# Психолого-педагогическое сопровождение адаптации студентов первого курса

Бочарникова Яна Владимировна, заведующая отделением общепрофессиональной подготовки, преподаватель физики

**Статья отнесена к разделу:** Общепедагогические технологии

Нам предстоит научиться спокойно работать в коллективе, в котором собраны дети не только разных способностей,   
но и с разными жизненными целями – вот что самое трудное.

С. Соловейчик

Кардинальное реформирование российского общества породило новые требования к человеку. Современному обществу необходимы люди, способные реализовать свой внутренний потенциал. Индивидуальный подход к личности в системе образования сегодня диктует необходимость поиска оптимальных путей адаптации человека к изменяющимся условиям социальной действительности. Для обучения нового поколения специалистов нужны действенные формы и методы организации учебно-воспитательного процесса, способные раскрывать потенциальные возможности студентов.

Начало обучения в среднем специальном учебном заведении, принятие учеником школы новой социальной роли – роли студента – наиболее значимый период, существенно влияющий на возможности личной самореализации, профессионального самоопределения и построения карьеры. Именно в этот период происходит первая встреча студента с той психологической средой, которая создана в учебном заведении, и с которой ему предстоит в различных формах и по разным поводам взаимодействовать все годы обучения. Будет ли заложен в период адаптации студента фундамент его дальнейшего успешного обучения, профессионального становления, или с приходом в учебное заведение выпускник школы попадет в чужой, непонятный, а, следовательно, и враждебный мир?

Адаптация – это предпосылка активной деятельности и необходимое условие ее деятельности. В этом заключается положительное значение адаптации для успешного функционирования индивида в той или иной социальной роли. Под адаптационной способностью понимают способность человека приспосабливаться к различным требованиям (социальным и физическим) среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой.

Успешную адаптацию студентов можно рассматривать как их включенность:

* в новую социальную среду;
* в учебно-познавательный процесс;
* в новую систему отношений.

Бывшие школьники, поступающие в колледж, – только на пути к самоопределению. Многие осознанно выбрали специальность, по которой хотели бы получить образование и трудиться в будущем, но есть и такие, у которых жизненные планы не определены. От того, как произойдет приобщение личности к новым условиям вхождения в социальную среду, насколько будут преодолены трудности с приобретением профессиональных навыков (при отсутствии навыков самостоятельной работы), зависит, как сформируется у студентов умение найти способы самореализации не только в рамках профессии, но и вне ее. На “базе” этих умений в дальнейшем будет строиться личностный и профессиональный рост, происходить формирование жизненных планов.

В нашу систему сегодня приходят далеко не самые сильные учащиеся. Зачастую это дети, обделенные вниманием учителей, так как они не выдали “результата”, менее способные, но чаще всего – с ослабленным здоровьем и с “клубком” психологических проблем, главные из которых – затруднение в общении, неуверенность в своих силах, отсутствие привычки заниматься систематически. Таковы наши студенты – других у нас нет, но *мы хотим работать с результатом.*

Адаптация студентов к обучению в среднем учебном заведении имеет свои особенности. Вхождение молодых людей в ссузовскую систему обучения, приобретение ими нового социального статуса студента требует от них выработки новых способов поведения, позволяющих им в наибольшей степени соответствовать своему новому статусу. Такой процесс приспособления может проходить достаточно длительное время, что может вызвать у человека перенапряжение как на психологическом, так и на физиологическом уровнях, вследствие чего у студента снижается активность, и он не может не только выработать новые способы поведения, но и выполнить привычные для него виды деятельности.

Специфика процесса адаптации в ссузах определяется различием в методах обучения и в его организации в средней школе и колледже, что порождает своеобразный отрицательный эффект – дидактический барьер. Первокурсникам не достает различных навыков и умений, которые необходимы в ссузе для успешного овладения программой. Попытки компенсировать это усидчивостью не всегда приводят к успеху. Проходит немало времени, прежде чем студент приспособится к условиям обучения в колледже. Многими это достигается слишком большой ценой. Отсюда и низкая успеваемость на первом курсе и большой отсев по результатам сессии. Приспособление к новым условиям требует много сил, из-за чего возникают существенные различия в деятельности и результатах обучения в школе и колледже. Одной из причин низких темпов адаптации студентов является несогласованность в педагогическом взаимодействии между преподавателем и студентом при организации способов учения. Трудности адаптации – это не что иное, как трудности совмещения усилий преподавателя и студента при организации способов учения.

В концепции А.В.Петровского адаптация рассматривается как особый момент, фаза в становлении человека, от которой в значительной степени зависит характер его дальнейшего личностного развития.

Различают три формы адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в колледже:

* Адаптация формальная, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к структуре среднего специального учебного заведения, к содержанию обучения в ней, ее требованиям к своим обязанностям;
* Адаптация общественная, то есть процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;
* Адаптация дидактическая, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в колледже.

