

*Загурська І.С. Значення адаптаційного тренінгу для розвитку соціальних навичок у першокурсників // СУЧАСНІ ТРЕНІНГОВІ ТЕХНОЛОГІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ: ЕКО-ТРЕНІНГ [збірник тез доповідей VI Всеукраїнської науково-практичної конференції]. Відп. ред. В.Л. Злишков, Н.А. Харченко, С.О. Лукомська. Умань-Київ: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини; Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2021. С.26-27.*

*Загурська Інна Станіславівна  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка,  
м. Житомир*

## **ЗНАЧЕННЯ АДАПТАЦІЙНОГО ТРЕНІНГУ ДЛЯ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНИХ НАВИЧОК У ПЕРШОКУРСНИКІВ**

Освітньо-професійна програма підготовки психологів спрямована на досягнення основної мети: розвиток висококваліфікованих фахівців з активною громадянською позицією, інтегрованих в сучасний загальноєвропейський освітній простір, що забезпечує здатність адаптуватися до нових ситуацій та бути професійно мобільним відповідно до актуальних вимог і потреб ринку праці в умовах реформування різних соціальних галузей [1].

Стресостійкість, вміння працювати в команді, комунікабельність, розуміння дедлайнів, професійна мобільність – одні з найважливіших, актуальних соціальних навичок сучасних фахівців, які підвищують конкурентоздатність та є основою професійної успішності.

Так, за результатами дослідження Н.В. Тілікіної, М.О. Кримової виявлено, що творчість, багатозадачність та стресостійкість є одними з найважливіших навичок для сучасних роботодавців. Найбільшого вдосконалення потребують комунікабельність та ораторське мистецтво, вміння працювати в команді, аналітичне та системне мислення, осмислення і прийняття рішень [2]. К.О. Коваль також наголошує на першочерговості розвитку соціальних навичок

(soft skills) у студентів як основного показника конкурентоздатності на ринку праці [3].

З метою розвитку таких важливих соціальних навичок як *навички комунікації, працювати в команді, управляти своїм часом, розуміння важливості дедлайнів, здатність логічно і системно мислити*, було розроблено адаптаційний тренінг для першокурсників – майбутніх психологів.

Адаптаційний тренінг реалізовується в межах курсу «Вступ до спеціальності з основами професійної деонтології». Змістові блоки адаптаційного тренінгу розбиті за такими темами:

27

Тема 1. Ідентифікація з групою як важливий етап соціальної адаптації.

Тема 2. Співробітництво як основа адаптації.

Тема 3. Саморегуляція та майбутня професія.

Тема 4. Вміння планування часу як важливий адаптаційний ресурс.

У межах кожної теми передбачається декілька занять, які включають інтерактивні техніки та прийоми, що одночасно дозволяють розвивати виокремлені соціальні навички та адаптуватися до умов навчання у ЗВО. Такі форми роботи є прийнятними у ситуації соціальної адаптації та відмічаються студентами як такі, що знімають напругу перших тижнів навчання, а також сприяють створенню позитивного емоційного клімату в групі.

#### Література

1. Освітньо-професійна програма «Психологія» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Житомир. ЖДУ імені Івана Франка. 2020. URL: <https://eportfolio.zu.edu.ua/media/StudyProgram/357/pgrrun.pdf> (дата звернення: 26.03.2021)
2. Тілікіна Н. В., Кримова М.О. Навички XXI століття як умова виходу молоді на ринок праці. *Економічна наука*. 2020. №5-6. С.21-28.
3. Коваль К.О. Розвиток «soft skills» у студентів – один з важливіших чинників працевлаштування. *Вісник Вінницького політехнічного університету*. 2015. № 2. С. 162-167.