

4. Шапкин С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований // Психол. журн. 1999. – С. 86–103.
5. Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Психология внимания. – М.: Тривола, 1995. – 347 с.

УЧАСТИЕ ВО ВНЕУЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ К ВУЗУ

PARTICIPATION IN EXTRA-CURRICULAR ACTIVITIES AS A FACTOR OF ADAPTATION THE UNIVERSITY

Тихомирова Е.В., Мозголина А.А.
Tihomirova E.V., Mozgolina A.A.

Аннотация. Статья посвящена внеучебной деятельности высшего учебного заведения, которая нацелена на саморазвитие, самоорганизацию каждого участника образовательного процесса, способствует актуализации им собственных адаптивных возможностей. Авторы анализируют полученные результаты исследования, сравнивая студентов-первокурсников с разной степенью вовлеченности во внеучебную деятельность ВУЗа по показателям адаптивности и самоэффективности.

Ключевые слова: самоорганизация, адаптация, ресурс, совладание, самоэффективность

Abstract. The article is devoted to extracurricular activities of higher education institutions, aimed at self-development, self-organization of each participant in the educational process, helps to actualize their own adaptive capacity. The authors analyze the results of a study comparing first-year students with different degrees of involvement in extra-curricular activities of the University in terms of adaptability and self-efficacy.

Keywords: self-organization, adaptation, resource, coping, self-efficacy

Изменения в жизни общества современной России влекут за собой ряд проблем, затронувших молодежь. Сегодня актуализируется оптимизация воспитательного пространства высшей школы, которая в числе первостепенных задач ставит формирование общей культуры личности, адаптации взрослеющего человека к жизни в демократическом обществе, в котором важными ценностями являются стремление к достижениям, первенству и самоэффективности. Незаменимым средством воспитания и становления личности студентов является внеучебная воспитательная работа.

Исследуя данную тему, мы пришли к следующей гипотезе о том, что воспитательная работа в высшем учебном заведении, нацеленная на саморазвитие, самоорганизацию каждого участника образовательного процесса, способствует актуализации им собственных адаптивных возможностей. По данным многочисленных исследований (С.Н. Михневич, В.А. Павлова, Ф.И. Перегудов, Ф.П. Тараненко, Е.И. Рабина и др.), студент, обладающий навыками самоорганизации, становится активным субъектом студенческой

жизнедеятельности, демонстрирует гибкость и психологическую подготовленность при решении учебных, профессиональных, коммуникативных задач [1].

Испытуемыми в проведенном нами исследовании в феврале 2014 года были студенты 1 курса Костромского государственного университета имени Н. А. Некрасова Института педагогики и психологии в количестве 32 человек. Для разделения испытуемых на активно участвующих и не принимающих активного участия во внеучебной деятельности ВУЗа была проведена экспертная оценка. В результате исследования было выявлено, что первокурсники, принимающие активное участие во внеучебной деятельности, лучше справляются с адаптивными трудностями, чем иные первокурсники. Они отличаются устойчивостью к новой обстановке ($U = 2,14$ при $p\text{-level} < 0,01$). У них не возникает трудностей с учебной деятельностью ($U = 2,96$ при $p\text{-level} < 0,00$), в общении со студентами других курсов, специальностей курсов ($U = 2,96$ при $p\text{-level} < 0,00$) и преподавателями ($U = 3,45$ при $p\text{-level} < 0,00$). Это объясняется более высоким уровнем самоорганизации ($U = 66,5$ при $p\text{-level} \leq 0.05$). Они могут полностью организовать собственную деятельность без каких-либо особых трудностей. Данные студенты, занимая активную позицию в стенах института, способны проявлять четкое планирование своей жизни, своих дел на день, неделю, месяц, год, так и на перспективу ($U = 73,5$ при $p\text{-level} \leq 0.05$). Они способны рационально использовать свои силы и свое время, что в свою очередь объясняет высокую степень самоэффективности данных студентов в разных видах деятельности. Это подтверждается и результатами, полученными при исследовании способов совладания с трудными жизненными ситуациями у студентов. Первокурсники, активно принимающие участие во внеучебной деятельности, при преодолении трудностей выбирают стратегию планирования решения проблемы ($U = 77$ при $p\text{-level} \leq 0.05$). Они преодолевают проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов.

Итак, проведенное на данном этапе исследование позволяет сделать следующий вывод: первокурсники, активно принимающие участие во внеучебной деятельности, отличаются от первокурсников, не принимающих активного участия во внеучебной деятельности, развитием их самоорганизации во внеучебной деятельности. У первокурсников, активно участвующих в данной деятельности, выше согласованность между студентами их группы. Вовлеченные в данный вид деятельности студенты лучше справляются с адаптивными трудностями, отличаются устойчивостью к новой обстановке.

Литература

1. Беликова Л.Ф. Отношение студентов к внеучебной деятельности ВУЗов / Л.Ф.Беликова // Социологические исследования. – 2000. – № 6. – С. 51–58.