**Психологическая помощь в личностном развитии студента**

**Агапова И.А.**

Социально – психологическая служба является одним из структурных подразделений созданная для оказания комплексной психологической, педагогической и социальной помощи студентам, консультативной помощи всем участникам учебного процесса: администрации, педагогам, родителям по вопросам воспитания, обучения и развития студентов. Она содействует охране прав личности и гармонизации социальной сферы образовательного учреждения.

Социально – психологическая служба предназначена для координации усилий специалистов образовательного учреждения в обеспечении прогрессивного психического развития студентов, развития их способностей, склонностей, профилактике возможных отклонений в процессе получения образования.

Работа социально – психологической службы строится на трех аспектах:

научный - служба является теоретико – прикладным направлением возрастной психологии, изучающим закономерности формирования личности будущего специалиста в процессе профессиональной подготовки, а также применение определенных способов, средств и методов воздействия для целенаправленного формирования необходимых специалисту качеств, сообщения ему социально – психологических знаний.

прикладной – психологическое обеспечение процесса обучения, подготовки специалиста, организации воспитательного процесса, включая и рекомендации по составлению учебных программ, планов, созданию методических разработок, использованию дидактического материала.

практический – непосредственная работа психолога со студентами, преподавателями, родителями по решению конкретных проблем, применение профессионально грамотно известных и апробированных социальных и психологических методик исследования с учетом специфики учебного заведения, контингента студентов в образовательном учреждении.

Деятельность социально – психологической службы строится на строгом соблюдении Закона Российской Федерации «Об образовании», других международных и российских актов по обеспечению прав студентов, нормативными документами, регулирующими вопросы охраны труда, здравоохранения, профориентации, занятости обучающихся и их социальной защиты, Уставом образовательного учреждения и настоящим Положением.

Психологическое сопровождение студентов осуществляется в целях: психологического обеспечения свободного и гармоничного развития личности в современном обществе на всех этапах ее становления и самореализации; преодоления трудностей личностного роста, коррекции отклоняющегося поведения, устранения конфликтных ситуаций во взаимоотношениях. Рассматривая профессиональное развитие как непрерывный процесс самопроектирования личности были выделены три основные стадии психологической перестройки личности: самоопределение, самовыражение и самореализацию. Трансформировать модель адаптивного поведения в модель профессионального развития личности возможно с помощью психологического сопровождения, которое предполагает помощь в преобразовании мотивационной, интеллектуальной, аффективной и поведенческой структур личности.

Психологическое сопровождение — это социально-психологическая работа, проводимая психологической службой, направленная на активизацию личностных и социальных ресурсов, развитие адаптационного потенциала личности студентов на протяжении всего обучения.

 Адаптационный потенциал личности значительно влияет на процесс социально-психологической адаптации студентов к учебной деятельности.

Многие ситуации учебной деятельности становятся неразрешимыми для студентов в силу истощенности личностных ресурсов и адаптационных возможностей.

На протяжении начальных курсов складывается студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к избранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, устанавливается система работы по самообразованию и самовоспитанию профессионально значимых качеств личности.

Резкая ломка многолетнего привычного рабочего стереотипа иногда приводит к нервным срывам и стрессовым реакциям. По этой причине период адаптации, связанный с ломкой прежних стереотипов, может на первых порах обусловить и сравнительно низкую успеваемость, и трудности в общении. Знание индивидуально-психологических особенностей студента, на основе которого строится система включения его в новые виды деятельности и новый круг общения, дает возможность избежать дезадаптационного синдрома и обеспечить высокий уровень социально-психологической адаптации к учебной деятельности.

**Цели психологического сопровождения:**

создание комплекса условий, обеспечивающих психологический комфорт и успешность всех участников образовательного процесса;

научно-методическое обеспечение учебно-воспитательного процесса;

формирование социальной адаптации студентов.

**Задачи работы педагога-психолога:**

организовать психолого-педагогическую поддержку студентам;

проводить профилактику девиантного поведения студентов;

оказывать индивидуальную психологическую помощь;

определить критерии личностного развития студента с точки зрения личностно- ориентированного подхода в обучении и воспитании;

оказать помощь студентам в профессиональном самоопределении;

проводить профилактику употребления ПАВ, алкоголя, наркотиков среди студентов.

**Основные направления деятельности**

Психологическая профилактика. Данное направление решает следующие задачи:

изучение психологических условий обучения и развития личности абитуриентов, студентов, аспирантов; элиминирование неблагоприятных психологических факторов в образовательной среде;

обучение навыкам разработки схем индивидуальной жизнедеятельности;

подготовка юношей и девушек к осознанию и конструктивному моделированию тех сфер жизни, в которых они хотели бы реализовать свои способности и знания (семейные отношения, профессиональная карьера, творческая деятельность и др.);

развитие навыков снятия напряженности, повышенной тревожности и других неблагоприятных состояний, возникающих по причинам умственной и физической перегрузок, учебной дезадаптации, трудностей в общении;

своевременное предупреждение возможных нарушений психологического здоровья студентов.

Психологическая диагностика. В русле данного направления решаются следующие задачи:

получение своевременной информации об индивидуально-психологических особенностях студентов;

диагностика познавательных процессов, мотивации учебной деятельности;

отслеживание динамики процесса развития;

выявление интересов, способностей и склонностей студентов для обеспечения полноценного личностного и профессионального образования и самообразования;

определение причин нарушений в обучении и развитии.

Развивающая и психокоррекционная работа. Задачами данного направления являются:

активное воздействие психолога на ситуацию психического развития и становления личности студента с целью реализации возрастных и индивидуальных потенциальных возможностей;

обеспечение соответствия личностного развития студентов возрастным нормативам и социальным требованиям;

оказание помощи преподавателям в индивидуализации воспитания и обучения студентов;

индивидуальная помощь в случаях неуспеваемости;

коррекция случаев девиантного поведения.

Психологическое консультирование. Задачами данного направления являются:

консультирование студентов по широкому кругу вопросов, связанных с учением, развитием, личностным самоопределением, профессиональным выбором, взаимоотношениями с родителями и сверстниками;

консультирование администрации образовательного учреждения (деканат, кураторов), преподавателей, родителей (в случаях необходимости) по вопросам развития, обучения и воспитания студентов;

Психологическое просвещение. В русле данного направления решаются задачи:

приобщение студентов к психологическим знаниям;

формирования у студентов потребности в самопознании и саморазвитии;

расширение культурного пространства психологических знаний студентов.

Таким образом, создание психологической службы представляется значимым и необходимым условием для развития, саморазвития и самореализации личности. Сущность психологического сопровождения студентов заключается в оказании помощи, поддержки в принятии решения студентом в сложных жизненных ситуациях. Решение поставленных задач осуществляется психологической службой через основные направления психологической поддержки студентов:

психологическую поддержку процесса адаптации студентов в учебно-профессиональной деятельности;

психологическую поддержку процесса формирования профессиональной направленности и образа профессии;

психологическую поддержку профессионального и личностного развития.

Формами реализации психологической поддержки и помощи студентам выступают тренинговые и проблемные группы, взаимодействие в которых направлено на решение типичных проблем молодых людей, среди которых: адаптация к новой образовательной среде; преодоление субъективных и объективных трудностей в образовательном процессе.

В результате взаимодействия в этих группах формируется психологическая культура, педагогическая направленность, готовность принимать ответственность за профессиональное и личностное развитие, способность к осознанному адекватному поведению, эмоциональная гибкость, способность сохранять психологическое здоровье.

Итак, профессиональное развитие студентов будет более эффективным, если в рамках деятельности психологической службы будет реализована программа психологического сопровождения, направленная на повышение адаптационных возможностей личности, развитие коммуникативной компетентности, эмоциональной гибкости, креативности в процессе решения профессиональных задач, навыков саморегуляции эмоционально-волевой сферы.