

**Г. В. Заулина**

Факультет психологии и педагогики,  
кафедра социальной и педагогической психологии

## К ВОПРОСУ ОПТИМИЗАЦИИ ВУЗОВСКОЙ МОДЕЛИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СТУДЕНТОВ

Актуальность проблемы оптимизации психологического сопровождении студентов в вузе очевидна в связи с тем, что психологическое здоровье студенческой молодежи обуславливает не только их успешное обучение, а также их продуктивное саморазвитие и творческую самореализацию. А это, в свою очередь, является приоритетным направлением в функционировании высшей школы, так как студенчество, как интеллектуальная элита, определяет будущее нашего государства, прогрессивные перемены в обществе.

С целью изучения проблемы оптимизации вузовской модели психологического сопровождении студентов нами в Гомельском государственном университете была проведено специальное исследование психологического здоровья студенческой молодежи.

В нашей работе мы опирались на комплекс диагностических методик, включавших предельно краткие анкетные данные студента, шкалу проблем, которые хотелось бы обсудить с психологом, шкалу основных личностных качеств, которые человеку хотелось бы развить в себе в первую очередь, шкалы самооценки, тест «Эмпатические тенденции», опросник Р. Кеттелла, тест Спилбергера.

Общий объем выборочной совокупности при проведении комплексного диагностического обследования составил 143 человека.

При анализе полученных результатов применялись группировка и типологизация данных, их ранговое распределение, выявлялись корреляционные зависимости.

Проведенное исследование позволило выявить следующие особенности психологического здоровья студентов:

- Чем старше курс обучения, тем больше выражена у студентов актуальность разрешения проблемы общения и отношений, тем больше значимость развития таких личностных качеств, как предприимчивость, смелость, умение сотрудничать.

Это говорит о том, что психологическое сопровождение студентов младших курсов в большей степени должно быть направлено на разрешение проблем адаптации в вузе, а студентов старших курсов – на личностный рост и подготовку к продуктивной профессиональной деятельности.

- Доминирование проблемы общения и отношений приводит к вытеснению других значимых жизненных проблем: дальнейшего самоопределения и психоэмоциональных переживаний, связанных с созданием собственной семьи.

Таким образом, успешное разрешение проблем общения обуславливает возможность продуктивной самореализации себя в жизни (в профессии и семье), что важно учитывать при структурировании модели психологического сопровождения студентов.

- Стремление к развитию волевых качеств приводит к снижению уровня напряжения, возникающего вследствие большой загруженности учебными занятиями, а также затруднений, связанных с самостоятельным принятием.

То есть, успешному разрешению проблем самоорганизации учебной деятельности будет способствовать включение в программу психологического сопровождения семинаров-тренингов работы с личностными ресурсами и самоутверждающего поведения.

- Недостаточная материальная обеспеченность коррелирует с низким уровнем терпимости по отношению к другим людям, другим точкам зрения.

Поэтому тренинг личностного роста, включенный в программу психологического сопровождения, позволит сформировать направленность на самореализацию уже в процессе обучения в вузе (в том числе улучшение собственного материального благополучия), с одной стороны, и, с другой стороны, – способствовать формированию толерантности, социального интереса у студентов. Это подтверждается также тем, что актуализация предприимчивости положительно коррелирует с необходимостью развития умения сотрудничать с другими.

- Чем в большей степени выражено стремление к развитию уверенности в себе, тем меньше актуализирована необходимость проявления открытости во взаимоотношениях. Это свидетельствует об актуальности включения в модель психологического сопровождения тренингов ассертивности, способствующих развитию открытости во взаимоотношениях, адекватности эмоционального реагирования во взаимодействии.

- Низкая оценка своего здоровья коррелирует со склонностью к манипулированию. Это подтверждает существование компенсационного механизма, именуемого «бегством в болезнь», что явно создает препятствия не только личностному, но и профессиональному становлению студентов в процессе обучения в вузе.

В связи с этим актуализируется необходимость работы со студентами, направленной на осознание такого рода деструктивных компенсаций в поведении.

- Высокая оценка своих способностей ведет к росту уровня личностной тревожности, актуализации потребности в социальных связях, любви, принадлежности к группе. В том случае, если высокая оценка своих способностей является адекватной, личностная тревожность носит естественный характер и обусловлена ответственностью за реализацию своих способностей. То есть речь здесь идет об экзистенциальной вине, порождающей внутреннюю тревогу, от которой нет смысла стремиться избавиться полностью. В данном случае она является движущей силой личностного и профессионального роста, самоактуализации. Организация студенческих клубов, психологических театров в рамках модели психологического сопровождения может способствовать удовлетворению актуализированной потребности в социальных связях, принадлежности к группе. Неадекватно же высокая оценка своих способностей является механизмом невротизации личности, так называемого «горя от ума», который и создает определенные препятствия в установлении и поддержании теплых, доверительных, эмпатических отношений с окружающими, что, в свою очередь, приводит к переживанию чувства изолированности, неудовлетворенности жизнью.

И в этом смысле важным является проведение семинаров по проблемам личностного роста, структурирования позитивной Я-концепции.

- Стремление к манипулированию у студентов коррелирует с чувством внутренней неуверенности, робости. В свою очередь наблюдается позитивная корреляция между чувством внутренней неуверенности и проявлением конформизма, у которого отрицательная корреляция с уровнем внутренней напряженности, свидетельствующая о том, что конформизм является своего рода психологической защитой.

Это еще раз говорит о важности проведения семинаров, мастер-классов, семинаров-тренингов направленных на развитие позитивной Я-концепции, тренингов уверенности в себе, успешной самопрезентации, занятий по имиджелогии.

- Уровень внутренней напряженности положительно коррелирует с уровнем тревожности и тесно связан с внутренней ригидностью и консерватизмом. Нами была отмечена также позитивная корреляционная зависимость между низкой степенью удовлетворенности своим профессиональным выбором и высоким уровнем тревожности студентов. В связи с этим является важной организация студенческих конференций, посвященных различным аспектам будущей профессиональной деятельности.

- Потребность в самовыражении, самореализации положительно коррелирует с потребностью в самоуважении, престиже и одобрении и отрицательно коррелирует у студентов с потребностью в физиологическом комфорте. При этом потребность в самоуважении, престиже, одобрении также отрицательно коррелирует с потребностью в физиологическом комфорте.

Таким образом, потребности в самовыражении, самореализации, самоуважении, престиже, одобрении активизируют волевые усилия человека настолько, что он способен отказаться от физиологического комфорта ради достижения своих целей.

Это позволяет определить в рамках психологического сопровождения студентов следующие важные направления работы: психологическое просвещение (семинары, конференции, круглые столы, мастер-классы) по проблемам, сопряженным с самореализацией, самоактуализацией, развития волевой сферы и т. д.; индивидуальное и групповое консультирование и психотерапия по экзистенциальным проблемам (проблемы экзистенциального выбора, самореализации, свободы и ответственности, духовных поисков, смысла и бессмысленности и т. д.).