Для успешной адаптации необходимым является проявление активной позиции, которая должна быть не только у преподавателя, но и у студента, то есть должна быть совместная деятельность. Студент должен сам находить и выбирать для себя способы и пути достижения той или иной образовательной цели, преподаватель – *создавать для этого условия.*

Главная задача педагога, особенно в адаптационный период, раскрыть перед студентами широкое поле выбора, которое часто не открывается перед людьми юношеского возраста из-за их ограниченного жизненного опыта, недостатка знаний и неосвоенности всего богатства культуры. Раскрывая такое поле выборов, преподаватель не должен, да и не может скрыть своего оценочного отношения к тому или иному выбору. Следует только избегать слишком однозначных и директивных способов выражения этих оценок, всегда сохраняя за студентом право на самостоятельное принятие решения. В противном случае ответственность за любые последствия принятых решений он с себя снимет и переложит на преподавателя или классного руководителя.

Именно на первом курсе формируется отношение молодого человека к учебе, к будущей профессиональной деятельности, продолжается “активный поиск себя”. Даже отлично окончившие школу, на первом курсе не сразу обретают уверенность в своих силах. Первая неудача порой приводит к разочарованию, утрате перспективы, отчуждению, пассивности. В связи с такими причинами адаптация первокурсников может вызвать множество трудностей.

Обучение в колледже – один из этапов становление личности молодого человека. Учитывая трудности процесса адаптации студентов к новым условиям жизнедеятельности, творческой группой колледжа разработаны программы “Адаптация студентов нового набора” (**приложение №1**), программа “Работа со студентами, имеющими низкую учебную мотивацию”. Преподаватели, классные руководители осознавая трудности процесса адаптации создают для недавнего абитуриента развивающее образовательное пространство.

Продолжительность приспособления к новым социальным условиям составляет 5-6 недель. Наиболее сложными оказываются первые две недели, когда фиксируется бурная реакция на комплекс новых воздействий. Особенно важен каждый день первой недели адаптации. Поэтому в эти дни проводятся классные часы, посвященные одной из следующих проблем: “Я и мой колледж”, “Я и моя профессия”, “Я и моя группа”, “Я – студент” и др. Первокурсники получают возможность знакомиться с историей и традициями колледжа, преподавателями, студентами, со своей группой и классным руководителем. Студенты под руководством психолога проходят через систему тренингов. В период адаптации студенты, выполняя специальные задания, проверяют свои способности самостоятельно добывать знания, участвуют в дискуссии о роли изучаемых предметов в профессиональном формировании личности, определяют свои интересы и творческий потенциал.

В рамках адаптационного периода организуются различные занятия: экскурсии, анкетирование, встречи, тестирование.

Неделя завершается вечером посвящения в студенты и психолого-педагогическим консилиумом (**приложение №2**), на котором по результатам первых наблюдений преподаватели корректируют свою образовательную политику, ориентируя ее на личностные особенности и уровень подготовленности новых первокурсников. Педагогический консилиум – это один из методов работы, который прочно прижился в нашем коллективе. Он дает полную картину жизнедеятельности групп, их отношений, интеллекта, преднаправленности и, самое главное, – дает возможность обговорить слабые и сильные стороны каждого студента с людьми, которые будут с ним работать в течение четырех лет. Мы считаем, что для улучшения изучения студентов надо не увлекаться подробными письменными характеристиками, а сосредоточить усилия на коллективных обсуждениях мнений преподавателей группы о студентах и, главное, на разработке мер индивидуального подхода к студентам и группе в целом.

Подготовка к “Неделе первокурсника” начинается в конце учебного года: утверждаются на административном совещании кандидатуры классных руководителей, проводится интенсивный семинар по организации воспитательного процесса в группе, моделирование взаимодействия с родителями, обсуждение недели первокурсника предыдущего набора, так как работа коллектива по социально-педагогической адаптации студентов к условиям обучения в колледже на первом курсе является составной частью специальной системы социально-воспитательной работы.

Первокурсники по-разному относятся к своей будущей профессии, к обучению в колледже, к поручениям, к занятиям в системе дополнительного образования, в спортивных секциях. Поэтому в ходе реализации программы социально-педагогической, психологической адаптации студентов к условиям обучения в колледже проводится работа по формированию и актуализации у студентов положительной мотивации учебной деятельности, психологической подготовленности студентов к сознательному выполнению учебной деятельности: вооружению студентов знаниями основ научной организации умственного труда, по формированию и развитию профессионально важных качеств будущего специалиста.

Технология диагностики включает: анкетирование и тестирование; индивидуальные собеседования; собеседование заведующих отделениями, посвященные проблемам учебно-профессиональной перспективы, организации учебно-воспитательного процесса; целевые посещения классными руководителями учебных занятий, целых учебных дней в группах; педконсилиумы; педагогические советы, посвященные анализу процесса адаптации нового набора студентов; родительские собрания по темам: “Психологические и возрастные особенности студентов первого курса”, “Особенности обучения в колледже”; знакомство первокурсников с “Памяткой первокурсника” (**приложение №3**) (методическое пособие, разработанное на отделении, в помощь классным руководителям студенческих групп, преподавателям, проводящим занятия по дисциплине “Введение в специальность” и студентам первого курса всех специальностей).

