

Адаптация студентов-первокурсников к обучению в техникуме



ГБПОУ Нижегородский
строительный техникум
Педагог-психолог
Иванова Елена Борисовна

Адаптация первокурсников – это сложный процесс приспособления к новым условиям учебной деятельности и общения. Период адаптации дает возможность осуществить проверку социально-психологической подготовки учащихся к обучению, спрогнозировать возможность их дальнейшего продвижения и развития.

Процесс адаптации первокурсника идет ступенчато:

приспособление
к новой системе
обучения

приспособление
к изменению
учебного режима

обучение в новом
коллективе

Диагностика на предмет адаптации

- ▶ На сегодняшний день 453 первокурсников В диагностике участвовали
- ▶ Диаграмма
- ▶ 1. Методика изучения мотивации обучени старшекласников
- ▶ М.И.Лукьянова, Н.В.Калинина.

Методика: Анкета «Как определить состояние психологического климата в классе» Федоренко Л.Г.

- ▶ В целом в классе удовлетворительная атмосфера, у 10 учащихся преобладают подавленное настроение, пессимизм, наблюдаются конфликтность, агрессивность, антипатии ребят друг к другу. У 7 человек детей существуют нормы справедливого и уважительного отношения ко всем его членам, здесь многие поддерживают слабых, выступают в их защиту. Они ценят такие черты личности как ответственность, честность, трудолюбие и бескорыстие.



Диагностика на предмет адаптации

1. Методика изучения мотивации обучени старшекласников М.И.Лукьянова, Н.В.Калинина.

- 1. Обучение в школе и знания необходимы мне для...**
- 2. Я бы не учился, если бы...**

В процессе адаптации студентов-первокурсников к обучению в техникуме выявляются следующие трудности:

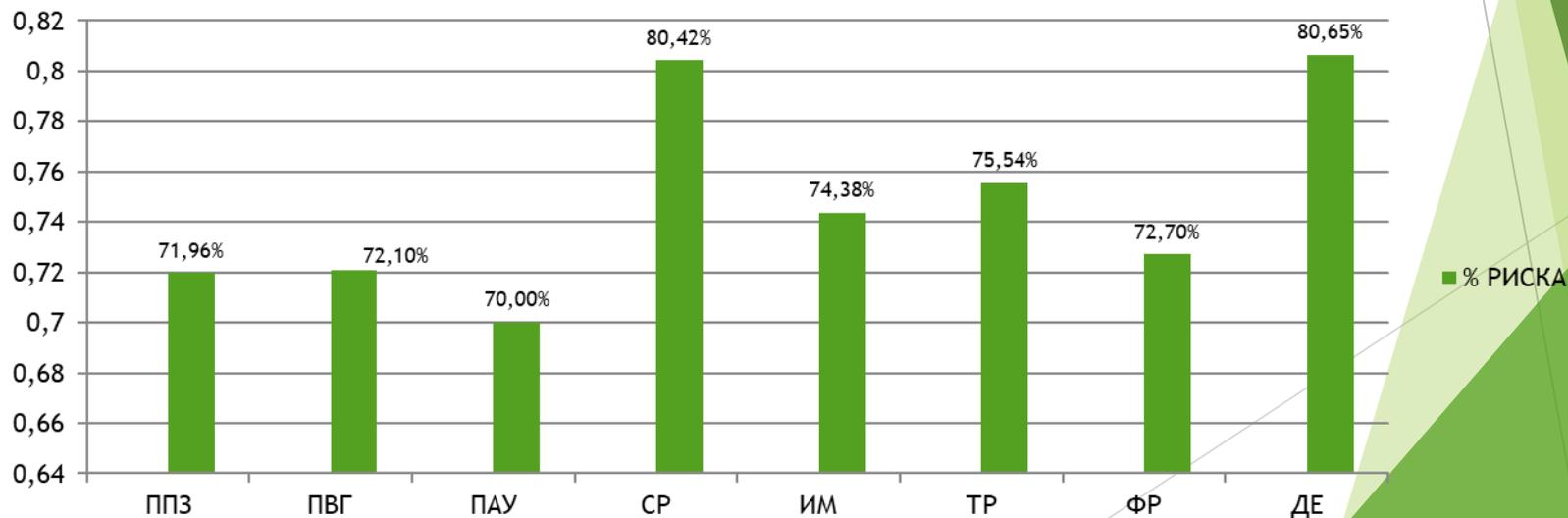
1. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии;
2. Выбор оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
3. Боязнь публичных выступлений перед своими однокурсниками и преподавателями;
4. Социально-экономические проблемы у иногородних студентов: обеспечение себя жильем и финансовыми средствами, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких

Педагогическая характеристика первокурсников на по результатам СПТ

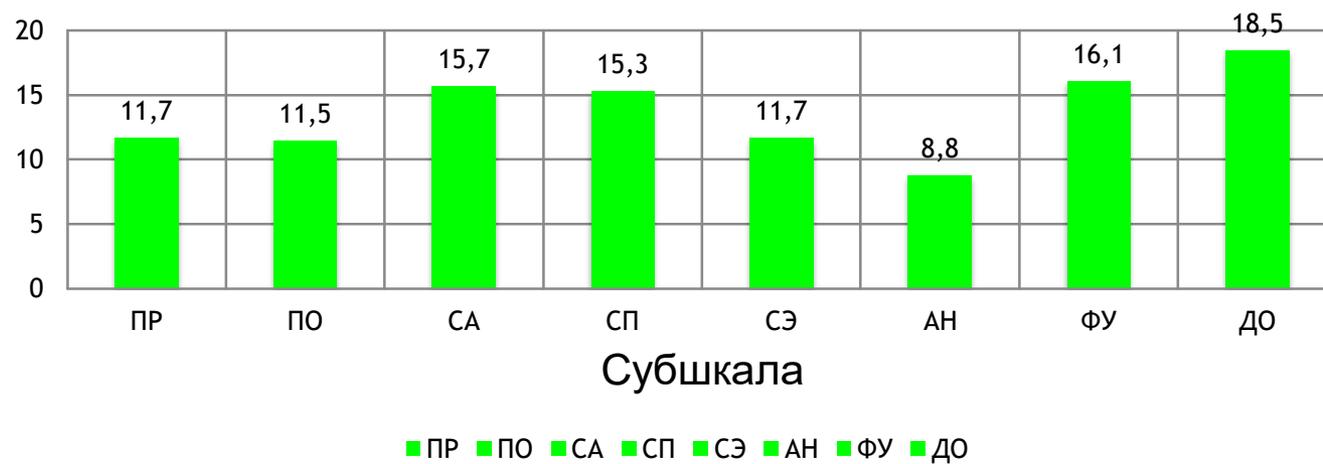
Факторы риска – факторы, повышающие вероятность дебюта аддиктивных форм поведения или закрепляющие и поддерживающие паттерны поведения, характерные для различных форм рискованного поведения.

Факторы риска

	ППЗ		ПВГ		ПАУ		СР		ИМ		ТР		ФР		ДЕ	
Высокий уровень, чел %	7	1,5	9	1,9	6	1,3	12	2,6	0	0	16	3,5	7	1,5	1	0,22



Факторы защиты



Факторы защиты

	ПР		ПО		СА		СП		СЭ		АН		ФУ		ДО	
Низкий уровень, чел	53	11,7	52	11,5	71	15,7	69	15,3	53	11,7	40	8, 8	73	16,1	84	18,5

Рассмотрение процесса адаптации студентов к обучению в техникуме должно включать ряд аспектов:

1. психолого-педагогический (связанный с приспособлением студентов к новой дидактической системе, принципиально отличающейся от форм и методов школы);
2. социально-психологический (имеющий связь с усвоением учащимися социальных норм, установлением и поддержанием социального статуса в новом коллективе);
3. мотивационно-личностный (определяющий формирование позитивных учебных мотивов и личностных качеств);
4. психофизический (предполагающий приспособление функций и реакций организма к требованиям новой среды).

Процесс адаптации длительный и не всегда успешный, и у значительной части студентов первого года обучения возникают проблемы с адаптацией, что связано:

- с личностными качествами самих студентов;
- отсутствием навыков к самостоятельной учебной деятельности;
- несформированностью профессионального самоопределения.

В понятие адаптации входит:

- мотивация учения и профессионального самоопределения;
- самостоятельность умственного труда;
- ценностные предпочтения;
- отношения с преподавателями и одногруппниками.

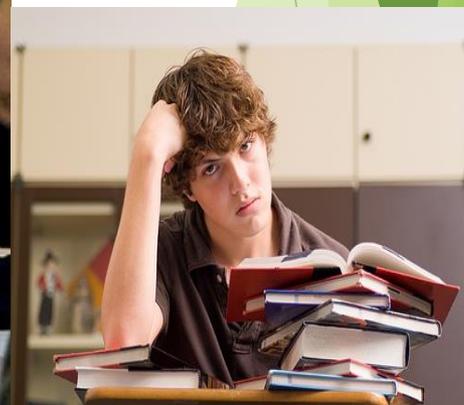
Основными задачами по содействию адаптации первокурсников к профессиональной образовательной среде техникума считаются:

1. Подготовка первокурсников к новым условиям обучения.
2. Установление и поддержание социального статуса первокурсников в новом коллективе.
3. Формирование у первокурсников позитивных учебных мотивов.
4. Предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой.

