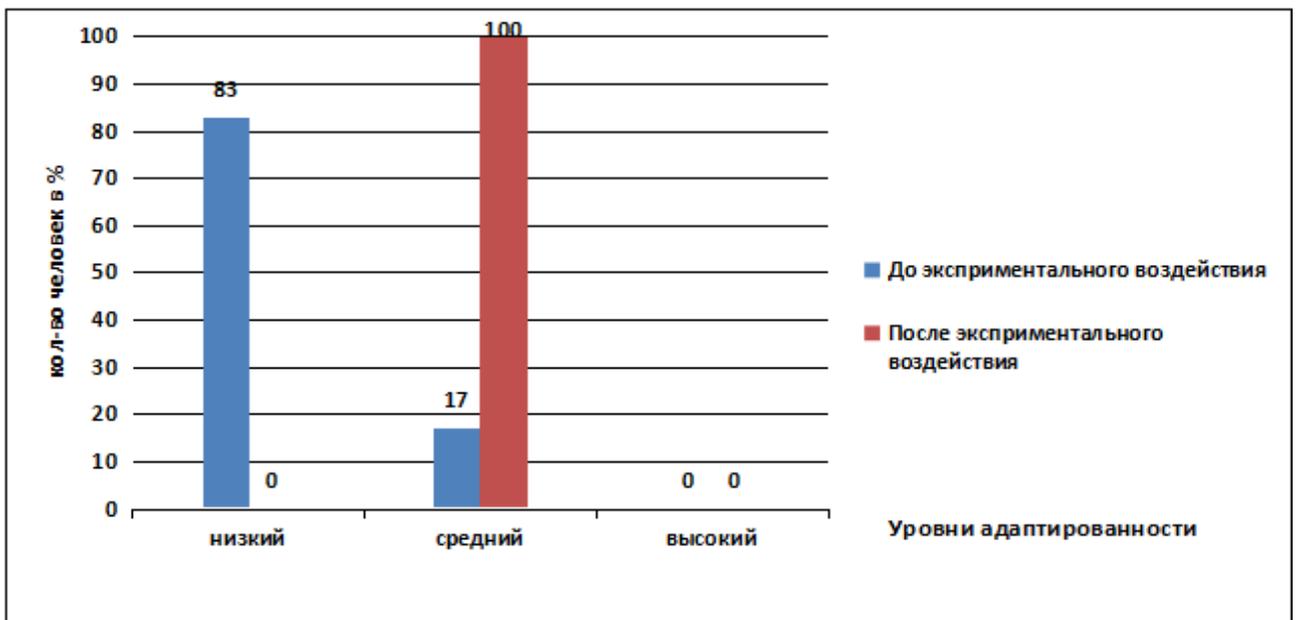


Рисунок 7 - Результаты исследования повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности

На рисунке мы видим отсутствие низкого уровня адаптированности к учебной деятельности, это значит, что студентам легче осваивать учебные предметы и выполнять учебные задания, выступать на занятиях и свободно выражать свои мысли.

Но также отсутствует и высокий уровень адаптированности к учебной деятельности у испытуемых, это может свидетельствовать о том, что им нелегко осваивать учебные предметы, в срок выполнять учебные задания.

Средний уровень вырос на 83% и составил 100% испытуемых, это свидетельствуют о том, что студенты осваивают учебные предметы, справляются с выполнением учебных заданий; при необходимости могут обратиться за помощью к преподавателю, могут выражать свои мысли, проявлять свою индивидуальность и способности на занятиях.

Результаты повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале ситуативной тревожности представлены в Приложение 4 в таблице 5 и на рисунке 8.

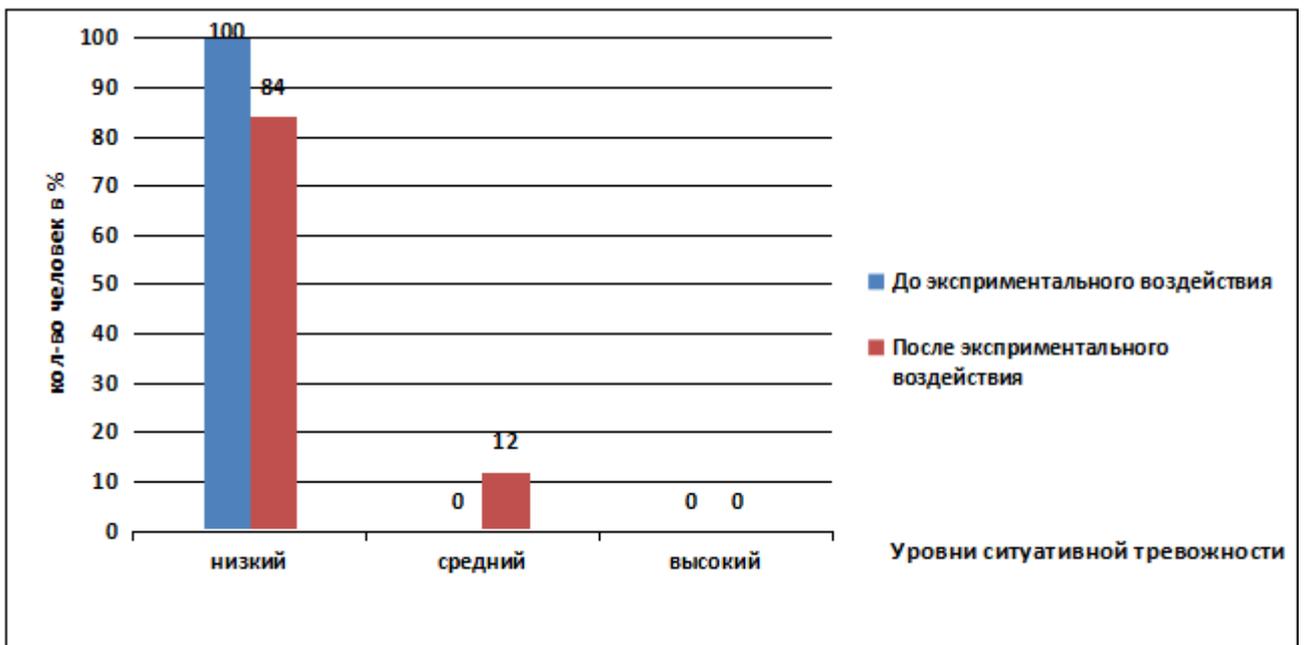


Рисунок 8 - Результаты исследования повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале ситуативной тревожности представлены

Как представлено на рисунке, после экспериментального воздействия изменился низкий уровень ситуативной тревожности на 12% и составил 84% испытуемых (10 человек), для них характерно состояние расслабленности.

Средний уровень ситуативной тревожности, уровень полезной тревожности, составили 12% испытуемых (2 человека), для них характерно состояние собранности и сосредоточенности на текущих задачах.

Высокий уровень отсутствует, студенты не испытывают тревоги по поводу проведения исследования.

Результаты повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале личностной тревожности представлены в Приложение 4 в таблице 5 и на рисунке 8.

На рисунке изображены изменения в уровнях, низкий уровень увеличился на 50% и составил 84% испытуемых (10 человек), для них характерно состояние расслабленности, в их жизни отсутствуют моменты угрозы и тревоги. Средний уровень уменьшился на 50% и составил 8% испытуемых (1 человек), он находится в состоянии сосредоточенности. Высокий уровень личностной тревожности остался без изменений.

Результаты повторного проведения диагностики учебной мотивации иностранных студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой) представлены в Приложение 4 в таблице 7.

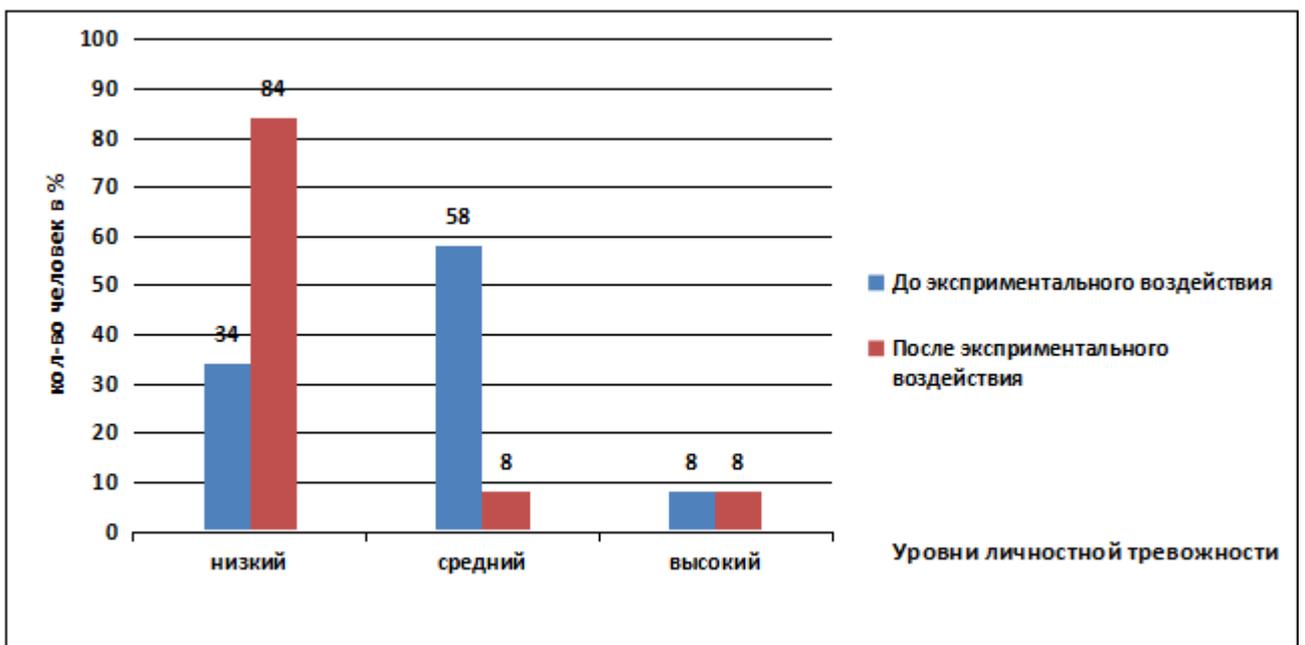


Рисунок 8 - Результаты исследования повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале личностной тревожности представлены

При повторном проведении диагностики учебной мотивации у иностранных студентов, мы обнаружили следующие изменения: стали преобладать «Профессиональные мотивы» и «Мотивы творческой

самореализации» над «Коммуникативными мотивами», далее по уровню предпочтения идут «Учебно-познавательные мотивы» и «Социальные мотивы», «Мотивы избегания» и «Мотивы престижа» по-прежнему не актуальны среди студентов. Такие результаты могли получиться в результате адаптации иностранных студентов к учебной деятельности, и поэтому их ведущий мотив теперь ярко выражен, профессиональный мотив, а мотив коммуникации уже не так актуален, как при проведении первой диагностики.

Для проверки эффективности программы формирования, был проведен расчет Т-критерия Вилкоксона по результатам диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности, которые представлены в приложении 4 в таблице 7 и на рисунке 9. Сформулируем гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения показателя не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения показателя превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

Алгоритм подсчета Т-критерия Вилкоксона:

1. Составляем список испытуемых в любом порядке.
2. Вычисляем разницу между замерами до проведения коррекционной программы и после. Определяем, что будет считаться «типичным» сдвигом, формулируем гипотезы.

3. Переводим разности в абсолютные величины.

4. Ранжируем абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг.

5. Подсчитываем сумму рангов не типичных значений по формуле:

$$T = \sum R,$$

Где R, - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

6. Определяем критические значения для T.

$$T_{кр} = 9 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 17 \quad (p \leq 0.05)$$

7. Строим ось значимости.

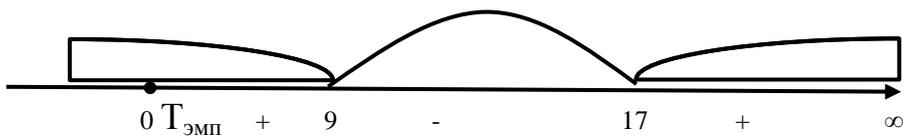


Рисунок 9 – Ось значимости

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$.

Гипотеза H_0 принимается. Интенсивность отрицательного сдвига показателя превышает интенсивность положительного сдвига.

Таким образом, математическая обработка результатов по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности показала изменение в уровне адаптации иностранных студентов. Программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе привела к улучшению показателей адаптированности к учебной группе и к учебной деятельности, изменениям в тревожности студентов, а также изменения в учебных мотивах. Исходя из этого, можно говорить о том, что гипотеза исследования подтвердилась.

3.3 Рекомендации педагогам и кураторам групп иностранных студентов по адаптации студентов к обучению в ВУЗе

С первых дней пребывания в ВУЗе иностранные студенты находятся в непривычной для них социокультурной, языковой и национальной среде, в которой им предстоит адаптироваться в кратчайшие сроки. Поэтому успешное управление учебно-воспитательным процессом для иностранных студентов является неотъемлемой частью решения задачи адаптации. Эффективная адаптация повышает качество и уровень обучения иностранных студентов, обеспечивает высокую мотивированность овладения знаниями, умениями и

навыками.

Успешная адаптация способствует, с одной стороны, быстрому включению иностранных студентов в учебный процесс, что позволяет решать задачи сохранения контингента учащихся, который может существенно сокращаться во время первых сессий. С другой - помогает повысить качество подготовки студентов иностранцев в педагогическом ВУЗе [12, с. 267].

Иностранные студенты, приезжающие на учебу в ВУЗе, должны адаптироваться не только к ВУЗу, как местные студенты, не только к особенностям проживания в общежитии, но и к жизни в другой стране: к ее культуре, традициям, существующей общепринятой системе норм и ценностей. Поэтому помощь в адаптации иностранным студентам к новой образовательной и культурной среде - важная задача ВУЗов. От решения этой задачи, от предоставления иностранным студентам и слушателям реальной возможности участвовать в общественной, культурно-массовой, спортивной жизни вуза, города во многом зависит не только укрепление престижа высшего учебного заведения за рубежом, но и повышение имиджа ВУЗа в глазах иностранных граждан [13].

Проблема адаптации иностранных студентов к условиям обучения в ВУЗе представляет собой одну из важных проблем, которую приходится решать руководству вуза, психологам и преподавателям.

От того, как долго по времени и с какими затратами происходит процесс адаптации, зависят текущие и предстоящие успехи иностранных студентов, процесс их профессионального становления [14].

К внутренним факторам, облегчающим адаптацию можно отнести:

- опыт человека, особенно в преодолении трудностей;
- хорошее здоровье;
- волевые качества.

К внешним факторам, облегчающим адаптацию, можно отнести целенаправленную работу учебного заведения по адаптации.

Основным показателем адаптированности личности являются

эмоциональные состояния. Положительные эмоции, которые человек испытывает в отношениях с друзьями, в бытовой сфере, удовлетворительное самочувствие, ощущение душевного комфорта - все это факторы адаптированности личности. Они могут выступать в качестве критериев диагностики эффективности сложившейся системы в работе с иностранными студентами.

Имеют место следующие общие для всех иностранных студентов трудности процесса адаптации:

- низкий общеобразовательный уровень;
- слабая подготовка по профильным дисциплинам и специальным предметам;
- отличие форм и методов обучения в российском ВУЗе от форм и методов обучения в высшей школе их родной страны.

Иностранному студенту необходимо привыкнуть к новым климатическим и бытовым условиям, к новой образовательной системе, к новому языку общения, к интернациональному характеру учебных групп и потоков и т.д.

Чтобы адаптация проходила эффективно и трудности, возникающие в данный период, были сведены к минимуму, иностранные студенты должны обладать достаточной информацией по вопросам проживания и обучения в ВУЗе. Условия проживания и обучения должны быть комфортными, а отношения с преподавателями и одногруппниками, студентами факультета и университета - доверительными и доброжелательными [14].

Для этого необходимо наличие ряда условий:

- наличие высококвалифицированного профессорско-преподавательского состава, широкое привлечение к работе с иностранными студентами и слушателями. Успешность в обучении является не столько показателем общей одаренности иностранного студента или слушателя, их высокой трудоспособности, но и показателем адаптированности;
- наличие доступной, достоверной и адаптированной к уровню владения

русским языком информации об условиях проживания и обучения в университете; об истории страны, ее обычаях, быте и нравах русских;

- наличие развитой системы досуга. Обеспечение участия студентов-иностранцев в культурно-досуговых и спортивно-оздоровительных мероприятиях, проводимых в университете, а также занятия в спортивных секциях и кружках художественной самодеятельности;

- наличие социально-педагогической и психологической службы, организация специальных психологических занятий и лекций для иностранных студентов. Иностранному студенту или слушателю должно быть предоставлено право получить квалифицированную психологическую помощь и поддержку;

- хорошее владение русским языком. Чем лучше усваивается язык, тем эффективнее адаптация, тем быстрее студент перестает стесняться обращаться со своими просьбами и вопросами, т.е. общаться становится легче, а значит, и познание нового становится легче;

- создание условий, позволяющих иностранным студентам сохранять и поддерживать привычный образ жизни, если он не входит в противоречие с существующим укладом, нравственными, правовыми и административными правилами и нормами жизни в нашей стране и университете.

Адаптации студента-иностранца к новой социокультурной среде способствуют две группы факторов:

- зависящие от студента;
- зависящие от преподавателя.

Со стороны студента важны:

- достаточный уровень базовой подготовки;
- уровень знания русского языка;
- индивидуальная способность к обучению;
- особенности национального менталитета.

Преподаватель, в свою очередь, должен:

- быть компетентен в предмете;
- владеть языком общения;

- обладать определенными личными качествами [15, с. 180].

Преподаватели, работающие в интернациональной аудитории, а также кураторы должны обладать поликультурной компетенцией. Она включает: знания о социокультурных особенностях студентов, особенностях зарубежных образовательных систем, особенностях социализации, социально-демографических, паралингвистических, невербальных средствах и кинетических особенностях общения с представителями других культур, а также умение практически применять эти знания [16].

Куратору группы, в которой обучаются студенты-иностранцы, необходимо знать основные черты национальных культур студентов для правильного понимания причин культурного шока. Некоторые малозначащие привычки поведения жителей России могут оказаться обидными и даже запрещенными в культуре страны, из которой приехал студент-иностранец, и наоборот. Речь идет об обычаях в области питания, одежды, этикета, а также праздничных и религиозных обрядах. Задача куратора - объяснить студентам объективные причины различий в обычаях, обратить внимание на общие черты жизни человеческих сообществ, призвать их к взаимопониманию и толерантности.

Главной задачей иностранного студента во время обучения является получение качественного высшего образования. Поэтому центральное место среди мероприятий по социальной адаптации занимает организация учебного мини-коллектива, т. е. учебной группы. Очевидно, что кураторы также могут способствовать сплочению учебного коллектива в рамках, проводимых ими внеучебных мероприятий, направленных на включение иностранных студентов в жизнь учебной группы как единого коллектива. Это могут быть посещения музеев и культурных центров, спортивные соревнования и др.

Немаловажным является состав групп факультета. Спорным является вопрос формирования групп по национальному признаку. Преподавание в многонациональных группах имеет свои преимущества. Очевидно, успешное приспособление иностранного студента к новой социально-культурной жизни

происходит благодаря активному общению с русскими студентами. Также обучение в интернациональной группе стимулирует процесс изучения русского языка.

Однако доказано, что иностранные студенты увереннее чувствуют себя в группе, где только соотечественники. Это связано с тем, что в мононациональной группе происходит быстрое сплочение коллектива, основанное на общих нравах, традициях, обычаях и воспитании, которые формируют определенную линию поведения и стереотип общения. Можно с уверенностью констатировать, что обычаи и традиции выполняют регулятивную функцию, благодаря которой культура определяет поведение людей. Такие моменты как однотипность восприятия и усвоения детерминирующих норм поведения личности, служат неким регулятором отношений в учебной аудитории, поддерживают общественную дисциплину, помогает наладить и упорядочить учебный процесс [17, с. 165].

Одним из важных аспектов адаптации студентов-иностранцев к обучению является понимание новой системы образования.

Большинство моделей занятий в ВУЗе для иностранных студентов - новая форма педагогического процесса. Чтобы разработать методику успешного обучения контингента иностранных учащихся, необходимо в первую очередь учесть все его особенности.

Построение образовательного процесса должно происходить с учетом использования этнопедагогических концепций, технологий, методик. Следует учитывать те факторы, которые влияют на систему образования: географические, экономические, национальные, исторические, культурные и религиозные, являющиеся особенными у каждого отдельного народа. Каждый этнос имеет свои методы и подходы, применяемые в педагогическом процессе, которые необходимо принимать во внимание в процессе обучения иностранных студентов.

Остановившись подробнее на педагогических приемах по реализации общеобразовательной цели, следует отметить, что для наиболее эффективного

включения студента в чужую среду, преподавателю необходимо следующее:

- создавать языковые ситуации, максимально приближенные к реальности;
- поднимать вопросы и темы, актуальные для данной студенческой аудитории;
- учитывать возраст, религиозную, социальную и иные принадлежности студента;
- стимулировать мотивационную сферу иностранных студентов;
- предоставлять самостоятельность обучаемым;
- объективно оценивать результаты их самостоятельных действий;
- заинтересовать и сформировать познавательную потребность у иностранного студента.

Главным условием эффективности довузовской подготовки иностранных студентов является быстрое и эффективное овладение русским языком. Чем лучше усваивается язык, тем эффективнее адаптация, тем быстрее студент перестает стесняться обращаться со своими просьбами и вопросами к русским, т.е. общаться становится легче, а значит, и проще познание нового, что очень важно. [18, с. 20].

Студенты-иностранцы болезненно переживают непонимание, а тем более конфликты с преподавателями. По их мнению, самым идеальным «ускорителем» адаптации является создание атмосферы «доброго дома», где каждый студент-иностранец «нашел бы себя».

Положительное влияние на адаптацию оказывает деловая и эмоциональная включенность студента в ученический коллектив, насыщенная общественная жизнь в студенческой среде, активное участие в общих институтских мероприятиях - таких, как подготовка совместных праздников, научных конференций, спортивных соревнований, музыкальных фестивалей [20, с. 58].

Оптимальным сценарием для «включения» иностранного учащегося в учебный процесс является интеграция, при которой происходит активное

освоение иной национальной культуры при сохранении собственной национальной идентичности. Именно интеграция в новое культурное окружение становится главным показателем успешной адаптации [21, с. 165].

Одна из важнейших задач педагога - приложить все усилия, чтобы приобщить иностранных студентов к русским национально-культурным традициям средствами внеучебной деятельности, обеспечить усвоение ими элементов русской культуры посредством социокультурной деятельности.

Необходимо отметить, что формирование коммуникативных умений иностранных студентов будет более успешным, если процесс обучения осуществляется не только на уровне педагогической коммуникации в рамках аудиторных занятий, но и на уровне межкультурной коммуникации с целью более легкого вхождения в русскоязычную культуру. Необходим индивидуальный подход, учитывающий национальные и этнокультурные особенности [22, с. 87].

Несмотря на множество проблем, которые существует у иностранного учащегося, он, как и все студенты мира, старается провести свое время с пользой для себя и для других.

Для того, чтобы лучше узнать язык и традиции России можно применить такие методы, как чтение литературы, разговор на русском языке, просмотр кино- и телепрограмм, совместные походы в театры и кино, прогулки по городу.

Причём, важно делать это всем вместе, включая и русских студентов, таким образом будут создаваться тёплые, дружеские отношения внутри коллектива. Что в свою очередь будет создавать благоприятную атмосферу во всём университете.

Следует сказать, что прежде всего, студенчество - это начало самостоятельности, начало новой жизни, это то, что необходимо пройти каждому человеку дабы вступить в реалии этого мира. И главную роль в этом играет адаптация [23, с. 175].

Таким образом, учитывая вышеизложенное, можно констатировать

необходимость создания ряда условий адаптогенного характера широкого спектра действия для оптимизации процесса адаптации иностранных студентов к учебному процессу в ВУЗе.

Построение образовательного процесса должно происходить с учетом использования этнопедагогических концепций, технологий, методик. Каждый этнос имеет свои методы и подходы, применяемые в педагогическом процессе, которые необходимо принимать во внимание в процессе обучения иностранных студентов.

Положительное влияние на адаптацию оказывает деловая и эмоциональная включенность студента-иностранца в ученический коллектив, насыщенная общественная жизнь в студенческой среде, активное участие в общих институтских мероприятиях.

Одна из важнейших задач педагогов, работающих с иностранными студентами, заключается в том, чтобы приобщить их к русским национально-культурным традициям средствами внеучебной деятельности, обеспечить усвоение элементов русской культуры посредством социокультурной деятельности.

Вывод по 3 главе

Проблема адаптации в частности весьма актуальна для иностранных студентов подготовительного отделения. Необходимым условием успешной деятельности студента является освоение новых для него особенностей учебы в ВУЗе. На протяжении первого года обучения происходит вхождение студента в студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к выбранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, развиваются и воспитываются профессионально значимые качества личности.

Цель программы – создание условий для успешной адаптации иностранных студентов подготовительного отделения.

Задачи:

1. Разработка и проведение психокоррекционных мероприятий;
2. Формирование представлений о структуре учебного процесса, о внеучебной деятельности;
3. Развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе;
4. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе.

После констатирующего эксперимента исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе, у иностранных студентов была проведена контрольная диагностика.

Целью повторного исследования, на контрольно-обобщающем этапе, является обработка и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы, оформление психолого-педагогического эксперимента. Использовался повторно тот же пакет психодиагностических методик. Завершив экспериментальную работу, была проведена повторная диагностика по методикам исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой; шкале самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л.; диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Результаты повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированности к учебной группе представлены изменения в низком уровне адаптированности к учебной группе, после экспериментального воздействия он отсутствует. Это говорит нам о том, что студенты больше не испытывают трудностей в установлении контактов, им стало комфортно находиться в своей учебной группе. Средний же уровень уменьшился и составил 25% испытуемых (3 человека) для них характерно сохранение трудностей в общении в учебной группе. Высокий уровень показали 75% испытуемых (9 человек), они

чувствуют себя в группе комфортно, легко находят между собой общий язык, следуют принятым в группе нормам и правилам.

Результаты повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности представлены отсутствием низкого уровня адаптированности к учебной деятельности, это значит, что студентам легче осваивать учебные предметы и выполнять учебные задания, выступать на занятиях и свободно выражать свои мысли. Но также отсутствует и высокий уровень адаптированности к учебной деятельности у испытуемых, это может свидетельствовать о том, что им нелегко осваивать учебные предметы, в срок выполнять учебные задания. Средний уровень вырос на 83% и составил 100% испытуемых, это свидетельствуют о том, что студенты осваивают учебные предметы, справляются с выполнением учебных заданий; при необходимости могут обратиться за помощью к преподавателю, могут выражать свои мысли, проявлять свою индивидуальность и способности на занятиях.

Результаты повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале ситуативной тревожности представлены представлено на рисунке, после экспериментального воздействия изменился низкой уровень ситуативной тревожности на 12% и составил 84% испытуемых (10 человек), для них характерно состояние расслабленности. Средний уровень ситуативной тревожности, уровень полезной тревожности, составили 12% испытуемых (2 человека), для них характерно состояние собранности и сосредоточенности на текущих задачах. Высокий уровень отсутствует, студенты не испытывают тревоги по поводу проведения исследования.

Результаты повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале личностной тревожности представлены изменениями в уровнях, низкий уровень увеличился на 50% и составил 84% испытуемых (10 человек), для них характерно состояние расслабленности, в их жизни отсутствуют моменты угрозы и тревоги. Средний

уровень уменьшился на 50% и составил 8% испытуемых (1 человек), он находится в состоянии сосредоточенности. Высокий уровень личностной тревожности остался без изменений.

При повторном проведении диагностики учебной мотивации у иностранных студентов, мы обнаружили следующие изменения: стали преобладать «Профессиональные мотивы» и «Мотивы творческой самореализации» над «Коммуникативными мотивами», далее по уровню предпочтения идут «Учебно-познавательные мотивы» и «Социальные мотивы», «Мотивы избегания» и «Мотивы престижа» по-прежнему не актуальны среди студентов. Такие результаты могли получиться в результате адаптации иностранных студентов к учебной деятельности, и поэтому их ведущий мотив теперь ярко выражен, профессиональный мотив, а мотив коммуникации уже не так актуален, как при проведении первой диагностики.

Для проверки эффективности программы формирования, был проведен расчет Т-критерия Вилкоксона по результатам диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности. Эмпирическое значение Т попадает в зону значимости и поэтому принимается гипотеза H_0 . Интенсивность отрицательного сдвига показателя превышает интенсивность положительного сдвига.

Таким образом, математическая обработка результатов по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности показала изменение в уровне адаптации иностранных студентов. Программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе привела к улучшению показателей адаптированности к учебной группе и к учебной деятельности, изменениям в тревожности студентов, а также изменения в учебных мотивах. Исходя из этого, можно говорить о том, что гипотеза исследования подтвердилась.

Заключение

Адаптация как проявление характеризует типичное поведение, отношение и результативность деятельности человека в условиях среды, как отражение его приспособления (комфортного самочувствия) к (в) ней. По проявлениям человека можно судить о степени его адаптированности к определенным условиям среды в данный период времени.

Изучив возрастные особенности адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе:

- особенности адаптации иностранных студентов определяются комплексом факторов: психофизиологических, учебно-познавательных, социокультурных, бытовых. Трудно однозначно определить, какие из них являются главными, поскольку они тесно переплетаются;

- проблемы адаптации иностранных студентов обусловлены включением личности в новую социокультурную и учебно-познавательную среду, где происходит формирование структуры устойчивых личностных отношений ко всем компонентам образовательного процесса;

- трудности адаптации иностранных студентов отличны по содержанию от трудностей русских студентов, зависят от национальных и региональных характеристик и изменяются от курса к курсу;

- академическая успеваемость, общественная и научная активность воспринимаются как факторы успешной адаптации студентов. С другой стороны, безразличие, равнодушие, неуспеваемость, отсутствие интереса со стороны учащегося позволяют говорить о трудностях адаптационного периода;

- процесс адаптации иностранных студентов к образовательной среде ВУЗа должен быть организованным, целенаправленным, комплексным.

