**Бахритдинова Дарья Сергеевна**

преподаватель ОГАПОУ «Старооскольский

техникум технологий и дизайна»

преподаватель; Старый Оскол (Россия)

**Адаптация первокурсников в техникуме.**

 Процесс адаптации первокурсника идет ступенчато:

В процессе адаптации студентов-первокурсников к обучению в колледже 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, незнание города, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких.

Самое главное, что именно на первом курсе формируется «Студент», закладывается фундамент на последующие годы.

При этом проводится ряд мероприятий, которых условно можно разделить на 2 этапа по семестрам:

|  |  |
| --- | --- |
| 1 этап-1 семестр | 2 этап-2 семестр |
| Оценка соматического и психологического статуса первокурсников. | Использование полученной информации для проведения внеклассных мероприятий, которые помогли бы предотвратить возникновение проблемных ситуаций в учебном процессе. |
| Информирование об условиях, организации и содержании учебной деятельности в колледже |
| Выработка рекомендаций и разработка индивидуальных программ для  адаптации первокурсников в новой образовательной среде. |

  На первом, профилактическом, этапе работа проводится и студентами  и их родителями. Со студентами проводятся:

- беседы, лекции знакомства с целью скорейшего формирования сплочения учебных групп;

-тренинги, упражнения, игры с целью сплочения коллектива группы;

- диагностические исследования с целью выявления проблем в развитии психических процессов;

- посещение уроков с целью выявления проблем в организации коллективов и адаптации первокурсников к учебному процессу.

 Для родителей проводятся общеколледжные и групповые родительские собрания.

**Виды адаптации студентов-первокурсников в колледже и вузе**

Психологи выделяют целую систему адаптации первокурсников. Она бывает четырех видов:

1. Организационная. Этот вид адаптации предполагает изменение условий обучения и жизни, режима дня, методов преподавания, правил поведения в учебном заведении, повышенную нагрузку. Такой вид адаптации проходит нелегко. Потому что студенческая жизнь совсем не похожа на школьную. Со временем, когда студент привык к новому расписанию, преподавателям, окружению, организационная адаптация отходит на второй план.
2. Деятельностная. Этот вид адаптации проходит параллельно с организационной. Во время деятельностной адаптации студент знакомится с новыми предметами, привыкает к новому статусу (студент), усваивает свои новые права и обязанности.
3. Профессиональная. Обычно, такой вид адаптации начинается у студентов во время прохождения [производственной](https://zaochnik.ru/blog/otchet-po-proizvodstvennoj-praktike-tseli-i-zadachi/) и [преддипломной практики](https://zaochnik.ru/blog/oformlenie-otcheta-po-preddiplomnoj-praktike-poslednij-shag-pered-zashhitoj-diploma/). Студент изучает свое выбранное направление изнутри, а не только в теории. Знакомится со своими обязанностями, ответственностью, повседневными задачами. Первокурсники проходят этот вид адаптации формально, когда на занятиях рассказывают, чем им предстоит заниматься.
4. Социально-психологическая. Психологи говорят, что это самый трудный вид адаптации. Иногда даже специалист не может предугадать, как поведет себя конкретный человек в период адаптации к новым условиям. Социальная и психологическая адаптация первокурсников предполагает установление новых личных и деловых связей, завоевание доверия и расположения со стороны студентов и преподавателей.

**На адаптацию первокурсников влияют определенные факторы.**

**Социологические факторы:**

К социологическим факторам можно отнести возраст, социальное положение, образование.

С возрастом адаптация проходит и воспринимается легче. Молодые люди часто амбициозны, и принять новый уклад жизни сложнее. Из-за яркого и непокорного характера они могут проявлять недовольство и сопротивление новому режиму.

**Педагогические факторы**

Адаптация первокурсников в колледже или университете во многом зависит от преподавателей. От отношения к студентам и требований, которые преподаватели им предъявляют, зависит мотивация и заинтересованность студентов.

Конечно, главным в адаптации остается личность студента, его способности, умение и желание приспосабливаться к новым условиям, но как показывает опыт работы в нашей психологической службе, проведенные мероприятия позволяют установить комфортный микроклимат в группах, повысить учебную мотивацию и положительное отношение к учебной деятельности.

Таким образом, изучение особенностей протекания процесса адаптации первокурсников к ссузовскому обучению должно помочь сформировать подходы к оказанию психологической помощи студентам в оптимизации учебной деятельности.

**Литература**

1. Андреева Д.А. О понятии адаптация. //Человек и общество: ЛГУ, 1973, с. 62-69
2. Аболенцева Р.А. Программы организации учебного процесса с различными группами учащихся // Журнал Завуч. – 2004. – №8. –С. 67-76.
3. Выготский Л.С. Психология.– М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.– 1008 с. – (Серия "Мир психологии").

4. Косаревская Т.Е., Кутькина Р.Р. Психологические проблемы адаптации студентов-первокурсников к вузу //Методические рекомендации. – Витебск: Изд-во УО «ВГУ имени П.М. Машерова», 2006. 42 – с.

**Интернет-ресурсы**

      1. Википедия – свободная энциклопедия [http://ru.wikipedia.org/wiki/Толерантность](https://www.google.com/url?q=http://ru.wikipedia.org/wiki/%25D0%25A2%25D0%25BE%25D0%25BB%25D0%25B5%25D1%2580%25D0%25B0%25D0%25BD%25D1%2582%25D0%25BD%25D0%25BE%25D1%2581%25D1%2582%25D1%258C&sa=D&ust=1543750944066000),.