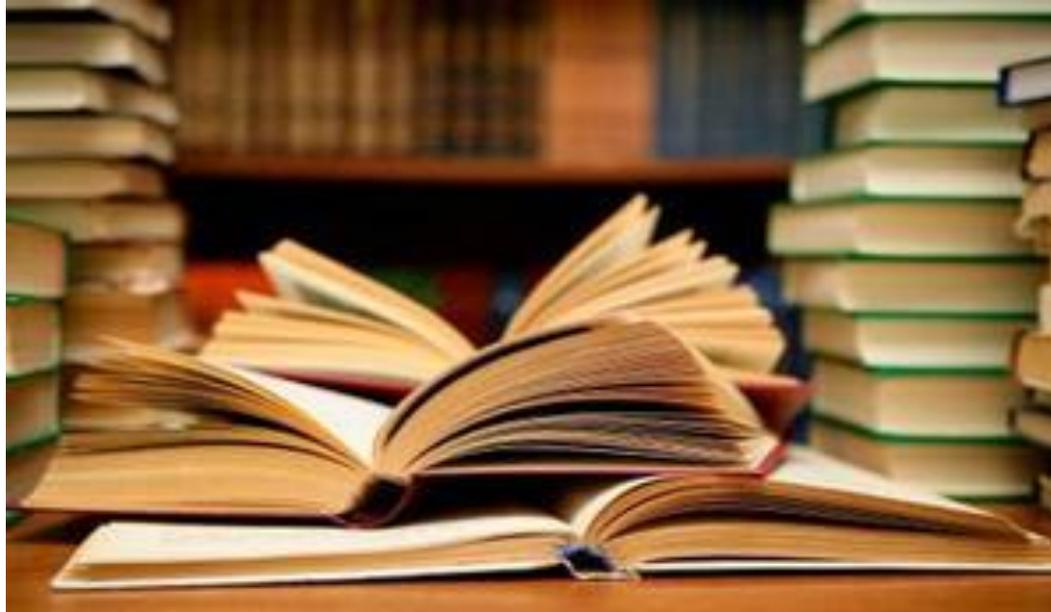
Психологические особенности ранней юности

Юношеский возраст – этап формирования собственного мировоззрения, принятия ответственных решений, этап человеческой близости, когда ценности дружбы, любви, интимной близости могут быть первостепенными. Для юношества свойственны - максимализм мышления: разрабатывая свои теории, юноша ведет себя так, как если бы мир должен был подчиняться его теориям, а не теории действительности; стремление к самоутверждению, независимости, оригинальности, пренебрежение к советам старших, критиканство, проявление недоверия, отсутствие подлинной самостоятельности, повышенная внушаемость, происходит существенная перестройка эмоциональной сферы.

Адаптация к новым условиям проходит для одних спокойно, для других болезненно. И с этим нужно считаться преподавателю при изучении личностных качеств первокурсника. Становление личности первокурсника выражается не только в приспособлении организма к новым условиям, но и в выработке новых способов поведения, позволяющих справляться с трудностями и овладевать учебной и общественной деятельностью.



Преподаватель в своих наблюдениях за студентами может самостоятельно определять уровень адаптации первокурсника, если знает признаки адаптированности:



Высокий уровень адаптации:

- студент положительно относится к колледжу, предъявленные требования воспринимает адекватно;
- учебный материал усваивает легко;
- глубоко и полно овладевает программным материалом;
- прилежен, внимательно слушает указания и объяснения преподавателей;
- выполняет поручения без внешнего контроля;
- проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе, готовится ко всем занятиям;
- общественные поручения выполняет охотно и добросовестно;
- занимает в группе благоприятное статусное положение.

Средний уровень адаптации:

- студент положительно относится к колледжу, посещение не вызывает отрицательных переживаний;
- понимает учебный материал, если преподаватель излагает его подробно и наглядно;
- усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи;
- сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний старших, но, при его контроле;
- бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным;
- почти всегда выполняет домашние задания;
- общественные поручения выполняет добросовестно;
- дружит со многими одноклассниками.

Низкий уровень адаптации:

- студент равнодушно или отрицательно относится к колледжу;
- нередко жалобы на здоровье;
- преобладает подавленное настроение;
- наблюдаются нарушения дисциплины;
- учебный материал усваивается фрагментарно;
- затруднена самостоятельная работа, нет интереса к ее выполнению;
- домашние задания выполняет нерегулярно, необходим постоянный контроль;
- общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен;
- близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одногруппников.

Решение проблем адаптационного периода требует от каждого преподавателя и всего педагогического коллектива большой мобилизации сил, постоянного совершенствования организационно-психологической и воспитательной работы со студентами.

Адаптационный период и его особенности существенно определяют в дальнейшем морально-психологическое самочувствие первокурсников, их дисциплинированность, отношение к учебе, активность жизненной позиции.

Рекомендации преподавателям по адаптации первокурсников

- На первых занятиях ознакомить с системой обучения в колледже и требованиями к знаниям.
- Провести беседу о правильном слушании лекции.
- Учить студентов правильно работать с книгой, методическими пособиями.
- Учитывать индивидуальный подход к студенту при опросе с учетом психологических и возрастных особенностей.
- Скорректировать количество домашнего задания и письменных работ по требованиям программ.
- Использовать способы воздействия на мотивационную сферу студента: проблемное обучение, приемы активизации, общение, разнообразные педагогические технологии, компьютерное обучение.
- Проводить менее стрессогенный опрос: письменный, текстовый или групповой.
- Уделять внимание беседам о нравственности, самовоспитании, об организации режима дня, профилактике заболеваний.
- Всячески предупреждать повышение тревожности у студентов.
- Применять такие формы и методы обучения, которые позволили бы студентам эффективно общаться с целью скорейшей адаптации.

Особая роль в адаптации первокурсников принадлежит родителям. Основная задача родителей заключается в том, чтобы помочь студентам нового набора органично вписаться в образовательный процесс, сохранив при этом целостность и уникальность личности, способной к самореализации, самоконтролю, самопознанию.



Советы родителям на каждый день

- Говорить сыну (дочери): «Людям должно быть с тобой легко» - не бойтесь повторять это.
- Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помиритесь, а потом идите по своим делам.
- Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому; возвращаясь, домой, не забывайте сказать: «А все – таки, как хорошо у нас дома!»
- Внушайте ребенку давно известную формулу психического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других».
- В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно неправы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.
- Если у вас есть возможность дойти до техникума вместе с ребенком, не упускайте ее. Совместная дорога – это совместное общение, ненавязчивые советы.
- Научитесь встречать ребенка после занятий. Не стоит первым задавать вопрос, «Какие оценки ты сегодня получил?», лучше задавать контрольные вопросы: «Что было интересного сегодня?», «Чем сегодня занимались?», «Как дела в техникуме?».
- Не раздражайтесь в момент его временных неудач.
- Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.
- Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.

Для того чтобы, процесс адаптации проходил менее болезненно, следует следить за тем, чтобы ваш ребенок:

- Соблюдал режим дня: лег спать не позднее 23 часов.
- Правильно организовал свой быт, с меньшими затратами времени.
- Находился на свежем воздухе не менее 2 часов в день. Это улучшает самочувствие.
- Занимался физкультурой.
- Поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену.
- Учился больше работать самостоятельно.
- Поддерживайте постоянную связь с преподавателями, классным руководителем.

Для того чтобы поддержать первокурсника, необходимо:

- Избегать подчеркивать промахи молодого человека.
- Опирается на сильные стороны ребенка.
- Показывать, что вы удовлетворены ребенком.
- Уметь демонстрировать любовь и уважение к ребенку.
- Вместить юмор во взаимоотношения с ребенком.
- Знать обо всех попытках справиться с заданием.
- Уметь взаимодействовать с ребенком
- Принимать индивидуальность ребенка.
- Проявлять веру в ребенка.
- Демонстрировать оптимизм.

Анализ процесса адаптации первокурсников показывает, что перед ними стоит ряд задач:

принятие позиции – студент, формирование межличностных отношений, поиск жизненного смысла и мотивации учения; самопознание и саморегуляция, формирование представления о себе, формирование стиля поведения с учетом половозрастных особенностей.

Одним из важных факторов обучения в период адаптации является учет психологических особенностей личности учащегося. Каждый человек – единственный и неповторимый в своей индивидуальности: своеобразие ощущений, восприятия, памяти, внимания, способностей, направленности, темперамента, характера личности.