Для организации проведения психолого-педагогической программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней. Модель – это некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, замещающий оригинальный объект или явление, сохраняя только некоторые важные его свойства. Разработана модель формирования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе, которая содержит теоретический, диагностический, формирующий, контрольно-обобщающие блоки.

Исследование психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе проводилось в три этапа: поисково – подготовительный, опытно – экспериментальный и контрольно – обобщающий. Были использованы такие методы, как анализ психолого-педагогической литературы, по методикам исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой; шкале самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л; диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Данные методики являются надежным средством исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе.

Исследование проводилось в 2017 году в ЮУрГГПУ. В экспериментальном исследовании участвовала 2 группа первого курса подготовительного отделения, общей численностью 12 человек. Из них 6 юношей и 6 девушек. Все граждане Туркменистана. Состав курса постоянен с начала обучения.

Туркмены вполне позитивно настроены и дружелюбны. Они такие же открытые и весьма любопытные. Прослеживаются дружеские взаимоотношения, студенты готовы прийти на помощь друг к другу. Дисциплина на занятиях положительная, но присутствуют несколько студентов, которые иногда нарушают ее сообщая, но остальной коллектив старается контролировать ситуацию. Психологический климат в коллективе положительный, студентам комфортно находиться в обществе друг друга.

Иностранные студенты подготовительного отделения мало адаптированы к учебной группе, это свидетельствует об испытываемых студентами трудностях в общении друг с другом. Адаптированность к учебной деятельности находится на низком уровне, что говорят о трудностях, с которыми сталкиваются иностранные студенты во время занятий. На момент проведения исследования, они не были подвержены тревожности и были расслаблены и открыты для взаимодействия, по результатам диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л был выявлен 1 студент с высоким уровнем личностной тревожности. Что же касается учебной мотивации иностранных студентов, то Результаты диагностики достаточно наглядно свидетельствуют о преобладании «Коммуникативных мотивов». Достаточно близки по значению «Социальных мотивов», «Профессиональных мотивов» и «Учебно-познавательных мотивов». Чуть менее выражен «Мотив престижа», и менее всех выражен «Мотив избегания». Это говорит о том, что основные мотивы обучения у опрошенных направлены на налаживание коммуникации между собой, а также на процесс и результаты образования. Можно сделать вывод, что опрошенные студенты имеют достаточно высокий уровень учебной мотивации, но при этом испытывают трудности в освоении учебной программы и в выстраивании контактов внутри группы.

Проблема адаптации в частности весьма актуальна для иностранных студентов подготовительного отделения. Необходимым условием успешной деятельности студента является освоение новых для него особенностей учебы в ВУЗе. На протяжении первого года обучения происходит вхождение студента в

студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к выбранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, развиваются и воспитываются профессионально значимые качества личности.

Цель программы – создание условий для успешной адаптации иностранных студентов подготовительного отделения.

Задачи:

1. Разработка и проведение психокоррекционных мероприятий;
2. Формирование представлений о структуре учебного процесса, о внеучебной деятельности;
3. Развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе;
4. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе.

После констатирующего эксперимента исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе, у иностранных студентов была проведена контрольная диагностика.

Целью повторного исследования, на контрольно-обобщающем этапе, является обработка и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы, оформление психолого-педагогического эксперимента. Использовался повторно тот же пакет психодиагностических методик. Завершив экспериментальную работу, была проведена повторная диагностика по методикам исследования адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой; шкале самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л.; диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).

Результаты повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированности к учебной группе представлены изменения в низком уровне адаптированности к учебной группе, после экспериментального воздействия он отсутствует. Это

говорит нам о том, что студенты больше не испытывают трудностей в установлении контактов, им стало комфортно находиться в своей учебной группе. Средний же уровень уменьшился и составил 25% испытуемых (3 человека) для них характерно сохранение трудностей в общении в учебной группе. Высокий уровень показали 75% испытуемых (9 человек), они чувствуют себя в группе комфортно, легко находят между собой общий язык, следуют принятым в группе нормам и правилам.

Результаты повторного проведения диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности представлены отсутствием низкого уровня адаптированности к учебной деятельности, это значит, что студентам легче осваивать учебные предметы и выполнять учебные задания, выступать на занятиях и свободно выражать свои мысли. Но также отсутствует и высокий уровень адаптированности к учебной деятельности у испытуемых, это может свидетельствовать о том, что им нелегко осваивать учебные предметы, в срок выполнять учебные задания. Средний уровень вырос на 83% и составил 100% испытуемых, это свидетельствуют о том, что студенты осваивают учебные предметы, справляются с выполнением учебных заданий; при необходимости могут обратиться за помощью к преподавателю, могут выражать свои мысли, проявлять свою индивидуальность и способности на занятиях.

Результаты повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале ситуативной тревожности представлены представлено на рисунке, после экспериментального воздействия изменился низкой уровень ситуативной тревожности на 12% и составил 84% испытуемых (10 человек), для них характерно состояние расслабленности. Средний уровень ситуативной тревожности, уровень полезной тревожности, составили 12% испытуемых (2 человека), для них характерно состояние собранности и сосредоточенности на текущих задачах. Высокий уровень отсутствует, студенты не испытывают тревоги по поводу проведения исследования.

Результаты повторного проведения диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л по шкале личностной тревожности представлены изменениями в уровнях, низкий уровень увеличился на 50% и составил 84% испытуемых (10 человек), для них характерно состояние расслабленности, в их жизни отсутствуют моменты угрозы и тревоги. Средний уровень уменьшился на 50% и составил 8% испытуемых (1 человек), он находится в состоянии сосредоточенности. Высокий уровень личностной тревожности остался без изменений.

При повторном проведении диагностики учебной мотивации у иностранных студентов, мы обнаружили следующие изменения: стали преобладать «Профессиональные мотивы» и «Мотивы творческой самореализации» над «Коммуникативными мотивами», далее по уровню предпочтения идут «Учебно-познавательные мотивы» и «Социальные мотивы», «Мотивы избегания» и «Мотивы престижа» по-прежнему не актуальны среди студентов. Такие результаты могли получиться в результате адаптации иностранных студентов к учебной деятельности, и поэтому их ведущий мотив теперь ярко выражен, профессиональный мотив, а мотив коммуникации уже не так актуален, как при проведении первой диагностики.

Для проверки эффективности программы формирования, был проведен расчет Т-критерия Вилкоксона по результатам диагностики адаптированности студентов в ВУЗе по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности. Эмпирическое значение Т попадает в зону значимости и поэтому принимается гипотеза H_0 . Интенсивность отрицательного сдвига показателя превышает интенсивность положительного сдвига.

Таким образом, математическая обработка результатов по методике Т.Д. Дубовицкой по шкале адаптированность к учебной деятельности показала изменение в уровне адаптации иностранных студентов. Программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе привела к улучшению показателей адаптированности к учебной группе и к учебной деятельности, изменениям в тревожности студентов, а также изменения в учебных мотивах.

Библиографический список

1. Абдулкаримов, Г.Г. Толерантность в межнациональных отношениях в Уральском регионе: социологический анализ: автореф. дис.... канд. социол. наук: 22.00.06 / Г.Г. Абдулкаримов. - Екатеринбург, 2004. 22 с.
2. Агеева, Л.Г. Социально-психологическая дезадаптация современных школьников и ее причины / под общ. ред. проф. Ю.А. Клейберга. – Ульяновск: УлГТУ, 2010. 180 с.
3. Агрант, Д.Л. Социальная адаптация молодых сотрудников в органах внутренних дел: дис. на соиск. уч. степ. канд. социолог. наук. – М., 2001. – 151 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.dissercat.com/>. (Дата обращения- 4.01.2018).
4. Агрант, Д.Л. Социальная адаптация молодых сотрудников в органах внутренних дел / Д.Л. Агрант. - М.: 2002. – 150 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.dissercat.com/>. (Дата обращения -4.01.2018).
5. Акопов, Г.В. Социальная психология студента как субъекта образовательного процесса: [науч. моногр.] / Г.В. Акопов, А.В. Горбачева. - М.: Машиностроение-1, 2003. 267 с.
6. Акрушенко, А.В. Психология развития и возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Акрушенко А.В., Ларина О.А., Катарьян Т.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Научная книга, 2012.— 127 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/6328>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.(Дата обращения -4.01.2018).
7. Акрушенко, А.В. Психология развития и возрастная психология / А.В. Акрушенко. - Саратов: Научная книга, 2012. 127 с.
8. Алишев, Б.С. Педагогическое взаимодействие (содержание учебных ситуаций и их восприятие педагогами и учащимися): учебно-методическое пособие / Б.С. Алишев, О.А. Аникеенок. -Казань: "Print Express", 2004. 124 с.

9. Алишев, Б.С. Этнокультурные различия в ценностях татар и русских / Алишев Б.С. // Этническое самосознание и кросскультурное взаимодействие народов Поволжья. - Казань, 2003. С. 14-16.
10. Андреева Г.М. Социальная психология: учеб. для высш. шк. / Г.М. Андреева. - М.: Аспект-Пресс, 2010. 357с.
11. Андреева, Г.М. Психология социального познания: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / Г.М. Андреева. - Издание второе, перераб. и доп. - М.: Аспект Пресс, 2000. 288 с
12. Андреева, Г.М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений / Г.М. Андреева. -5-е изд., испр. и доп. - М.: Аспект Пресс, 2007. - 363 с.
13. Антипова, Л.А. Педагогические технологии успешной адаптации личности студента в процессе обучения в ВУЗе // Казанский педагогический журнал. - 2012. - № 2. 180 с.
14. Арсеньев, Д.Г. Социально-психологические и физиологические проблемы адаптации иностранных студентов / Д.Г. Арсеньев, М.А. Иванова, А.В. Зинковский. – СПб: Эксмо, 2003. 160 с.
15. Архипова, А.А. Адаптация студентов как одно из условий самореализации личности // Педагогические науки. - 2011. - № 3. – 180с.
16. Базаров, Т.Ю., Еремин, Б.Л. Управление персоналом / Т.Ю. Базаров, Б.Л. Еремин. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2009. 180 с
17. Барсуков, Р.М. Проблема социальной адаптации сотрудников в органах внутренних дел // Вестник академии права и управления. – 2013. - №1. – С. 44.
18. Батурина, О.С. Формирование культуры толерантности студенческой молодежи / О.С. Батурина. - Казань: ТГГПУ, 2008. - 114 с.
19. Батюта, М.Б. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Батюта М.Б., Князева Т.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Логос, 2011.— 304 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9057>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю(Дата обращения- 4.01.2018).

20. Белинская, Е.П. Социальная психология: Хрестоматия: Учебное пособие / Е. П. Белинская, О. А. Тихомандрицкая. – М.: Аспект Пресс, 2003. 475 с.
21. Березин, Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. — П.: Книголюб, 2012. 270 с.
22. Бордовский, Г.А. Особенности развития современного педагогического образования / Г.А. Бордовский // Педагогика. – 2010. – N 5. –С. 60-66.
23. Боронова, Г.Х. Психология труда: Конспект лекций / Г.Х. Боронова. – СПб.: Эксмо, 2008. 160 с.
24. Вадутова, Ф.А., Кабанова, Л.И., Шкатова Г.И. 2010. Оценка и прогнозирование адаптации иностранных студентов к условиям обучения в российских вузах. Вестник ТГПУ. 12: 123–126.
25. Вачков, И.В. Психологический тренинг: методология и методика проведения / И.В. Вачков. – М.: Аспект Пресс, 2010. 560 с.
26. Виноградова А.А. Адаптация студентов младших курсов к обучению в ВУЗе // Образование и наука. Известия Уральского отделения Российской академии образования. - 2013. - № 3. -230с.
27. Виноградова, С. Культурное разнообразие в современном мире [Электронный ресурс] / С. Виноградова - Режим доступа: <http:\courier.com.ru\homoindex.html>, свободный. (Дата обращения -4.01.2018).
28. Витковская, М.И. Адаптация иностранных студентов к условиям жизни и учебы в России/М.И. Витковская, И.В. Троцук//Вестник РУДН. -2005. - № 6-7. -С. 267-283.
29. Волина, В. Г. Методы адаптации персонала. Управление персоналом. – 2008. - №13. – С.13.
30. Габай, Т.В. Педагогическая психология: учебное пособие для вузов / Т.В. Габай. – М.: Академия, 2010. 240 с.

31. Гасанов, З.Т. Воспитание культуры межнационального общения: методология, теория, практика: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01 / З.Т. Гасанов. 2000. 44 с.
32. Герасименко О.Л. Некоторые аспекты социокультурной адаптации иностранных студентов / О.Л. Герасименко // Теория и практика преподавания русского языка как иностранного: материалы II Междунар. науч.-метод. конф., Минск, 15-16 мая 2008 г. – Минск: Изд. Центр БГУ, 2008. – С. 180-182.
33. Гриднева, С.В. Психологические трудности студентов вузов // Научные материалы V Съезда Общероссийской общественной организации «Российское психологическое общество» (Москва, 14–18 февраля 2012 г.). Том I. М.: Российское психологическое общество, 2012. С. 290–291.
34. Долгова, В.И. Общепрофессиональная подготовка студентов педагогического вуза / В.И. Долгова. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ 2006. 226 с
35. Долгова, В.И., Крыжановская Н.В. Методология модернизации процессов формирования познавательно - профессиональной активности студентов / Вестник ЧГПУ №1, 2010. – С.71-80.
36. Долгова, В.И., Овчарова Р.В. Исследование эмоционально-волевой регуляции студентов // Вестник Челябинского государственного педагогического университета.– 2015. – №5. – С. 69-73.
37. Долгова, В.И., Ткаченко В.А. Мотивация профессиональной деятельности студентов: монография / В.И. Долгова, В.А.Ткаченко. – Челябинск: ЗАО «Цицеро», 2011. 100 с.
38. Долгова, М.В. Психологическая адаптация студентов в новой социокультурной среде // Гуманитарные исследования в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. 2013. № 6. С. 71–75.
39. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология: Учебное пособие / М.И. Еникеев. – М.: Инфра-М, 2010. 640 с.
40. Жеребкина, В.Ф. Педагогическая психология: учебно-методическое пособие / В.Ф. Жеребкина, Л.М. Лапшина. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2012. 252 с.

41. Жиганов, Б.А. О роли социальной компетентности личности в повышении эффективности управленческих кадров в сфере образования: автореф. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Б.А. Жиганов. - М.: Просвещение, 2007. 22 с.
42. Извольская, А.А. Возрастные особенности развития личности студента как фактор адаптации к процессу обучения в ВУЗе // Молодой ученый. - 2010. - № 6. – 400с.
43. Инновационная культура бакалавров и магистров психолого-педагогического образования: монография/ сост. Долгова В.И. – СПб.: ООО «Книжный Дом», 2011. 226с.
44. Исаева, Л.Б. Обучение иностранных студентов в технических российских вузах: актуальность, проблемы / Исаева Л.Б.//Вестник Каз.технолог.ун-та. -2010. -№11. -С.427-431.
45. Кан–Калик, В.А. Учителю о педагогическом общении / В.А. Кан-Калик. - М.: Просвещение, 2008. 358с.
46. Кашпирева, Т.Б. Система кураторства как средство обеспечения социально-культурной адаптации иностранных студентов // Проблемы и перспективы развития образования: материалы междунар. заоч. науч. конф. (г. Пермь, апрель 2011 г.). -- Пермь: Меркурий, 2011. С. 87–89.
47. Колесникова, Г.И. Психологические виды помощи: психопрофилактика, психокоррекция, консультирование / Г.И. Колесникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. 350 с.
48. Колюцкий, В.Н., Кулагина, И.Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека / В.Н. Колюцкий, И.Ю, Кулагина. - М.: Академический проект, 2013. 420 с.
49. Кручинин, В.А. Развитие конфликтологической культуры личности студента [Электронный ресурс]: монография/ Кручинин В.А., Шурыгина О.В.— Электрон. текстовые данные.— Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013.

