

Тема: Особенности адаптации учащихся и студентов 1 курса

1.1. Особенности адаптации на период 7-15 дней

Одна из важнейших задач колледжа – это работа с учащимися и студентами первого курса, направленная на более быструю и успешную их адаптацию к новой системе обучения и к новой системе социальных отношений.

«Адаптация – универсальное явление в жизни человека и живых существ вообще, выражающееся в процессе приспособления к новым изменившимся условиям. В отличие от животных, у которых адаптация выражается в рефлекторных изменениях функционирования организма (работа сердца, легких, органов пищеварения и т.д.) и неосознаваемых изменениях поведения на основе проб и ошибок, человек дополнительно обладает возможностью активной адаптации – сознательного изменения поведения и выбора, смены и создания собственной активностью нужных себе условий. От успеха адаптации зависит успех жизни и деятельность человека в новых условиях. Адаптация тем труднее и тем больше ее значение, чем больше различия между старыми и сменившимися их условиями» (Паршина Т.О., «Структурная модель социально-психологической адаптации человека», 2008 г., с. 101).

Известный психолог Е. В. Осипчукова выделяет в адаптации личности студента-первокурсника и соответственно учебной группы, в которую он входит, к новой для него социокультурной среде вуза следующие стадии:

- начальная стадия, когда индивид или группа осознают, как они должны вести себя в новой для них социальной среде, но еще не готовы признать и принять систему ценностей новой среды вуза и стремятся придерживаться прежней системы ценностей (обычно длится 7-15 дней);
- стадия терпимости, когда индивид, группа и новая среда проявляют взаимную терпимость к системам ценностей и образцам поведения друг друга (длится до 3 месяцев);
- аккомодация, т.е. признание и принятие индивидом основных элементов системы ценностей новой среды при одновременном признании некоторых ценностей индивида, группы новой социокультурной средой (обычно длится до 6-12 месяцев);
- ассимиляция, т.е. полное совпадение систем ценностей индивида, группы и среды (на протяжении 1-2 курса).

Выделяют три блока факторов, оказывающих влияние на адаптацию к обучению в высшем учебном заведении:

- ***психологические;***
- ***социологические;***
- ***педагогические.***

Психологические факторы: индивидуально-типологические, личностные особенности, интеллект, направленность личности учащегося, студента, ресурсный адаптационный потенциал, статус в группе.

Психолого-возрастные особенности учащихся и студентов на данный момент характеризуются эмоциональной незрелостью, открытостью, внушаемостью, самоидентификацией. Меняется самооценка: новая обстановка, новый режим, новые отношения, новая социальная роль, новый уровень отношений с родителями, иное отношение к себе. Идет переоценка ценностей: в связи с профессиональным самоопределением меняется иерархия ведущих потребностей, корректируются цели.

Социологические факторы: возраст обучающихся лиц, социальное положение, тип образовательного учреждения, которое они уже закончили.

Педагогические факторы: уровень педагогического мастерства, организация условий обучения, материально-техническая база и др.

Можно выделить разновидности **социальной, психологической и педагогической адаптации** обучающихся лиц:

- **Организационную адаптацию** – изучение учебного заведения и организационной среды в нем, требований и норм, внутреннее принятие и соответствующее построение своего организационного поведения;

- **Деятельностную** – определение ответственности, прав и действий на своем месте студента, обязанностей, требований, к качеству учебной деятельности.

- **Профессиональную** – понимание характера профессии, места специальности в общей системе, также стремление овладеть профессией – возникновение мотивации;

- **Социально-психологическую** – привыкание к студентам своей группы, налаживание деловых и личных доброжелательных отношений с ними, завоевание признания своей личности и, таким образом, самоутверждения в группе. Важным аспектом этого вида адаптации является налаживание отношения с преподавателями, администрацией;

- **Бытовую** – привыкание к рабочему режиму жизни, повышенным психологическим и умственным нагрузкам, решению вопросов питания, досуга, в том числе нередко и жилищных, особенно если студент иногородний.

1.2 Психолого-педагогическая поддержка учащихся и студентов в период адаптации

Процесс адаптации студентов к обучению многогранный.

Работу необходимо проводить **по разным направлениям:**

- организационно-ознакомительное – дать информацию о расположении кабинетов в колледже, общежитии, познакомиться с администрацией и структурой учебного заведения, общественными организациями и кружками и т.п.;
- организационное – предполагает создание оптимальных условий для каждого первокурсника в учебной группе, а с этой целью проведение последовательной работы куратора по становлению сплоченного коллектива с определенными правилами взаимодействия, традициями;
- социально-практическое – особенно эффективны встречи с успешными выпускниками колледжа;
- социально-правовое – предполагает знакомство с общественными структурами, защищающими их интересы в колледже;
- учебно-методические – знакомство с общей перспективой обучения, программами и направлениями подготовки;
- социально-психологическое - исследование индивидуально-личностных особенностей студентов, изучение лидерского потенциала, выделение актива группы, развитие коммуникативных и организаторских навыков, привлечение к активному участию в общественных организациях, в органах самоуправления, в кружковой работе и т.д. (Иванкина Л.И., Раточка Л.А., Солодовникова О.М. Как помочь первокурснику стать студентом. Методическое пособие и психологический практикум куратора, 2007. С. 3-5).

В период адаптации студенты остро нуждаются в поддержке. Оказать психологическую поддержку студенту, находящемуся в затруднительном положении, означает:

- Снять беспокойство, успокоить для того, чтобы человек смог анализировать и правильно оценить сложившуюся ситуацию, но это возможно лишь после того, как он справится со своими переживаниями;
- Доверительный разговор о проблемах студента. В ходе разговора недопустимо использовать запугивание и оскорбления, провоцирующие к большему намерению действовать деструктивным образом;
- Не подавлять – ни силой, ни авторитетом, ни знаниями, ни умениями, ни возрастом. Нужно показать студенту, что куратор вместе с ним, а не против него;
- Ориентироваться на возможности студента;
- В отношениях со студентом, куратор должен стараться не навредить ему.

- Использовать критику только по отношению к действиям, способам выполнения задания, а не применять ее к личности. Сфера поведения, суждений, отношений - это личностная сфера;

- В ходе разговора, педагог, должен уметь снимать ощущение безысходности, используя для этого приемы планирования, или побуждение к словесному оформлению и проговариванию планов предстоящих действий;

- При беседе, куратор должен показать, что он в состоянии помочь студенту.

(Иванкина Л.И., Раточка Л.А., Солодовникова О.М. Как помочь первокурснику стать студентом. Методическое пособие и психологический практикум куратора, 2007. С. 6-9).

От успешности адаптации студента к образовательной среде вуза во многом зависят дальнейшая профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста.