

Иванова Мария Владимировна, педагог-психолог,
ФГКОУ «Екатеринбургское суворовское военное училище»
Министерства обороны Российской Федерации, г. Екатеринбург
Ivanova Maria Vladimirovna, educational psychologist,
FGKOU "Ekaterinburg Suworov Military School" of the Ministry
of Defense of the Russian Federation, Yekaterinburg

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ
ВОСПИТАННИКОВ СУВОРОВСКОГО ВОЕННОГО УЧИЛИЩА
PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE ADAPTATION PROCESS
OF PUPILS OF THE SUVOROV MILITARY SCHOOL**

Аннотация: В статье раскрывается авторский подход к понятию «психологическое сопровождение». Рассматриваются психологические особенности подросткового возраста, а также методы и основные направления работы с обучающимися в период адаптации к новой образовательной среде.

Abstract: The article reveals the author's approach to the concept of "psychological support". The psychological features of adolescence are considered, as well as methods and main directions of work with students during the period of adaptation to a new educational environment.

Ключевые слова: подростки, сопровождение, психологическое сопровождение, образовательная среда, адаптация.

Keywords: teenagers, support, psychological support, educational environment, adaptation.

Психологическое сопровождение подростков в период адаптации требует особых подходов к его организации, учитывающих особенности возраста, требования образовательной среды, а также исходный уровень личностных показателей подростков.

Понимание особенностей протекания адаптационного процесса и личностных показателей, определяющих его эффективность, позволяет выстроить систему деятельности по психологическому обеспечению как условие успешного личностного развития и психологического благополучия подростков.

Под психологическим сопровождением мы подразумеваем систему профессиональной деятельности педагога-психолога, направленную на создание психолого-педагогических условий для эмоционального благополучия, успешного развития и адаптации подростков в новой образовательной среде.

Выбор методов сопровождения, в первую очередь, сопряжен с особенностями возраста. Подростковый возраст – период активного полового созревания, в связи с чем им свойственна эмоциональная неустойчивость, пик которой приходится на одиннадцать – тринадцать лет – время начала обучения в пятом классе. Подростки становятся более целеустремленными и настойчивыми, однако им характерна полярность свойств психики: целеустремленность и настойчивость в сочетании с импульсивностью и неустойчивостью; повышенная самоуверенность сменяется неуверенностью в себе; возвышенность чувств сменяется враждебностью и жестокостью, что делает их особенно уязвимыми и чувствительными. Следовательно, первостепенными задачами психологического сопровождения подростков, поступивших в 5-ый класс, становятся формирование навыков самоконтроля, саморегуляции (методы арт-терапии, дыхательная гимнастика, аутотренинги b lh/) и уверенного поведения (упражнения социально-психологического тренинга, дискуссионные методы), работа с самооценкой подростков, развитие самопринятия (технология конструктивного изменения адаптивного поведения), обучение основным способам самопознания, развитие рефлексии (арт-терапия, самонаблюдение).



Вместе с переходом на новую ступень образования (в пятый класс), подростки переживают период адаптации, связанный с поступлением в новое образовательное учреждение – суворовское училище, условия и требования которого резко отличаются от общеобразовательной школы. Это востребует правильно организованного психологического сопровождения, которое поможет подросткам адаптироваться к новым условиям обучения и войти в ту «зону развития», которая им пока не доступна (Овчарова Р.В., 2003).

Условия суворовского военного училища предъявляют ряд дополнительных требований не только к физической подготовке, но и коммуникативным способностям и личностным свойствам подростков [2]. Поэтому в период адаптации особенно важны направления психологического сопровождения, в аспекте развития коммуникативных навыков и умений подростков, необходимые и достаточные для успешной адаптации к обучению в училище.