175 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20794>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.(Дата обращения- 4.01.2018).

50. Кузнецова, И.Г. Проблемы социально-дидактической адаптации студентов «первого профессионального поколения» // Вестник Самарского государственного технического университета. - 2011. - № 2. – 228с.

51. Кусакина, С.Н. Психологическая готовность к обучению в ВУЗе / С.Н. Кусакина // Управление дошкольным образовательным учреждением. – 2011. – №8. – С. 24-37.

52. Мирзаянова, Л.Ф. Упреждающая адаптация студентов к педагогической деятельности: Кризисы, способы упреждения и смягчения. - Минск.: Интерсофт, 2012.111с.

53. Моднов, С.И., Ухова Л.В. 2013. Проблемы адаптации иностранных студентов, обучающихся в техническом университете. Ярославский педагогический вестник. 2 (1): 111–115.

54. Моница, Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг / Г.Б. Моница, Е.К. Лютова-Робертс. - СПб.: Эксмо, 2006. 224 с

55. Моросанова, В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека / В.И. Моросанова. - Ин-т психологии РАН; Психологический ин-т РАО. – М.: Наука, 2010. 519 с.

56. Мухина, В.С. Возрастная психология / В.С. Мухина. - М.: Академия, 2007. 638 с.

57. Набивачева, Е. Проблема адаптации иностранных студентов в ВУЗе // Высшее образование в России. 2006. № 12. С. 89–92.

58. Немов, Р.С. Основы общей психологии / Р.С. Немов. - М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2009. 236 с.

59. Немов, Р.С. Психология / Р.С. Немов. - М.: Владос, 2007. 606 с.

60. Николаева, Е.И. Сравнительный психофизиологический анализ функционального состояния студентов разных форм обучения в педагогическом ВУЗе / Е.И. Николаева, С.А. Котова //Вопросы психологии. – 2011. – №4. – С. 24-32.

61. Новейший психолого-педагогический словарь. Минск.: Современ. шк., 2010. 925 с.
62. Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалева., В.В. Столина. - СПб.: Речь, 2010. 439 с.
63. Орлов Р.Б. Методы современной возрастной и педагогической психологии / Р.Б. Орлов. - М.: Юпитер, 2005. 263 с.
64. Петров, В.Н. и др. 2009. Особенности адаптации иностранных студентов. Социологические исследования. 2 (2): 117–121.
65. Поздняков, И.А. Социально-психологический анализ проблем пребывания и обучения иностранных студентов в российских вузах // Вестник психотерапии. 2011. № 40 (45). С. 63–78.
66. Практическая психология образования/ Под ред. И.В. Дубровиной: Учебник для студ. высш. и средн. спец. учеб. заведений. М: ТЦ «Сфера», 2008. 528с.
67. Психология адаптации и социальная среда. Современные подходы, проблемы, перспективы [Электронный ресурс]/ Л.Г. Дикая [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Пер Сэ, 2007.— 624 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/7431>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
68. Психология человека от рождения до смерти. Полный курс психологии развития/ Под ред. А.А. Реана. – СПб: «АСТ», 2010.656 с.
69. Рахимов, Т.Р. 2011. Особенности организации обучения иностранных студентов в российском ВУЗе и направление его развития. В сб.: Дефиниции культуры: сборник трудов участников Всероссийского семинара молодых ученых. Томск: Издательство Томского университета. 9: 406–411. URL: <http://www.lib.tsu.ru/mminfo/000349304/12/image/12-123.pdf>
70. Реан, А.А., Кудашев, А. Н., Баранов, А. А. Психологическая адаптация. - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.xarakter.net.(Дата обращения-31.10.2017)

71. Российский статистический ежегодник. 2012. URL: http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/publications/catalog/doc_1135087342078
72. Савченко, И.А. 2010. Иностраный студент в России: условия и барьеры интеграции. Вестник Оренбургского государственного университета. М: 25–31.
73. Семенюк, Л.М. Хрестоматия по возрастной психологии. Учебное пособие для студентов. Под ред. Д.И. Фельдштейна. М.: Международная пед. академия, 2011. 375с.
74. Смирнов, С.Д. Учеба – в радость: психологические факторы успешной учебы студентов / С. Д. Смирнов // Студенчество: Диалоги о воспитании. – 2011. – N 4 (58). – С. 9-11.
75. Студент как субъект саморазвития и отношения к учебно-профессиональной деятельности [Электронный ресурс]/ — Электрон. текстовые данные.— М.: Академический Проект, Фонд «Мир», 2011.— 192 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36595>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю(Дата обращения-31.10.2017)
76. Титаренко, С.А. Основы организации процесса предвузовской подготовки иностранных-студентов/С.А. Титаренко. -Полтава, 2003.-С. 102-106.
77. Ушаков, Д.Н. Большой толковый словарь современного русского языка. М.: Альта–Принт, 2008. 239 с.
78. Фопель, К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. Пер. с нем. М.: Генезис, 2002. 240 с.
79. Шайденко, Н.А. Воспитание студенческой молодежи в педагогическом ВУЗе / Н.А. Шайденко, З.Н. Калинина // Педагогика. – 2010. – №6. – С. 44-50
80. Шевелев, Г.Е., Кабанова Л.И., Михальченко Е.В. 2012. Информационная система для оценки адаптации иностранных студентов. Вестник науки Сибири. 1 (2): 134–138.

Методики диагностики адаптации иностранных студентов в вузе

Приложение 1

Методика «Адаптированность студентов в ВУЗе» Г.Д. Дубовицкой

Методика представляет собой набор из 16 суждений, по отношению к которым студенты должны выразить степень своего согласия. Инструкция. С целью создания условий для повышения качества обучения в ВУЗе, просим вас выразить свое мнение по поводу предложенных суждений и проставить соответствующую вашему мнению цифру напротив номера суждения.

Варианты ответов: «Да» – 2; «Трудно сказать» – 1; «Нет» – 0.

Список суждений

1. Я активен в группе, часто беру инициативу на себя.
2. Держусь в стороне, проявляю сдержанность в отношениях, так как могу быть неправильно понят однокурсниками.
3. Однокурсники проявляют ко мне интерес и стремятся общаться со мной.
4. Могу влиять на мнение и взгляды однокурсников с учетом своих интересов.
5. Мне трудно общаться, находить общий язык со своими однокурсниками.
6. Мне комфортно в группе, я легко следую ее нормам и правилам.
7. Однокурсники относятся ко мне настороженно, мало общаются со мной.
8. Мне сложно обратиться за помощью к однокурсникам.
9. На всех занятиях чувствую себя уверенно и комфортно.
10. В учебе могу в полной мере проявить свою индивидуальность, способности.
11. На занятиях мне трудно выступить, выразить свои мысли.
12. Многие учебные предметы являются сложными для меня, я осваиваю их с трудом.
13. Успешно и в срок справляюсь со всеми учебными заданиями по предметам.
14. У меня есть собственное мнение по изучаемым предметам и я всегда его высказываю.
15. Мне трудно задать вопрос, обратиться за помощью к преподавателю.
16. Нуждаюсь в помощи и дополнительных консультациях преподавателей по многим предметам.

Обработка результатов осуществляется путем перевода цифр в баллы в соответствии с ключом и последующего суммирования полученных баллов отдельно по каждой шкале и методике в целом.

Прямые суждения (цифра 0 означает 0 баллов; цифра 1 означает 1 балл; цифра 2 означает 2 балла): 1; 3; 4; 6; 9; 10; 13; 14.

Обратные суждения (цифра 0 означает 2 балла; цифра 1 означает 1 балл; цифра 2 означает 0 баллов): 2; 5; 7; 8; 11; 12; 15; 16.

Шкала адаптированности к учебной группе. Подсчитывается сумма баллов по следующим вопросам: 1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8.

Шкала адаптированность к учебной деятельности. Подсчитывается сумма баллов по следующим вопросам: 9; 10; 11; 12; 13; 14; 15; 16.

Методика «Изучение мотивов учебной деятельности студентов» (А. Реан, А. Якунин)

Методика разработана на основе опросника А.А.Реана и В.А.Якунина. К 16 утверждениям вышеназванного опросника добавлены утверждения, характеризующие мотивы учения, выделенные В.Г.Леонтьевым, а также утверждения, характеризующие мотивы учения, полученные Н.Ц.Бадмаевой в результате опроса студентов и школьников. Это коммуникативные, профессиональные, учебно-познавательные, широкие социальные мотивы, а также мотивы творческой самореализации, избегания неудачи и престижа.

Инструкция:

Оцените по 5-балльной системе приведенные мотивы учебной деятельности по значимости для Вас: 1 балл соответствует минимальной значимости мотива, 5 баллов – максимальной.

Тест

1. Учусь, потому что мне нравится избранная профессия.
2. Чтобы обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности.
3. Хочу стать специалистом.
4. Чтобы дать ответы на актуальные вопросы, относящиеся к сфере будущей профессиональной деятельности.
5. Хочу в полной мере использовать имеющиеся у меня задатки, способности и склонности к выбранной профессии.
6. Чтобы не отставать от друзей.
7. Чтобы работать с людьми, надо иметь глубокие и всесторонние знания.
8. Потому что хочу быть в числе лучших студентов.
9. Потому что хочу, чтобы наша учебная группа стала лучшей в институте.
10. Чтобы заводить знакомства и общаться с интересными людьми.
11. Потому что полученные знания позволят мне добиться всего необходимого.
12. Необходимо окончить институт, чтобы у знакомых не изменилось мнение обо мне, как способном, перспективном человеке.
13. Чтобы избежать осуждения и наказания за плохую учебу.
14. Хочу быть уважаемым человеком учебного коллектива.
15. Не хочу отставать от сокурсников, не желаю оказаться среди отстающих.
16. Потому что от успехов в учебе зависит уровень моей материальной обеспеченности в будущем.
17. Успешно учиться, сдавать экзамены на «4» и «5».
18. Просто нравится учиться.
19. Попад в институт, вынужден учиться, чтобы окончить его.
20. Быть постоянно готовым к очередным занятиям.
21. Успешно продолжить обучение на последующих курсах, чтобы дать ответы на конкретные учебные вопросы.
22. Чтобы приобрести глубокие и прочные знания.
23. Потому что в будущем думаю заняться научной деятельностью по специальности.
24. Любые знания пригодятся в будущей профессии.

25. Потому что хочу принести больше пользы обществу.
26. Стать высококвалифицированным специалистом.
27. Чтобы узнавать новое, заниматься творческой деятельностью.
28. Чтобы дать ответы на проблемы развития общества, жизнедеятельности людей.
29. Быть на хорошем счету у преподавателей.
30. Добиться одобрения родителей и окружающих.
31. Учусь ради исполнения долга перед родителями, школой.
32. Потому что знания придают мне уверенность в себе.
33. Потому что от успехов в учебе зависит мое будущее служебное положение.
34. Хочу получить диплом с хорошими оценками, чтобы иметь преимущество перед другими.

Обработка и интерпретация результатов теста

- Шкала 1. Коммуникативные мотивы: 7, 10, 14, 32.
- Шкала 2. Мотивы избегания: 6, 12, 13, 15, 19.
- Шкала 3. Мотивы престижа: 8, 9, 29, 30, 34.
- Шкала 4. Профессиональные мотивы: 1, 2, 3, 4, 5, 26.
- Шкала 5. Мотивы творческой самореализации: 27, 28.
- Шкала 6. Учебно-познавательные мотивы: 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24.
- Шкала 7. Социальные мотивы: 11, 16, 25, 31, 33.

При обработке результатов тестирования необходимо подсчитать средний показатель по каждой шкале опросника.

Шкала самооценки уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л

Цель: изучение уровня ситуативной тревожности.

Обработка данных. После того, как испытуемый оценит себя, подсчитываются баллы по каждому пункту методики. Показатели ситуативной тревожности (СТ) подсчитывается по формуле: $СТ = Z - G + 35$, где Z — сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам шкалы 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18; G — сумма остальных зачеркнутых цифр (пункты 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20).

При интерпретации результат оценивается так:

- до 30 — низкая тревожность,
- 31–45 — умеренная тревожность,
- 46 и более — высокая тревожность

Бланк ответов

Инструкция: Вы должны в каждой паре выбрать ту характеристику, которая наиболее точно описывает ваше состояние, и отметить цифру, которая соответствует силе выраженности данной характеристике.

Вопросы	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1. Я спокоен	1	2	3	4

2. Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3. Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4. Я испытываю сожаление	1	2	3	4
5. Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6. Я расстроен	1	2	3	4
7. Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8. Я чувствую себя отдохнувшим	1	2	3	4
9. Я встревожен	1	2	3	4
10. Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11. Я уверен в себе	1	2	3	4
12. Я нервничаю	1	2	3	4
13. Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14. Я взвинчен	1	2	3	4
15. Я не чувствую скованности, напряжения	1	2	3	4
16. Я доволен	1	2	3	4
17. Я озабочен	1	2	3	4
18. Я слишком возбужден, и мне не по себе	1	2	3	4
19. Мне радостно	1	2	3	4
20. Мне приятно	1	2	3	4

Результаты диагностики адаптированности иностранных студентов в ВУЗе

Таблица 1

Результаты диагностики адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой

№	Испытуемый	Шкала адаптированности к учебной группе	Шкала адаптированность к учебной деятельности
1.	А.Й.	5	4
2.	Б.Б.	5	3
3.	Б.Т.	4	2
4.	Г.Э.	6	1
5.	Ё.Э.	4	5
6.	М.Р.	3	6
7.	С.М.	2	4
8.	С.Э.	8	2
9.	Х.Ш.	7	6
10.	Ш.А.	9	4
11.	Э.Ш.	6	2
12.	А.С.	5	3

	Низкие показатели	Средние показатели	Высокие показатели
Шкала адаптированности к учебной группе	58% (7 человек)	42% (5 человек)	
Шкала адаптированность к учебной деятельности	83% (10 человек)	17% (2 человек)	

Таблица 2

Результаты диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л

№	Испытуемый	Реактивная тревожность	Личностная тревожность
	А.Й.	14	29
2.	Б.Б.	16	31
3.	Б.Т.	18	28
4.	Г.Э.	17	30
5.	Ё.Э.	12	36
6.	М.Р.	22	48
7.	С.М.	22	38
8.	С.Э.	18	41
9.	Х.Ш.	7	34
10.	Ш.А.	12	27
11.	Э.Ш.	14	32
12.	А.С.	13	28

	Низкие показатели	Средние показатели	Высокие показатели
Реактивная тревожность	100% (12 человек)		
Личностная тревожность	34% (4 человека)	58% (7 человек)	8% (1 человек)

Таблица 3

Результаты диагностики уровня учебной мотивации студентов (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой)

№ п/п	ФИО	Коммуникативные мотивы	Мотивы избегания	Мотивы престижа	Профессиональные мотивы	Мотивы творческой самореализации	Учебно-познавательные мотивы	Социальные мотивы
1.	А.Й.	2,5	2,4	3,0	3,8	1,5	3,7	3,2
2.	Б.Б.	2,3	1,4	1,2	3,0	2,0	2,6	2,4
3.	Б.Т.	4,5	1,6	3,6	3,2	4,0	4,1	4,0
4.	Г.Э.	3,0	1,0	2,0	2,7	4,0	3,9	2,4
5.	Ё.Э.	1,5	1,4	1,4	1,3	2,5	1,6	1,6
6.	М.Р.	3,8	2,8	3,8	3,8	3,0	3,1	3,8
7.	С.М.	3,8	2,6	2,8	3,7	1,0	2,4	3,2
8.	С.Э.	3,3	3,8	4,2	4,0	3,5	3,3	3,6
9.	Х.Ш.	4,0	3,4	3,2	3,2	2,5	2,7	2,2
10.	Ш.А.	3,5	2,0	2,2	3,5	2,5	3,1	3,4
11.	Э.Ш.	2,3	2,0	2,4	1,3	1,0	1,6	2,4
12.	А.С.	1,0	1,8	1,2	1,0	2,5	2,1	1,4
13.	Среднее	2,9	2,1	2,5	2,8	2,5	2,8	2,8

Программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Адаптация как приспособление человека к изменяющимся условиям существования, представляет собой узловой момент его жизнедеятельности. Деадаптация же проявляется в ощущении внутреннего дискомфорта, напряженности, чувства тревоги, снижении чувства самооценности и уверенности в себе, что блокирует возможность человека успешно взаимодействовать со средой и может послужить нарушения психического здоровья.

