Атаманчук Н. М. Адаптація студентів до навчання у закладі вищої освіти : ресурс арт-технік / Н. М. Атаманчук // «Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи»: зб. Матеріалів ХХVIІІ Міжнарод. наук. практ. інтернет-конф., 25 вересня 2020 р. – Переяслав, 2020. – Вип. 28.

**Атаманчук Ніна Михайлівна**

Полтава, Україна

**Секція (Психологія)**

**АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ : РЕСУРС АРТ-ТЕХНІК**

*Анотація.* У статті подано характеристику арт-технік як дієвого засобу роботи з студентською молоддю. Схарактеризовано доречність використання арт-технік з метою підвищення адаптивності студента-першокурсника у новому освітньому середовищі; подолання тривожності; покращення стосунків з одногрупниками.

*Ключові слова:* адаптація, студент, навчання, арт-техніки, заклад вищої освіти.

*Annotation.* The article describes the art techniques as an effective means of working with student youth. The appropriateness of the use of art techniques in order to increase the adaptability of the first-year student in the new educational environment is characterized; overcoming anxiety; improving relationships with classmates.

*Key words:* adaptation, student, education, art techniques, higher education institution.

Адаптація студентів до навчання у ЗВО є складним процесом, який починається на першому курсі та триває протягом усього періоду навчання. Дослідження науковців свідчать, що чим успішніше студент адаптується до нових соціальних умов, колективу, його норм та цінностей, тим більше в нього можливостей накопичити досвід для подальшої професійної діяльності, що, в свою чергу пов’язано з наступним етапом адаптації. Виникнення тих чи інших ускладнень у процесі адаптації першокурсників може суттєво впливати як на їх навчальну діяльність, так і на соматичний та психоемоційний стан.

Під адаптацією до навчання у ЗВО ми розуміємо процес входження особистості у сукупність нових ролей та форм діяльності, які визначають вироблення оптимального режиму функціонування особистості у навчальному середовищі.

Арт-техніки є дієвим засобом роботи з студентською молоддю. Адже основою арт-технік є мистецтво – діяльність, що розкриває дійсність у конкретно-чуттєвих образах. Так, наприклад, спогади минулого, певні страхи, конфліктні ситуації розкриваються в художніх образах. Використання арт-технік сприяє вираженню емоцій, почуттів, розкриттю творчого потенціалу, розвитку навичок роботи у колективі. Тому арт-техніки можуть активно використовуватися фахівцями в освітньому просторі [2, c. 267].

Переконані, застосування арт-технік в освіті дає змогу адаптувати найбільш відомі естетотехніки до проблем молоді, сприяє зниженню втоми, ліквідує негативні емоційні стани та їх прояви, спирається на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції, розвиває почуття внутрішнього контролю [1, c.19].

Арт-техніки використовуємо в груповій роботі під час занять з дисципліни «Психологія». Тематика казок та малюнків: «Найцікавіше, найпривабливіше у ЗВО», «Моє студентське життя», «Навчання і знання у моєму житті», «Я на занятті в університеті», «Щоб я змінив/змінила в університеті», «Моє психічне життя», «Мої спонуки до навчання», «Мета мого життя» тощо.

Виходимо з таких науково-теоретичних положень про функції арт-техніки: регулятивне – зняття психічного напруження, моделювання позитивного психоемоційного стану; комунікативно-рефлексивне – корекція спілкування, міжособистісної поведінки, самооцінки; коригувальне – психологічна корекція проблем в навчанні.

Нами розроблено програму роботи щодо успішної адаптації студентів-першокурсників до навчання у ЗВО.

*«Адаптація студента-першокурсника до навчання у ЗВО»*

*Мета:* підвищення адаптивності студента-першокурсника у новому освітньому середовищі; подолання тривожності; покращення стосунків з одногрупниками.

*Завдання:*

1.Вирішити наявні проблеми.

2. Можливість знизити прояв агресії та негативних емоцій.

3. Допомога у встановленні соціальних контактів.

*Цільова аудиторія* – студенти-першокурсники.

*Термін реалізації*– 1 семестр

*Очікуваний результат:*позбавлення комунікативного барє'ру; можливість вільного самовираження та самопізнання; підвищення адаптаційних здібностей, зниження втоми та напруги; утворення позитивного емоційного настрою.

*Напрями роботи щодо успішної адаптації студентів-першокурсників до навчання у ЗВО*

|  |  |
| --- | --- |
| *Казко-техніка* | |
| *Мета:* Усвідомлення свого «Я», гармонізація особистості через розвиток самопізнання, самовираження, знаходження ресурсу вирішення проблем. | *Форми роботи:* 1. Самостійне створення казки. 2. Колективне створення казки. 3. Аналіз та обговорення творчого продукту. 4. Дописування казок. |
| *Ізо-техніка* | |
| *Мета:*Усвідомлення свого «Я»,Гармонізація особистості через розвиток самопізнання, самовираження, знаходження ресурсу вирішення проблем | *Форми роботи:*1.Самостійне створення малюнка. 2. Колективне створення малюнка. 3. Аналіз та обговорення творчого продукту. 4. Доповнення малюнка. |

Таким чином, арт-техніки – є дієвим методом психологічної роботи, який підвищує адаптаційні здатності студентів-першокурсників до навчання у ЗВО, знижує втому, ліквідує негативні емоційні стани та їх прояви, пов’язані з навчанням, спирається на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції, розвиває почуття внутрішнього контролю.

бар’єри у спілкуванні, виражати почуття мовою мистецтва.

При всіх труднощах, ускладненнях в адаптаційний до навчання у ЗВО період викладачі можуть використовувати на заняттях зі студентами арт-техніки з метою зближення, взаємної довіри і доброзичливості, гармонійного розвитку особистості. Переконані, тільки на основі взаємного порозуміння між викладачем та студентом можна досягти успішної адаптації студентів-першокурсників до навчання у ЗВО.

**Список джерел і літератури:**

1. Атаманчук Н. М. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку із синдромом гіперактивності. *Психологічний часопис: збірник наукових праць / за ред. С.Д. Максименка. № 1 (11). Вип. 11.* Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, 2018. С.9-25.

2. Yalanska S., Atamanchuk N. Art-ecopsychopractice in the educational space. *Proceedings of the 1st International Scientific Conference Eastern European Conference of Management and Economics, May 24, 2019*. Ljubljana: Ljubljana School of Business, 2019. Р.266-269.