При поступлении в училище подростки попадают в однополюсный коллектив обучения и развития. На первый план выходят вопросы казарменного быта и воинской дисциплины и необходимость подчинения младшим командирам, корпус которых формируется из сверстников. Равно как младшим командирам также необходимо адаптироваться к своему новому статусу и обязанностям. Младшие командиры обязаны неукоснительно выполнять указания офицеров-воспитателей и должны быть способны организовать сверстников. Необходимость адаптироваться к новой системе взаимоотношений со сверстниками, соблюдении субординации для некоторых подростков приводит к значительным затруднениям. Таким образом, подросткам необходимо заново освоить новые формы и формальные аспекты межличностного общения со сверстниками, педагогами. Помимо этого, у подростков появляется стремление к общению со сверстниками, как возрастная особенность, и потребность самоутвердиться в неформальных отношениях с ними [1].

Следовательно, среди первоочередных задач психологического сопровождения становится развитие коммуникативных способностей, обучение новым способам коммуникации, обеспечивающие эффективное взаимодействие и адекватное взаимопонимание между подростками в процессе общения и выполнения совместной деятельности, а также с педагогами училища и приводящие к успешной адаптации.

Наиболее эффективными формами организации групповой работы, способствующие развитию коммуникативных способностей подростков, являются социально-психологический тренинг и занятия с элементами тренинга, как одни из форм активного обучения. В ходе социально-психологических тренингов и развивающих занятий реализуются интенсивные групповые технологии и техники групповой работы, такие как кейс-методы, метод групповой дискуссии, ситуационно-ролевые игры и пр. Эти методы основываются на идее группового взаимодействия и эффективной, оперативной обратной связи между участниками, тем самым способствуют развитию коммуникативных навыков подростков, эффективному групповому взаимодействию и сплочению коллектива.

В ходе эмпирического исследования, с помощью измерения, мы установили профиль личностных черт подростков, согласно которому определен исходный уровень выраженности показателей адаптации подростков на начало обучения в училище. Установлен высокий уровень принятия себя, внутреннего комфорта и позитивного самоощущения подростков. Выявлена высокая готовность подростков к изменению способов взаимодействия с новой средой, а также высокий уровень принятия окружающих. Подросткам свойственны уравновешенность, оптимизм, уверенность в себе, спокойствие и стабильность эмоциональной сферы, хорошая подготовленность к успешному выполнению учебных требований. Они обладают хорошими коммуникативными способностями и достаточным уровнем самостоятельности, умеренным стремлением влиять на других, в сочетании с уступчивостью и податливостью к внешнему влиянию.



Исходя, из этого одной из задач психологического сопровождения подростков является создание условий, для обеспечения сохранности (или создание условий, для нивелирования влияния среды СВУ) высокого уровня выраженности личностных показателей, способствующие адаптации подростков.

Также, в ходе эмпирического исследования, мы выделили круг личностных показателей подростков, которые способствуют их успешной социально-психологической адаптации, а именно: принятия себя, смелость и общительность, эмоциональная устойчивость, ощущение эмоционального комфорта. Следовательно, при организации психологического сопровождения необходимо создать психологические условия, с помощью оптимальных форм и методов групповой психологической работы, позволяющие воздействовать именно эти показатели.

В качестве активных методов групповой психологической работы необходимо использовать: кейс-технология, метод групповой дискуссии, беседы, игровые методы (ситуационно-ролевые игры), методы арт-терапии, самодиагностика, самонаблюдение, психологические игры, упражнения, метафорические истории и притчи и др.

Данные методы и техники позволяют работать над развитием коммуникативных навыков и умений, социальной активности, групповой сплоченности, позволяют работать с тревожностью и излишним волнением, возникающим в процессе адаптации, способствуют стабилизации эмоциональной сферы подростков.

Список литературы:

1. Анцибор, Ю.А. Профессиональная деятельность педагога-психолога по психологическому сопровождению адаптации воспитанников в суворовских военных училищах: диссертация... кандидата психол.наук: 19.00.03 / Анцибор Ю.А; Твер. гос. ун-т. – Тверь, 2016. – 271 с.: ил.
2. Кравченко, Ю.В. Особенности процесса адаптации подростков к условиям обучения в общеобразовательных военных учебных заведениях: автореферат дис.... кандидата психол. наук: 19.00.07 / Кравченко Ю.В.; Ленингр. гос. обл. ун-т им. А. С. Пушкина. – Санкт-Петербург, 2006. – 24 с.