Проблема адаптации в частности весьма актуальна для иностранных студентов подготовительного отделения. Необходимым условием успешной деятельности студента является освоение новых для него особенностей учебы в ВУЗе. На протяжении первого года обучения происходит вхождение студента в студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к выбранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, развиваются и воспитываются профессионально значимые качества личности. Процесс адаптации студента протекает по следующим уровням:

1. Приспособление к новой системе обучения.
2. Приспособление к изменению учебного режима.
3. Вхождение в новый коллектив.

В процессе адаптации иностранных студентов подготовительного отделения к обучению в ВУЗе выявляются следующие трудности:

1. Переживания, связанные с уходом из школьного коллектива;
2. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии;
3. Неумение осуществить психологическую саморегуляцию (отсутствие навыков выполнения самостоятельной работы; неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, каталогами);
4. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
5. Страх публичных выступлений перед своими однокурсниками и авторитетными вузовскими преподавателями;
6. Социально-экономические проблемы: обеспечение себя жильем и финансовыми средствами, незнание города, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких.

Успешное решение этих проблем связано с внедрением такой формы взаимодействия с иностранными студентами, которая бы способствовала более эффективной адаптации первокурсников на разных уровнях:

- образовательном – адаптация к учебной деятельности;
- психологическом – развитие мотивации к обучению, уверенности в себе;
- межличностном – обеспечение процессов эффективного межличностного взаимодействия.

Эффективность реализации 3.1 Программа адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе оценивается по показателям, характеризующим их социальную интеграцию в общество. Для оптимальной адаптации студентов к обучению в ВУЗе важно знать жизненные планы и интересы студентов, уровень притязаний и самооценки; способность к сознательной саморегуляции поведения. Кроме того, на иностранных студентов накладывается еще факторы нового жилья и отрыва от родительского контроля. Но самое главное, что именно на этом этапе формируется Студент, закладывается фундамент на последующие годы. Не случайно такие перемены происходят у студентов за год, а последующие годы не дают столь больших изменений.

Внедрение данной программы психокоррекционного воздействия по адаптации иностранных студентов способствует:

1. Оптимизации учебной деятельности студентов;
2. Оптимизации процесса адаптации студентов к условиям вуза;
3. Развитию личности студента, раскрытию его интеллектуального и личностного потенциала, поддержке его психического здоровья;
4. Повышению организационной культуры ВУЗа;
5. Обеспечению помощи кураторам и организации внеучебной работы с иностранными студентами.

Цель программы – создание условий для успешной адаптации иностранных студентов подготовительного отделения.

Задачи:

1. Разработка и проведение психокоррекционных мероприятий;
2. Формирование представлений о структуре учебного процесса, о внеучебной деятельности;
3. Развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе;
4. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе.

Формы работы:

- Анкетирование;
- Социологические опросы;
- Диагностирование;
- Лекционно-практические занятия;
- Тренинги;
- Ролевые и ситуативные игры;
- Дискуссии;
- Беседы;
- Социально-педагогическое сопровождение;
- Психологокоррекционное воздействие;
- Включение студентов во внеучебную деятельность.

Механизм реализации:

1 этап – входная диагностика: Среди иностранных студентов подготовительного отделения и куратора группы проводится анкетирование и социологический опрос с целью выявления проблемной области, связанной с адаптацией. Через диагностирование выявляются особенности психологических проблем, затрудняющих адаптацию: мотивация к учебной деятельности, способность к сознательной саморегуляции поведения, уровень притязаний, коммуникативные особенности студентов. На основании комплексного психодиагностического обследования формулируются цели и задачи психокоррекционной работы со студентами по адаптации.

2 этап – социально-психологическое воздействие: Проводятся социально – психологические мероприятия по адаптации студентов. Психокоррекционные мероприятия подразумевают организацию Т-групп, групп встреч, деловых игр в учебных группах иностранных студентов при тесном взаимодействии с куратором.

3 этап - итоговая диагностика: заключительное социально-психологическое обследование студентов после проведения психокоррекционных мероприятий. Оценка эффективности проведения социально-психологической работы.

4-этап – углубленное психокоррекционное воздействие: Проводится по необходимости педагогом - психологом со студентами, имеющими очень низкий уровень адаптации после проведения социально - психологической работы.

Календарно-тематическое планирование по реализации программы адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Номер занятия	Наименование мероприятия и форма проведение	Кол-во часов	Ответственный
1	Праздничная программа «Давайте	1	куратор групп

	познакомимся», посвященная Дню знаний, в форме ролевой игры		
2	Социологический опрос со студентами по выявлению соцдемографических данных студентов	1	Куратор группы
3	Анкетирование студентов по выявлению творческих интересов	1	куратор группы, педагог-психолог
4	Анкетирование студентов по выявлению уровня комфортности проживания в общежитии	1	куратор групп, педагог-психолог
5	Анкетирование куратора группы «Ваш взгляд на адаптацию студентов»	1	педагог-психолог
6	Тестирование студентов на выявление смысловых ориентаций (СЖО) (тест Д.А. Леонтьева, адаптирован Дж. Крамбо и Л. Махолика)	1	педагог-психолог
7	Проведение тренинга адаптивности или личностного роста студентов группы	11	куратор группы
8	Тестирование студентов на выявление социально-психологической адаптированности (тест СПА К. Роджерса и Р. Даймонда)	1	педагог-психолог
9	Итоговое исследование уровня адаптации студентов	1	Куратор группы, педагог-психолог
10	Анкетирование кураторов по выявлению уровня сплоченности коллектива после реализации программы адаптации студентов	1	педагог-психолог
11	Составление сводной ведомости по итогам диагностики социальной адаптивности обучения в ВУЗе студентов	2	Куратор группы, педагог-психолог

Немаловажным аспектом в становлении личности иностранного студента играет профессионально - нравственная культура будущих специалистов, структура которой включает в себя:

- уровень профессиональных и этических знаний, степень их осмысления, глубину убеждений;
- нравственные чувства, характеризующие отношения к профессиональной деятельности (честь, гордость, достоинство, самоопределение);
- наличие навыков и умений реализации нравственных норм деятельности (профессионализм, мастерство, морально-деловые качества);
- деловую культуру и деловой этикет.

Безусловно, что профессионально-нравственная культура не появляется сама по себе, ее необходимо воспитывать, внедрять в сознание молодежи. И в этом процессе ведущую роль играет куратор группы – ибо это первый человек, преподаватель и старший товарищ, с которыми сталкиваются бывшие абитуриенты, ставшие студентами первого курса. От того, насколько куратор сам по себе личность, от того, насколько серьезно он относится к своей дополнительной нагрузке, зависит формирование профессионально-нравственной культуры студентов.

Деятельность куратора должна опираться, на ряд *принципов*:

1. «Уважай». Основной принцип межличностного общения, основанный на восприятии любого даже самого нерадивого или недисциплинированного студента как самостоятельной и сформировавшейся личности. Критика действий студентов должна быть

аргументированной; нельзя и недопустимо унижать их достоинство; терпение, такт и желание помочь должны стоять на первом месте.

2. «Обучай». Этот принцип включает в себя следующее:

2.1. Информирование студентов о практических сторонах жизни в деятельности ВУЗа: о расположении корпусов и системе взаимосвязи между ними, индексации учебных аудиторий, о службах, которые есть в ВУЗе, и о том, в каких случаях к ним можно и нужно обращаться, о структуре подготовительного отделения и о его руководстве.

2.2. Формирование морально-психологического климата в группе - привитие традиций ВУЗа, обучение правилам достойного поведения и элементарным основам культуры поведения, внедрение навыков общения.

3. **«Доверяй, но проверяй».** Студент высшей школы отличается от школьника более широкими рамками свободы. Куратор не обязан выполнять «полицейские» функции, но доверяя студентам в вопросах организации их собственного рабочего времени, наставник, прежде всего, должен довести до сознания каждого понятие «дисциплина». Понятно, что достигается это достаточно жестким контролем.

4. **«Формируй».** Этот принцип работы куратора имеет долговременный, стратегический характер. Куратор выступает здесь активным фактором воздействия на студента: - на базе изменения личности необходимо подсказать, над чем конкретно надо работать студенту, чтобы он стал полноценным специалистом; постараться сгладить негативные стороны проявления некоторых черт характера; сориентировать студента на достижение реальных целей; научить их реально оценивать свой потенциал. Действенным средством формирования профессионально-нравственной культуры является работа куратора по побуждению участия студентов во внеучебной работе в любом ее направлении. Постоянная, систематическая занятость в различных формах внеучебной работы позволяет выработать некоторые профессиональные качества будущих специалистов, соответствующие новому уровню требований культуры:

4.1. Проведение любого внеучебного мероприятия требует четкости, разработанности, умения проявить инициативу, принимать решения.

4.2. Возникновение альтернативных предложений, их обсуждение, поиск наиболее приемлемого варианта неизбежно вызывает споры, противостояние мнений – отсюда необходимость выработки навыков разрешения конфликтных ситуаций, умения находить компромисс, аргументировать свою точку зрения.

4.3. Внеучебная работа требует от студентов высокой личностной организованности, умения распределять свое время таким образом, чтобы получить удовлетворение от проведения мероприятий с наименьшими потерями, не снижая качества обучения.

4.4. Выработка концепции внеучебного мероприятия, разработка плана его реализации, методов и способов проведения мероприятия в значительной мере приучает к творческому отношению к порученному делу. Момент творчества не только имеет самостоятельное значение, но и развивает личность, служит стимулом активной деятельности.

4.5. Реализация любого мероприятия по внеучебной работе развивает организаторские способности: от умения найти необходимых людей, создать условия для их слаженной работы. Кроме того, анализ ошибок и упущений, сделанных во время подготовки и проведения мероприятий, дает необходимый опыт объективного отношения к оценке результатов своей деятельности.

4.6. Подготовка и проведение внеучебных мероприятий, входящих в план внеучебной работы, заставляет студентов вырабатывать в себе такие качества, как обязательность, ответственность, дисциплинированность: успех любого дела зависит от четкой взаимосвязи и взаимозависимости участников мероприятия, от того, насколько они могут надеяться друг на друга.

4.7. Совместная творческая работа, развивает в участниках дух коллективизма (корпоративности), здорового и позитивного патриотизма, которые основаны на объективной оценке их деятельности со стороны окружающих. Чувство локтя, единства с

товарищами приносит глубокое моральное удовлетворение. Кроме того, заслуженная и обоснованная гордость за результаты своего труда и труда своих товарищей значительно сказывается на чувстве собственного достоинства – немаловажный фактор для самоутверждения личности.

Еще одно немаловажное направление деятельности куратора – вовлечение студентов в художественное творчество. Это позволяет раскрывать личности студентов, раскрепощает его, позволяет приобретать те необходимые качества личности, которые затем будут обнаруживаться в практической деятельности и способствовать карьерному и профессиональному росту:

«Умение проявить себя»: выбор сферы творчества, любимого занятия, хобби и желание получить общественную оценку своего выбора, прежде всего, заставляет молодых людей определять свои возможности и способности, учит критически относиться к себе, объективно выявлять свои «плюсы» и «минусы». Без реального участия в общественных навык «проявить себя» не дает о себе знать. Кроме того, зачастую студенты даже не нацелены на выявление всех своих способностей

«Умение «подать себя» (заявить о себе): чаще всего это умение вырабатывается методом проб и ошибок, когда личность определяет ту линию поведения, которая наилучшим способом соответствует ей, адекватно выражая устремления. Необходимо иметь в виду, что желание заявить о себе, обратить на себя внимание окружающих – активное начало деятельности и важный мотиватор: ведь пассивное ожидание (тебя сами заменят) непродуктивно. Кроме того, это умение «подать себя» учит внимательно относиться к партнерам (другим людям), определять ответную реакцию на конкретные действия. Внимательное и уважительное отношение к другим – важный момент социально активного поведения.

Без сомнения, выработка умений «подать себя» и «проявить себя», требует, в свою очередь, умелого руководства со стороны старшего поколения: роль куратора сводится не только к стимулированию художественного творчества, но и к критической оценке проявлений этого творчества не только со стороны «старшего поколения», но и со стороны сокурсников.

Ролевая игра «Давайте познакомимся»

1. Знакомство студентов в группе - знакомство студентов друг с другом с одновременным высказыванием собственного суждения о путях и мотивах выбора профессии.

Схема знакомства и обсуждения (на выбор):

- 1.1. Фамилия, имя, какую школу окончил, когда выбрал профессию, что повлияло на выбор профессии, почему выбрал именно эту специальность и учебное заведение, какие интересы, способности и таланты можете у себя отметить.
- 1.2. Куратор предлагает участникам игры познакомиться можно начать словами «Представьте себе, что каждый из вас очень хочет побольше узнать друг друга и я предлагаю чтобы по очереди все участники нашего знакомства представили себя в нетрадиционной форме. Например: «Меня зовут Валера. Я люблю подурачиться. Я самый старший ребенок в семье. Мой рост 1м.35 см. У меня рыжие волосы. Я обожаю мороженое».
- 1.3. Задание: каждый из участников тренинговой команды в течение 5 минут готовится представить свое имя товарищам. Он не назовет его обычным способом. А должен будет назвать, нарисовать, обозначить другими символами или через иные ассоциации свое имя. Каждый из игроков имеет право воспользоваться всего лишь тремя такими намеками (нарисованными или любыми другими). Группа вслед за этим пробует назвать его имя.

2. Задание - закончить предложение.

Моя учеба в вузе - это ...

Больше всего я люблю ...

Моя будущая профессия – это ...

Таким образом, можно проанализировать представление первокурсников об учебе, о своей профессии и предпочтения, интересы студентов.

Упражнения и игры на сплочение, творческую активизацию и сотрудничество (на выбор).

Разделение на команды.

Для большинства игр и упражнений потребуется разделять участников на команды. Это можно сделать следующим образом, взяв несколько разных почтовых открыток по количеству команд (то есть, если три команды, то три открытки), разрезать каждую на такое количество частей, сколько требуется членов команд. Перемешать открытки в «шапке», и предложить каждому вытянуть себе одну часть открытки. Далее студенты, собирая по своим частям открытки, разбиваются по командам. В первую команду входят студенты, собравшие из частей первую открытку, во вторую – студенты, собравшие вторую открытку и т.д.

«Строим башню»

Для проведения этой игры необходимо разделить участников группы на несколько команд по 6-8 человек. Каждой команде раздать 2 чистых листа формата А4, клей для бумаги и ножницы. Теперь необходимо озвучить задание «цель данной игры – из имеющихся материалов построить башню, любую, но она должна получиться выше, чем у соперников и стоять вертикально, без посторонней помощи». Перед тем как начать, дайте каждой команде 5 минут на то, чтобы они продумали вариант постройки, и только после этого давайте команду старт. Предупредите участников, что время не ограничено, поэтому скорость постройки роли не играет, важно чтобы башня стояла и была как можно выше. Поэтому игру нельзя останавливать до тех пор, пока не закончит последняя команда. Как правило, на всю игру достаточно 20 минут. В ходе этой игры, куратор, наблюдая за деятельностью участников каждой команды, легко определит наиболее активных студентов-лидеров.

После этого каждая команда должна выбрать одного участника, который расскажет про свою башню, а также попробует высказать свое мнение, почему башня получилась выше или ниже.

«Коллективный рисунок»

Для этого упражнения потребуется разбить участников на несколько команд по 4-6 человек. Каждой команде раздать один чистый лист формата А4. Далее попросить участников каждой команды рассчитаться по номерам (1, 2, 3, 4...). Теперь озвучиваем задание «цель упражнения – нарисовать коллективный рисунок на тему (она может быть либо одна общая для всех команд, либо как вариант, тема рисунка дается каждой команде разная). Он рисуется по очереди, сначала рисует 1-й участник, потом 2-й, потом 3-й и т.д. Каждый участник может рисовать только свою определенную фигуру, местоположение и размер фигуры на рисунке определяется этим участником самостоятельно. Предлагаемые фигуры могут быть такими – 1-й участник имеет право рисовать круг, 2-ой участник – прямоугольник, 3-й участник – треугольник, 4-й участник – рисует только прямую и т.д. Для этого упражнения достаточно 15-20 минут.

После того как все коллективные рисунки завершены, куратор предлагает каждой команде объяснить, что они нарисовали, а остальные участники размышляют, чей рисунок получился интереснее и почему.

«Необитаемый остров»

В этом упражнении участников необходимо разделить на 3 команды по 8-12 человек. Каждой команде раздать 1-2 листа формата А4. Задача должна звучать так «Представьте, что вы командой попали на необитаемый остров, вам не на чем жить, и поэтому вы должны придумать кодекс необитаемого острова – основные правила проживания на острове». На это задание необходимо дать студентам 20-25 минут. Далее, каждая команда презентует свой кодекс. После этого проводится обсуждение каждого кодекса и следует выйти на один – суммирующий все самые приемлемые правила.

Критерием эффективности проведения данных психологических упражнений и игр являются два показателя: разделение студентом норм и ценностей группы; высокий

(удовлетворяющий студента) статус в группе. Именно на эти показатели, в конечном счете, сориентированы рекомендательные упражнения.

Социологический опрос (начало сентября) студентов

Южно-уральского государственного гуманитарно-педагогического университета Уважаемый студент!

Студент группы _____

1. Ф.И.О _____
 2. Число _____ месяц _____ год рождения _____
 3. Домашний телефон: _____;
 4. Телефон для связи: _____
 5. Почтовый домашний адрес: _____
 6. Место фактического проживания:
 - а) по прописке;
 - б) в общежитии (корпус, комната);
 - в) другое (адрес) _____
 7. Фамилия, Имя, Отчество родителей:

Мать: _____

Отец: _____
 8. Состав семьи (братья, сестры с указанием возраста) _____
 9. Номер школы, в которой Вы учились _____
 10. Ваши интересы, увлечения: _____
 11. Сведения о состоянии здоровья _____
 - а) норма;
 - б) хронические заболевания (какие) _____
 - в) другое (аллергия и т.п.) _____

_____ Необходимос
ть в диетическом питании:

 - а) есть
 - б) нет
- Дата заполнения анкеты «__» _____ 200__ г.

Анкета студентов по выявлению творческих интересов

Южно-уральского государственного гуманитарно-педагогического университета

Просим Вас принять участие в анкетировании, цель которого выявить ваши творческие интересы. Выбранные Вами варианты ответов отметьте любым значком, а также подчеркните, где требуется, отдельные положения. На каждый вопрос может быть несколько ответов.

Заполненную анкету просим сдать старосте группы в недельный срок.

1. Назовите Вашу фамилию, имя _____;
2. Факультет, специальность _____;
3. Каковы Ваши творческие интересы:
 - а) театр
 - б) танцы
 - в) пение (сольно, хоровое, в ансамбле)
 - г) рисование
 - д) другие

3. Какие народные ремесла Вас увлекают?
 а) резьба по дереву;
 б) плетение;
 в) вязание.
4. Что Вам ближе в литературном, поэтическом творчестве?
 а) собственное творчество;
 б) художественное чтение;
 в) иллюстрирование.
5. В каких кружках Вы занимались?
 а) театральном;
 б) музыкальном;
 в) танцевальном.
6. Хотели бы Вы работать в группе организаторов?
 а) конкурсов (каких?);
 б) вечеров (каких?);
 в) дискотек.
7. Увлекаетесь ли Вы коллекционированием?
 а) марок;
 б) фотографий;
 в) иного
8. Обучались ли Вы музыке?
 а) да (укажите музыкальный инструмент) _____;
 б) нет.
9. Закончили ли Вы музыкальное учебное заведение?
 а) музыкальную школу
 б) музыкальное училище
 в) нет
10. Обладаете ли Вы даром исполнителя?
 а) да
 б) нет
11. Ваше отношение к спорту и туризму: _____
1. В каких спортивных секциях или кружках Вы занимались? _____

2. В какой спортивной секции Вы хотели бы заниматься в ЮУрГПШУ?

3. Что Вы могли бы предложить организаторам внеучебной работы нашего филиала?

Дата заполнения анкеты «__» _____ 200_г.

Благодарим за искренность Ваших ответов

Тренинг адаптивности или личностного роста студентов

Социально – психологический тренинг способствует решению проблемы адаптации и в полной мере, поможет стабилизировать психическое состояние студентов, сформировать необходимые навыки учебной деятельности и адекватное представление о профессии, также сформировать навыки эффективного межличностного взаимодействия, способствует

раскрытию интеллектуального и личностного потенциала.

В основной части тренинга включен коллективный разбор теоретического материала, который закрепляется ролевыми играми или индивидуальными упражнениями. Продуктивность тренинга в сравнении с другими формами коллективной работы объясняется тем, что человек усваивает 10% - из того, что слышит; 50% - из того, что видит; 70% - из того, что проговаривает; 90% - из того, что делает сам. В ходе тренинга участники имеют возможность переоценить и отработать новые способы поведения. В группе создается творческая обстановка и доверительная атмосфера, что способствует раскрытию каждого участника и более эффективному усвоению знаний и выработке умений и навыков саморегуляции.

Занятие 1.

Цели:

- Выявление лидеров группы, отслеживание групповой динамики.
- Выявление значимых событий в жизни для студентов

1. Игра «Адаптация». Данная игра проводится на выявление лидеров, генераторов идей и исполнителей, создания творческой атмосферы. Для этого в начале игры группа делится на микрогруппы. За выполнение задания вручаются жетоны трех цветов: красные - подающему идеи, зеленые - realizatorу идеи, желтые - не участвующему в реализации и подаче идей.

Задание №1. Каждый представляет соседа справа, предварительно пообщавшись 3 минуты. Определяется пять самых ярких представляющих, которые становятся лидерами. Они получают пять красных жетонов.

Задание № 2. Вокруг пяти лидеров собирается пять микрогрупп, которые формируются произвольно. Каждой группе дается задание нарисовать дружеский шарж на любого из присутствующих. Чья идея - красный жетон, кто рисовал - зеленый.

Задание № 3. Придумать творческую подпись к шаржу (предварительно куратор собирает шаржи и раздает их в микрогруппы, учитывая, чтобы они не попали в те же группы). Чья идея - красный жетон, кто выполнял - зеленый.

Задание № 4. Придумать для соседней группы задание. Чья идея красный жетон, кто выполнял - зеленый.

2. «Дискуссия». Предлагается составить биографию молодого человека, которую студенты считают наиболее типичной: суммарный образ поколения. Какие события в жизни человека можно назвать его «звездным часом».

3. «Полет на Марс». «Мы прилетели на Марс и нам нужно как-то разместиться в марсианской гостинице, а в ней только три 3-х местных номера, два 2-х местных номера и 1 одноместный. Вам необходимо как можно быстрее распределиться, кто в каком номере будет жить» (количество номеров и комнат может меняться, в зависимости от количества студентов в группе).

Занятие 2. «Моя жизненная цель»

Упражнение 1. «Постановка цели»

Цели:

- показать участникам чрезвычайную значимость определения собственных жизненных целей;
- помочь каждому участнику осознать роль цели в жизни каждого человека.

Время проведения: 15-20 минут.

Краткое описание: Дискуссия о роли цели, представления о будущем в жизни человека. Предлагается каждому участнику определить свою жизненную цель; ответить на вопросы: чего ты хочешь; как научиться формировать свои цели; как фиксировать это в своем сознании?

Ведущий: Итак, возьмите карандаш и бумагу. А теперь постарайтесь, не ставя себе никаких

(!) ограничений, нарисовать свою будущую жизнь – так, как вы хотели бы, чтобы она сложилась; с теми дорогами, по которым вы хотели бы пройти; с теми вершинами, на которые вы хотели бы подняться. Начните со списка того, о чем вы мечтаете: кем хотите стать, каким хотите стать, где жить, чем заниматься, что иметь. Сосредоточьтесь и заставьте свой карандаш непрерывно работать. По возможности сокращайте слова и переходите к следующему желанию. Чувствуйте себя королем, дайте волю своему воображению, отбрасывайте ограничения. Если какие-то сомнения, ограничения все же будут приходить вам в голову, представьте себе мысленно, что вы их выводите с поля, удаляете с ринга. Записывая цель, которую вы хотели бы в результате достичь, следуйте таким правилам (записать на доске):

1. позитивность: формулируйте свои мечты в позитивных терминах, т.е. не пишите, чего бы вы не хотели, а только то, к чему вы стремитесь;
2. конкретность: будьте предельно конкретны; постарайтесь ясно представить себе, как цель выглядит, как «пахнет», как «звучит», какова «на ощупь». Чем сенсорно богаче ваше описание, тем более оно мобилизует ваш мозг для достижения цели;
3. результативность: постарайтесь составить ясное представление о результате: что именно будет, когда вы достигнете своей цели; что вы будете тогда чувствовать; что и кто будет вас окружать; как это будет выглядеть; как вообще узнать, что вы достигли того, к чему стремились;
4. собственность: важно формулировать такие цели, достижение которых в принципе зависит от вас: не надо рассчитывать на то, что кто-то что-то должен сделать, и тогда все будет хорошо; то, к чему вы стремитесь, должно принадлежать вам, исходить от вас, быть вашим;
5. безвредность: спроецировав в будущее последствия ваших сегодняшних целей, подумайте, не нанесут ли они ущерба другим: ваши результаты должны приносить пользу и вам, и другим, они должны быть «экологически чисты».

Эти пять правил надо помнить и учитывать и в дальнейшей работе. Возьмите лист бумаги, представьте, что это ваша жизнь, и поставьте точку, которая будет обозначать вас в этой жизни. А теперь поставьте другую точку, обозначающую вашу цель. Это понадобится вам для следующего упражнения.

Завершение упражнения:

1. Смогли ли вы правильно сформулировать свою цель? (если у студентов возникли проблемы с формулированием цели, куратору необходимо оказать помощь в постановке правильной цели)

Упражнение 2. «Препятствия»

Цель: Определение и разбор проблем, которые могут возникнуть при реализации цели.

Время проведения: 15-20 минут.

Ведущий: Возьмите бумагу, где обозначены в виде точек ваше положение в жизни и цель, которую вы хотели бы достичь. Теперь соедините эти две точки в произвольной форме. Далее ведущий объясняет значение проведенной линии.

Одна прямая линия: трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца; упорство, позволяющее добиваться завершения работы. Такие люди – коллекционеры всевозможных данных. Все сведения у них систематизированы, разложены по полочкам.. Это эрудиты, по крайней мере, в своей области. Мыслительный анализ – их сильная сторона. Чрезвычайно внимательны к деталям, к подробностям. Аккуратность, порядок, соблюдение правил и приличий могут развиваться у них до крайности. И когда приходит время принимать решение, особенно связанное с риском, с возможной потерей статуса – кво, «Прямые» вольно или невольно затягивают его принятие. Кроме того, рациональность, эмоциональная сухость и холодность мешают им быстро устанавливать контакты с разными лицами.

Ломаная прямая линия символизируют лидерство. Самая характерная особенность – способность концентрироваться на главной цели. Энергичные, неуправляемые, сильные личности, которые ставят ясные цели и, как правило, достигают их. Очень уверены в себе,

хотят быть правыми во всем. Сильная потребность быть правым и управлять положением дел, решать не только за себя, но и по возможности за других, делает «Ломаных» личностью, постоянно соперничающей, конкурирующей с другими. Доминирующая установка в любом деле – это установка на победу, выигрыш, успех. Такой человек часто рискует, бывает нетерпеливым и нетерпимым к тем, кто колеблется в принятии решения. Очень не любит оказываться неправым и с большим трудом признает свои ошибки... «Ломаные» стремятся достичь высокого положения, приобрести высокий статус, иначе говоря – сделать карьеру... Главное отрицательное качество «Ломаных» - сильный эгоцентризм, направленность на себя. «Ломаные» на пути к вершинам власти не проявляют особой щепетильности в соблюдении моральных норм и могут идти к своей цели «по головам» других. Ломаные заставляют все и всех вращаться вокруг себя - без них жизнь потеряла бы свою остроту.

Волнистые линии означают заинтересованность, прежде всего в хороших межличностных отношениях. Высшая ценность – люди, их благополучие. «Волнистые» чаще всего служат тем «клеем», который скрепляет и рабочий коллектив, и семью, т.е. стабилизируют группу. Они обладают высокой чувствительностью, развитой эмпатией – способностью сопереживать, сочувствовать, эмоционально откликаться на переживания другого человека. Естественно, что люди тянутся к «Волнистым». «Волнистые» великолепно «читают» людей и в одну минуту способны распознавать притворщика, обманщика... Они пытаются сохранить мир и ради этого иногда избегают занимать «твердую» позицию и принимать непопулярные решения. Для «Волнистых» нет ничего более тяжелого, чем вступить в межличностный конфликт. Они счастливы тогда, когда все ладит друг с другом. Однако в одном «Волнистые» проявляют завидную твердость: если дело касается вопросов морали или нарушения справедливости. Главные черты их стиля мышления – ориентация на субъективные факторы проблемы (ценность, оценки, чувства и т.д.) и стремление найти общее даже в противоположных точках зрения. Можно сказать, что «Волнистые» - природные психологи.

Теперь укажем ваши препятствия. Отметьте их пунктирами. В нескольких тезисах сформулируйте, что прямо сейчас препятствует вам иметь все то, о чем вы мечтаете, к чему стремитесь. Что конкретно вам мешает? Что вас ограничивает? Возможно, вы не умеете планировать ваше время, или план есть, но вы никак не можете приступить к его реализации. Эти препятствия запишите на листе в тех отрезках линии, где они могут быть.

Наверное, у каждого человека есть способы ставить себе ограничения, свои личные, «излюбленные» стратегии, ведущие к поражению, но если мы это осознаем, то можем избавиться от этих ограничений.

Занятие 3. «Моя жизненная цель» (продолжение)

Упражнение 1. «Ресурсы»

Цель: познакомить с возможностями человека вообще и индивидуальными возможностями участников тренинга в частности.

Время проведения: 10-15 минут.

Ведущий: Продолжим наше занятие «Мои жизненные цели». Вспомните, пожалуйста, о тех целях и ограничениях которые Вы для себя определили на предыдущем занятии. Теперь составим список тех необходимых для достижения целей ресурсов, которыми вы уже обладаете. Опишите те, что у вас уже есть. Это могут быть какие-то черты характера; друзья, которые вас поддержат и вам помогут; финансовые ресурсы; уровень вашего образования; ваша энергия; наконец, время, которым вы располагаете, и т.п. Ведь перед каждой конструктивной работой – собираетесь ли вы строить дом или лепить пельмени – надо точно знать, какие есть в наличии материалы и инструменты. Точно также, для того чтобы сконструировать такое видение будущего, которое наполнило бы вас силой и энергией, необходимо иметь ясное представление о своих ресурсах.

Упражнение 2. «План реализации цели»

Цель: научить планировать свои действия.

Время проведения: 10-15 минут.

Ведущий: Составьте черновик пошагового плана для достижения цели. Начните с конечного результата, а потом шаг за шагом спланируйте весь путь, включая то, что вы можете сделать по этому плану уже сегодня. Можно начать с того, что подумав о цели, решить: что самое первое надо сделать, чтобы ее достичь? Если у вас нет уверенности в том, каким должен быть этот план, спросите себя вновь: что мешает уже сегодня иметь все то, к чему я стремлюсь. Возможно, ответом на этот вопрос будет что-то, над чем уже сейчас можно работать, чтобы изменить ситуацию. Решив такую промежуточную задачу, вы сможете приблизиться к достижению вашей главной цели.

Упражнение № 3 «Стратегия успеха»

Цель: разработать стратегию достижения успеха.

Время проведения: 10-15 минут.

Краткое описание: Участники должны попытаться смоделировать образец человека, который уже достиг того, к чему они стремятся.

Ведущий: Запишите имена 3-5 человек, которые уже добились того, к чему вы стремитесь. Этими людьми могут быть те, кого вы хорошо знаете, а могут быть и просто известные люди, добившиеся выдающихся успехов. В нескольких словах опишите их личностные качества и поведение, которые привели их к успеху. После этого закройте глаза и представьте, что каждый из этих троих (пятерых) собирается дать вам совет, как достичь цели. Запишите основную идею того, что они скажут? Запишите первое, что придет в голову.

Занятие 4.

Цель:

- Выявление лидеров, отслеживание групповой динамики.

Игра «Лидер-организатор». У каждого студента в группе 3 визитки со своим именем. Их необходимо раздать тем, кого Вы считаете своим другом, на кого можно положиться в трудной ситуации. Лидеры выявляются всей группой. Для них предлагаются конкурсы.

Конкурс №1. Куратор дает задание придумать наиболее интересное (полезное) коллективное творческое дело. Каждый студент выбирает то дело, за которое отдаст свой голос.

Конкурс №2. Куратор дает задание сагитировать всех студентов участвовать в придуманном лидером коллективном творческом деле.

Конкурс № 3. Лидер должен познакомить студентов с планом организации придуманного им дела. Оценивается умение составить план.

Конкурс № 4. Лидер должен подобрать себе помощников и обосновать свой выбор. Оценивается умение подобрать людей и правильно их оценить.

Конкурс № 5. Каждый студент группы должен продолжить фразу: «Если меня выберут..., то я...»№.

2. «Большая семейная фотография». Данную игру можно проводить как для выявления лидера, так и для отслеживания групповой динамики. Предлагается, чтобы студенты представили, что они все - Большая семья и нужно всем вместе сфотографироваться в семейный альбом. Необходимо выбрать «фотографа». Он должен расположить всю семью-группу для фотографирования.

Занятие № 5.

Упражнение 1. «Идеальный день».

Цель: выявление негативных сторон в эмоциональной сфере студентов – первокурсников в процессе адаптации к обучению в ВУЗе.

Время проведения: 15-20 минут

Ведущий: Вспомните случай из своей жизни, когда вы пережили абсолютный успех. Закройте глаза и представьте себе это предельно ярко. Обратите внимание на то, где у вас помещается эта картинка: слева, справа, вверху, внизу, посередине. Обратите также внимание на размер, точность и качество этой картинка. Запишите на листе бумаги свои ощущения, чувства.

Далее, вспомните случаи из своей жизни, в период своего обучения в ВУЗе за 2 месяца, когда вы пережили абсолютное разочарование. Закройте глаза и представьте себе это предельно ярко. Обратите внимание на то, где у вас помещается эта картинка: слева, справа, вверху, внизу, посередине. Обратите также внимание на размер, точность и качество этой картинка, звуки, переживания, которые ее создают. Запишите на листе бумаги свои ощущения, чувства.

Упражнение 2. «Теплое место»**Цели:**

- развитие умения давать партнеру позитивную обратную связь;
- способствовать повышению адаптации студентов.

Время проведения: 10-15 мин.**Краткое описание:**

Каждый участник по очереди выходит в центр круга, садится и называет неприемлемую для себя ситуацию, связанную с обучением в ВУЗе в которой он находится в данное время или находился совсем недавно.

Остальные участники по очереди дают обратную связь: называют положительные стороны этой ситуации.

Завершение упражнения:

- Что вы чувствовали, находясь в центре круга? (отвечает каждый участник).
- Зачем по вашему мнению необходима положительная обратная связь?

Занятие № 6 . «Контакт с самим собой»**Цели:**

- развитие чувства ответственности перед самим собой;
- развитие способности самоанализа
- осознание личных мотивов жизнедеятельности;
- повышение самооценки.

Время проведения 30 минут.

Краткое описание: Дается инструкция для заполнения бланка контакта. Организуются максимально удобные условия для психологического комфорта и возможности сосредоточения на содержание контакта.

Упражнение 1. «Личный контакт-обязательство» «__» _____ 200__ г.

Я, _____, осознаю, что:

1. Мне нравится мое имя и следующие созвучные с именем определения моей сущности:

а) _____

б) _____

в) _____

2. Мне нравится мое настоящее «Я», особенно следующие черты:

а) _____

б) _____

в) _____

3. Я очень хочу расти и развиваться. Вот те изменения, которые уже произошли во мне и являются моими достижениями:

а) _____

- б) _____
 в) _____
4. Это очень полезные открытия, и я хочу идти дальше к новым целям:
 а) _____
 б) _____
 в) _____
5. Я способен действительно добиться этого. Поэтому я стремлюсь к новым изменениям, чтобы обогатить свою жизнь и радоваться ей. Продолжая развиваться, я намерен:
 а) _____
 б) _____
 в) _____
6. Мне радостно сознавать, что теперь я сам выбираю свой собственный стиль жизни. Это позволяет мне двигаться к полному осуществлению своих желаний и занять по праву принадлежащее мне место в мире. Я также признаю, что могу выбирать друзей, собственное дело, распоряжаться своим временем, могу побыть один или с другими людьми – как захочу, однако всегда с пользой для самого себя и других людей.
 Я уважаю следующих людей:
 а) _____
 б) _____
 в) _____
7. Они помогают мне жить, и я намерен постоянно выражать им признательность за то, что они есть.
 Я люблю следующие дела:
 а) _____
 б) _____
 в) _____
- И я намерен более настойчиво и полно заниматься ими.
9. Необходимо прочесть утверждения и проставить знаки (+ или х,) напротив тех, которые, по Вашему мнению подходят именно Вам:
 Все мною сказанное – о моих способностях, целях, правах и обязанностях – правда.
 Я принимаю себя таким, какой есть.
 Я принимаю себя таким, каким хочу быть.
 Я уважаю свою жизнь и свой выбор в этой жизни.
 Я люблю себя не больше, но и не меньше других людей, осознавая при этом, что я человек – единственный в своем роде, другого такого на земле нет.
 Я достоин любви и уважения!
 Я заслуживаю, чтобы меня любили, и могу позволить себе принять эту любовь.
 Я могу позволить другим людям уважать меня.
 Я уважаю свое время: время-это жизнь.
 Я разрешаю себе радоваться и получать удовольствие.
 Я позволяю себе быть таким, какой есть; я несу ответственность за то, чтобы сделать себя счастливым.
 Я учусь принимать решения и воплощать их в жизнь.
 Я не жду, что кто-то вернет мне мое самоуважение – только я сам могу с этим справиться.
 Именно сегодня:
 - меня постигает счастье. Счастье заключено внутри меня, оно не является результатом внешних обстоятельств. Я счастлив настолько, насколько полон решимости быть счастливым _____;
 - я приспособлюсь к жизни, которая окружает меня, и не буду пытаться приспособить все к своим желаниям. Я приму мою семью, обстоятельства моей жизни такими, как они есть _____;
 - я позабочусь о своем организме: буду делать зарядку, ухаживать за своим телом, избегать вредных привычек _____;

- я уделю внимание развитию своего ума; изучу что-то новое для себя или научусь чему-нибудь полезному _____;
- я займусь нравственным самосовершенствованием: сделаю что-то хорошее конкретному человеку, полезное для него, и выполню два дела, которые мне не хочется делать _____;
- я буду ко всем доброжелательным, щедрым на похвалы и комплименты _____;
- я буду жить только нынешним днем, не стремясь решить проблему всей моей жизни сразу _____;
- я намечу программу своих дел, составлю план на день _____;
- я проведу полчаса в покое и одиночестве, полностью расслаблюсь;
- я буду любить и верить, что те, кого я люблю, любят меня _____.

Если возникли противоречия во время работы с утверждениями, которые касаются именно сегодняшнего дня, Вы можете записать их в пустые строчки.

Занятие 7- 9 (вариации по выбору)

Цель:

- Активизация процесса самопознания и самовоспитания
- Развитие умения составлять стратегический и оперативный план своей жизни, определять главные и второстепенные цели.

1. Задание - сочинение на тему «Это Я». В данной работе студентам необходимо описать личные черты, определяющие успех, из многообразия собственных достоинств назвать наиболее значимые для себя.

2. Заполнение карты «Принятие себя»

Мои недостатки	Мои достоинства

3. Устная анкета

1. Какие традиции существуют в Вашей семье, передаваясь из поколения в поколение:

2. Знаете ли Вы историю своего рода: кто были Ваши предки, чем они занимались?

3. какие национальные, семейные традиции Вы бы хотели возродить или перенести в свою собственную семью?

4. Задание «История моей жизни»: каждый студент пишет в свободной форме, в любом жанре историю своей жизни.

5. Задание «Моя родословная»: составить генеалогию своей семьи, узнать кем были, когда жили их бабушки и прабабушки.

6. Задание «Будущая автобиография»: студентам необходимо написать о том, как может сложиться собственная жизнь в будущем - ближайшем, отдаленном.

7. Задание «Портрет»: студентам необходимо описать кого - либо из присутствующих, не используя указания пола и физических признаков. Куратор группы зачитывает описание группе, которая должна угадать, с кого писался портрет. Куратор должен проанализировать информацию о человеке, которая наиболее отражает его в группе.

8. Задание «Копилка обид и тревог». Каждый записывает на листе бумаги свою обиду, тревогу, проблему. Куратор анализирует, какие из них связаны с взрослением, психологическими особенностями юношеского возраста, проблемами адаптации в вузе.

9. Составление программы самовоспитания:

Цели и задачи самовоспитания	На месяц	На полгода
	На год	На 5 лет

10. Вопросник для активизации процесса самостоятельного анализа проблем.

Стратегический жизненный план

- 1) Что в жизни Вы считаете достойной целью?
- 2) Каким бы Вы хотели видеть себя через 50 лет?
- 3) Если бы Вы узнали, что жить Вам остается еще только 10 лет, как бы хотели провести эти годы?
- 4) Если бы Вы узнали, что жить Вам остается только 1 год, как бы Вы хотели провести этот год?
- 5) Если бы Вы узнали, что Вам осталось жить всего месяц, как бы Вы хотели провести этот месяц?
- 6) Что для Вас самое важное в жизни:

Цели	Степень важности	Степень реализации	Что мешает реализации	Что помогает реализации
Активная деятельная жизнь				
Жизненная мудрость				
Здоровье				
Интересная работа				
Красота природы и искусства				
Любовь				
Материальное благополучие				
Наличие хороших и верных друзей				
Хорошая обстановка в стране				
Сохранение мира на Земле				
Уважение окружающих				
Повышение своей культуры				
Развитие интеллекта				

Равенство и братство всех				
Независимость оценок и суждений				
Свобода как независимость действий				
Счастливая семейная жизнь				
Возможность творчества				
Уверенность в себе				
Удовольствия, развлечения				
Экологическая безопасность				

7. Чего бы Вы хотели добиться в жизни?

8. Какую цену Вы согласны заплатить за реализацию своей цели? Чем бы Вы пожертвовали за реализацию своей цели?

9. Что вы больше всего в себе цените?

10. Отчего в себе Вы хотели бы избавиться?

11. Готовы ли Вы к преодолению препятствий, которые будут появляться у Вас в жизни?

Оперативный жизненный план.

1. Что в ближайшем году Вы считаете для себя самым важным? Как это связано с Вашей основной целью?

2. Какие изменения в Вашей жизни Вы хотели бы видеть через год? Что для этого надо сделать? Какие изменения в Вашей жизни Вы хотели бы видеть через месяц? Что для этого надо сделать?

3. Какие качества вы считаете своими:

- аккуратность
- воспитанность
- высокие притязания и запросы
- жизнерадостность
- независимость
- непримиримость к недостаткам в себе и других
- образованность
- ответственность
- рационализм
- смелость в отсутствии мнений и взглядов
- твердая воля
- терпимость и умение прощать
- смелость в действии
- широта взглядов (понимание и уважение других)
- честность
- трудолюбие
- чуткость

4. Какие качества признают в Вас Ваши друзья? (Пусть Ваши друзья отметят наличие качеств по приведенному выше списку).

5. У Вас есть круг друзей? Что Вас объединяет?
6. С кем Вам легко общаться, а с кем - трудно?
7. С кем у Вас чаще всего возникают конфликтные ситуации? Какие Ваши особенности мешают другим взаимодействовать с Вами?
8. За что Вам симпатизируют, за что Вас можно любить?
9. В чем проявляется Ваша уникальность?

Занятие 10-11 (вариации по выбору)

Цель:

- выявление процесса самореализации в группе
- определение уровня сформированности коллектива

1. Оформление альбома достижений группы «Коллекция ситуаций успеха за время обучения в вузе» - постоянно.

2. Устная картина «Моя группа». Каждый приносит по одной фразе, чтобы получился интригующий рассказ.

3. Задание «Вопрос группе». Студенты на отдельных листках пишут вопросы группе, куратор собирает вопросы, перемешивает и раздает. Студенты отвечают на попавшиеся вопросы.

4. Задание «Скульптура группы». Каждый студент занимает свое место, выбирает позу и замирает. Через некоторое время участники могут посмотреть, нет ли вокруг похожих скульптур, похожие скульптуры объединяются. Так рождается скульптура группы.

5. Рисунок группы «Дом». Группа должна нарисовать дом. Каждый студент может нарисовать только любые три линии. Задание проходит без обсуждения того, что каждый пытается изобразить. Куратор должен проанализировать: какие чувства вызывает рисунок, нравится ли автору свой дом, можно ли жить в таком доме, как происходит процесс рисования дома и т.д.

6. Выявление процесса самореализации в группе. На группу выдается изображение одной березки и каждому студенту по три листочка разного цвета (красный, оранжевый, зеленый), на которых они должны написать, а затем приклеить на березку следующее: красный листок - какие свои знания, увлечения и таланты можно использовать в делах группы. Куратору необходимо определить востребованность или невостребованность студенческим коллективом индивидуальных способностей, умений и увлечений.

7. «Чемодан в дорогу». Каждый студент предлагает что-то в общий «чемодан», который группа возьмет с собой в «дорогу». Выше ценятся качества, которые помогут группе быть более успешной.

Анкета № 4

Просим Вас ответить на наши вопросы. Выбранные Вами варианты ответов отметьте любым значком, а также подчеркните, где требуется, отдельные положения. На каждый вопрос может быть несколько ответов.

Заполненную анкету просим сдать старосте группы в недельный срок. Старосту просим сдать в отдел организационно-воспитательной работы со студентами.

1. Ваша оценка прошедшей сессии:

- а) прошла очень трудно, результатами неудовлетворен;
- б) прошла трудно, но результатами доволен;
- в) прошла без напряжения, результаты хорошие;
- г) прошла легко, результаты низкие, преимущественно «уд»;
- д) не все экзамены сданы в сессию.

2. Какие обстоятельства, на Ваш взгляд, помешали добиться хороших результатов в прошедшей сессии:

- а) ничего не мешало, результаты соответствуют моему уровню;
- б) помешала болезнь, недомогание в самый неподходящий период;

- в) помешали семейные обстоятельства, сложные отношения с родителями, необходимость помогать семье материально (подчеркнуть);
- г) работал по собственной инициативе, из желания быть независимым, обеспеченным;
- д) просто не сумел организовать свой труд в учебе;
- е) много времени затратил на другие увлечения, на друзей, на отдых, на развлечения

3. Как Вы провели зимние каникулы:

- а) сдавал долги по сессии, отдохнуть не удалось;
- б) работал (по необходимости, по собственному желанию);
- в) уезжал к родственникам;
- г) отдыхал по путевке в доме отдыха, пансионате (подчеркнуть).

4. Ваше настроение в начале очередного семестра:

- а) готовы с удовольствием продолжить обучение;
- б) спокойное; уверены, что все будет в порядке на Вашем уровне;
- в) расстроены, ибо прошедшая сессия показала, что у Вас есть проблемы в обучении;
- г) подавлены, не уверены в том, что следующий семестр сложится благополучно;
- д) готовы принять решение о прекращении обучения, ибо затягивать такое положение еще на годы бессмысленно и мучительно;
- е) почувствовал себя сильным в учебе и подумываю, не перейти ли в другой институт, престижнее ЮУрГППУ, если там возьмут меня.

5. Кого Вы видите своими помощниками в преодолении трудностей в учебе:

- а) надеетесь только на себя;
- б) надеетесь на родителей;
- в) товарищей по учебе;
- г) декана и работников деканата;
- д) куратора группы;
- е) других лиц.

6. Ваши взаимоотношения с преподавателями:

- а) хорошие, взаимно доброжелательные;
- б) считаете, что преподаватель Вас не понимает;
- в) комплектуете в общении с отдельными преподавателями.

7. Назовите Ваших любимых преподавателей по итогам прошедшего семестра: _____

_____;

8. Кому из преподавателей Вы хотели бы выразить некоторое неудовольствие, замечания по ведению занятий, по приему зачетов и экзаменов, по отношению к студентам: _____

_____;

9. Вы сделали для себя предварительный вывод:

- а) вам нравится ЮУрГППУ, хотите здесь остаться, продолжить учебу;
- б) при первой же возможности готовы перейти в другой институт;
- в) возможно, совсем бросите учебу, так как: разочарованы в выборе, боитесь не справиться, не устраивает перспектива, не вытянете материально (нужное подчеркнуть);
- г) другие выводы (сформулируйте) _____

Дата заполнения анкеты « ___ » _____ 200__ г.

Группа _____

Фамилия, Имя /только по Вашему желанию/ _____

Благодарим за искренность Ваших ответов

Анкета

Итоговое исследование уровня адаптации студентов

1. Трудно ли Вам было привыкнуть к студенческой жизни?

№	Значения	знак ответа (+ или x)
1	да, процесс адаптации был трудным и долгим	
2	нет, процесс адаптации был нетрудным и недолгим	
3	никакая адаптация не требовалась, сразу почувствовал себя студентом	
4	затрудняюсь ответить	

2. Какова Ваша общая удовлетворенность студенческой жизни? (исследуется уровень «синдрома радости» поступления в ВУЗ, который определяется по самооценке студентов)

№	Значения	знак ответа (+ или x)	шкала ответов
1	полностью удовлетворен		+2
2	скорее удовлетворен, чем нет		+1
3	скорее неудовлетворен, чем удовлетворен		-1
4	полностью неудовлетворен		-1
5	затрудняюсь ответить		0

3. Какова Ваша удовлетворенности различными сторонами вузовской жизни?

№	Значения	да	не очень	нет
		знак ответа (+ или x)		
Удовлетворены ли Вы?				
	набором и содержание учебных дисциплин			
	организация учебного процесса			
	своими результатами в зимнюю сессию			
	качеством преподавания			
	обеспеченность учебно-методической литературой			
	технической оснащенностью аудиторий			
	отношением с преподавателями			
	отношениями в группе			
	бытовыми условиями в филиале			
	бытовыми условиями в общежитии			
	условиями питания в филиале			
	условиями для полноценного досуга			
	организацией массовых мероприятий в			

	филиале			
	возможностями заниматься спортом			
	возможностями для художественного творчества			

4. Что побудило поступить в данный вуз?

№	Мотивы	ранг
1	Интерес к профессии	
2	Привлекла перспектива найти хорошую работу после вуза	
3	Привлек престиж, авторитет вуза	
4	Желание получить диплом (неважно где)	
5	Считаю, что наилучшие способности у меня в этой области	
6	Не хотелось идти в армию	
7	Повлияла учеба в специализированном классе, техникуме, лицее	
8	Повлияла семейная традиция, родители	
9	Хотелось продлить беззаботный период жизни	
10	Другие мотивы	
11	Совет учителей, специалистов по профориентации	

5. Кто или что помогло адаптироваться в новой социальной роли студента?

№	Значения	знак ответа (+ или x)
1	куратор	
2	однокурсники	
3	старшекурсники	
4	студенческий профсоюз	
5	преподаватели	
6	массовые мероприятия в филиале	
7	друзья, подруги, знакомые	
8	никто и ничто	
9	совместное участие в смотрах, соревнованиях	
10	другое	

6. С чем Вы соотносите жизненный успех?

№	Значения	знак ответа (+ или x)
1	со счастливой семейной жизнью	
2	с хорошими и верными друзьями	
3	высоким заработком, материальным благополучием	
4	карьерой	
5	творческой самореализацией	

6	высокой квалификацией	
7	общественным признанием	
8	наличием своего дела, бизнесом	
9	достижением в науке	
10	с обретением власти	

7. Что вызвало наибольшие проблемы в студенческой жизни?

№	Значения	знак ответа (+ или x)
1.	недостаток свободного времени	
2.	перегруженность учебными занятиями, неудобное расписание	
3.	неумение организовать себя	
4.	особых проблем не было	
5.	нехватка средств, неумение их расходовать	
6.	отсутствие привычного круга общения	
7.	невозможность найти занятие по душе, интересное дело	
8.	мало внимания со стороны деканата, кураторов	
9.	низкая техническая оснащённость аудиторий, лабораторий	
10.	плохие санитарно-гигиенические условия	
11.	сложно привыкнуть к новой обстановке, сходиться с новыми людьми	
12.	низкое качество преподавания	
13.	другое	

8. Как вы оцениваете студенческие отношения в группе?

№	Значения	знак ответа (+ или x)
1	сложился дружный коллектив	
2	выделились активные, но большинство пассивных	
3	все разделились на компании	
4	равнодушные, у многих интересы в не группы	
5	присутствуют конфликтные ситуации	

Анкета № 2

для кураторов групп подготовительного отделения

Как Вы оцениваете студенческие отношения в группе?

№	Значения	знак ответа (+ или x)
1	сложился дружный коллектив	
2	выделились активные, но большинство пассивных	
3	все разделились на компании	
4	равнодушные, у многих интересы в не группы	
5	присутствуют конфликтные ситуации	

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий адаптации иностранных студентов к обучению в ВУЗе

Таблица 4

Результаты повторной диагностики адаптированности студентов в ВУЗе Т.Д. Дубовицкой

№	Испытуемый	Шкала адаптированности к учебной группе	Шкала адаптированность к учебной деятельности
	А.Й.	11	10
2.	Б.Б.	12	10
3.	Б.Т.	10	9
4.	Г.Э.	13	6
5.	Ё.Э.	15	7
6.	М.Р.	12	8
7.	С.М.	11	8
8.	С.Э.	10	8
9.	Х.Ш.	9	9
10.	Ш.А.	12	9
11.	Э.Ш.	11	7
12.	А.С.	13	6

	Низкие показатели	Средние показатели	Высокие показатели
Шкала адаптированности к учебной группе		25% (3 человека)	75% (9 человек)
Шкала адаптированность к учебной деятельности		100% (12 человек)	

Результаты повторной диагностики уровня тревожности Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л

№	Испытуемый	Реактивная тревожность	Личностная тревожность
	А.Й.	13	28
2.	Б.Б.	26	28
3.	Б.Т.	12	29
4.	Г.Э.	12	26
5.	Ё.Э.	14	37
6.	М.Р.	16	46
7.	С.М.	35	29
8.	С.Э.	12	33
9.	Х.Ш.	18	26
10.	Ш.А.	38	29
11.	Э.Ш.	12	32
12.	А.С.	19	28

	Низкие показатели	Средние показатели	Высокие показатели
Реактивная тревожность	84% (10 человек)	16% (2 человека)	
Личностная тревожность	84% (10 человека)	8% (1 человек)	8% (1 человек)

Таблица 6

Результаты повторного проведения диагностики учебной мотивации иностранных студентов

№ п/п	ФИО	Коммуникативные мотивы	Мотивы избегания	Мотивы престижа	Профессиональные мотивы	Мотивы творческой самореализации	Учебно-познавательные мотивы	Социальные мотивы
	А.Й.	3,8	1,6	2,4	3,8	4,0	3,6	3,4
2.	Б.Б.	4,8	2,6	1,6	4,3	1,0	2,6	2,2
3.	Б.Т.	4,0	1,6	2,4	4,7	3,5	2,4	4,0
4.	Г.Э.	2,8	2,6	2,4	3,0	3,0	3,4	2,2
5.	Ё.Э.	3,0	1,4	2,4	4,8	5,0	4,4	4,2
6.	М.Р.	4,5	4,0	2,2	2,7	1,0	3,9	3,8
7.	С.М.	4,0	1,8	1,6	2,7	3,5	2,6	3,2
8.	С.Э.	3,3	1,8	2,8	3,7	4,0	3,0	2,4
9.	Х.Ш.	2,5	1,0	1,0	2,7	2,5	3,4	3,0
10.	Ш.А.	2,8	1,8	3,0	4,2	4,0	3,7	2,6
11.	Э.Ш.	2,8	1,2	1,4	4,7	5,0	2,9	2,2
12.	А.С.	4,5	3,2	3,8	4,3	4,0	4,0	4,8
13.	Среднее	3,5	2	2,25	3,8	3,7	3,2	3,1

(А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой)

Таблица 7

Сравнительная таблица средних значений до и после экспериментальной диагностики учебной мотивации иностранных студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой)

	Коммуникативные мотивы	Мотивы избегания	Мотивы престижа	Профессиональные мотивы	Мотивы творческой самореализации	Учебно-познавательные мотивы	Социальные мотивы
До	2,9	2,1	2,5	2,8	2,5	2,8	2,8
После	3,5	2	2,25	3,8	3,7	3,2	3,1
	+0,6	-0,1	-0,25	+1	+1,2	+0,4	+0,3

Расчет Т-критерия Вилкоксона

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения "до" из значения "после".

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{до}-t_{после}$)	Абсолютное значение разности
4	10	6	6
3	10	7	7
2	9	7	7
1	6	5	5
5	7	2	2
6	8	2	2
4	8	4	4
2	8	6	6
6	9	3	3
4	9	5	5
2	7	5	5
3	6	3	3

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 12$). Переформирование рангов производится в табл.

Номера мест в упорядоченном ряду	Расположение факторов по оценке эксперта	Новые ранги
1	2	1.5
2	2	1.5
3	3	3.5
4	3	3.5
5	4	5
6	5	7
7	5	7
8	5	7
9	6	9.5
10	6	9.5
11	7	11.5
12	7	11.5

Мы видим из таблицы, что 12 полученных разностей – положительные и лишь 0 – отрицательные. Мы столкнулись с тем случаем, когда уже сейчас нельзя сформулировать статистическую гипотезу, соответствующую первоначальному предположению исследователя. Предполагалось, что после эксперимента показатели уменьшатся, а экспериментальные данные свидетельствуют, что лишь в 0 случаях из 12 этот показатель действительно уменьшился. Можно сформулировать лишь гипотезу, предполагающую

несущественность сдвига этого показателя в сторону увеличения.

Гипотезы.

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения показателя не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения показателя превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{до}-t_{после}$)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
4	10	6	6	9.5
3	10	7	7	11.5
2	9	7	7	11.5
1	6	5	5	7
5	7	2	2	1.5
6	8	2	2	1.5
4	8	4	4	5
2	8	6	6	9.5
6	9	3	3	3.5
4	9	5	5	7
2	7	5	5	7
3	6	3	3	3.5
Сумма				78

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=78$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

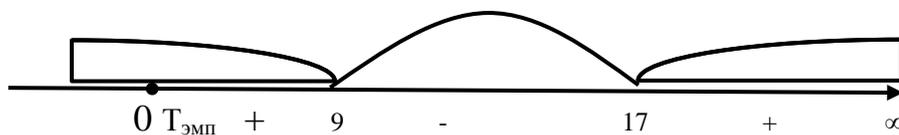
Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти сдвиги и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_{t=0}$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=12$:

$$T_{кр}=9 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=17 \quad (p \leq 0.05)$$



Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$.

Гипотеза H_0 принимается. Интенсивность отрицательного сдвига показателя превышает интенсивность положительного сдвига.