Анализ полученных данных позволяет воссоздать целостную картину состояния дел в группах нового набора, определить направления в работе, основными из которых являются: разумная сохранность контингента, гуманное отношение к реальным трудностям студентов и оказание помощи в их преодолении, формирование устойчивого интереса к избранной профессии, создание оптимальных условий для развития творческих способностей студентов, например, организация студенческой газеты “Первокурсник” или участие в издании студенческой газеты “Стимул” (страничка “Первокурсник”); выработка учебных умений и навыков и ответственного отношения к учению, организация процессов воспитания и самовоспитания, например, через дисциплину “Введение в специальность”, разработанную педагогическим коллективом колледжа, специально для помощи студентам в период адаптации (**приложение №4**). Данная программа является адаптационно-развивающей, ориентированной на актуализацию у студентов первого курса положительной мотивации учебной деятельности и формирование общеучебных умений, составляющих основу непрерывного образования личности. Дисциплину “Ведение в специальность” в колледже преподают: заместитель директора по УР, заместитель директора по ВР, заведующая отделением, психолог, преподаватели, работающие со студентами нового набора, педагог-организатор, специалисты.

В процессе адаптации может возникнуть стадия затрудненной адаптации. Она характеризуется сочетанием внешних и внутренних трудностей, которые могут приобрести устойчивый характер, перейти в дезадаптированность. На стадии затрудненной адаптации возникает противоречие между требованиями изменившейся социальной ситуации и потребностями, стремлениями, ценностными ориентациями студента; между внешним состоянием среды и внутренним состоянием студента, между объективно возникающими затруднениями и недостаточными субъективными возможностями их преодоления.

Анализ преодоления студентами трудностей адаптации позволяет выделить следующие ее уровни: полная адаптация, неполная адаптация, затрудненная адаптация и дезадаптация. Установлены два типа протекания затрудненной адаптации: скрытый и открытый. У студентов с затрудненной адаптацией скрытого характера отмечается повышенный, высокий или очень высокий уровень тревожности (несмотря на внешнее благополучие в учебе и общении), скрытые личностные конфликты, противоречия между высокими притязаниями и достаточно сильной неуверенностью в себе, что мешает им правильно оценить результаты деятельности, порождая чувство постоянной неудовлетворенности и напряженности. У студентов с затрудненной адаптацией открытого характера тревожность связана с реальными затруднениями в учебной деятельности, общении, поведении.

В течение первых недель сентября обеспечивается реализация диагностической, рефлексирующей, прогнозирующей, научно-методической и обучающей функции адаптации. Содержание их диктуется необходимостью:

* изучения особенностей личности первокурсников практическим психологом и классными руководителями групп;
* формирования у студентов готовности к преодолению трудностей на этапе ссузовского обучения;
* организация досуговой деятельности с элементами тренинга для смягчения эмоционального кризиса в дидактической адаптации студентов, кризиса взаимоотношений с преподавателями;
* прогнозирования процесса и результата адаптации.

Учебно-методическое обеспечение этого этапа включает паспорт адаптации первокурсников (**приложение №5**). Диагностическое обеспечение данного этапа адаптации включает анализ учебной документации, медицинских карт, личных дел студентов; методики изучения мотивов выбора профессии, внеучебных интересов и предпочтения студентов, психологические особенности типа темперамента, уровни самооценки; тест “Шкала реактивной и личностной тревожности” и др.; методики по изучению “желание учиться”, анкеты по изучению удовлетворенности студентов профессиональным выбором, а также удовлетворенности во взаимоотношениях в группе, представлений о нем.

*В качестве результатов реализации адаптирующих средств на данном этапе адаптационного процесса выступают:*

* определение группы “риска” студентов первого года обучения, в адаптации которых возможны глубокие и продолжительные кризисы;
* осознание первокурсниками сущности проблем адаптационного периода, изменение характера их восприятия;
* освоение адекватных способов преодоления и упреждения проблем;
* развитие мотивов учебной деятельности;
* осознание правильности сделанного профессионального выбора;
* разработка программ достижения успеха.

*На основе результатов анкетирования, экспресс-диагностики, социометрии**определены следующие трудности в адаптации студентов первого курса:*

* отрицательные переживания, связанные с уходом бывших учеников из школьного коллектива с его взаимной и моральной поддержкой;
* неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней;
* неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности, усугубляемое отсутствием повседневного контроля педагогов;
* поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
* налаживание быта и самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие;
* отсутствие навыков самостоятельной работы, неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, справочниками и др.

Все эти трудности различны по своему происхождению. Одни из них имеют объективный характер, другие – субъективный характер и связаны с недостаточной подготовкой и дефектами воспитания. Для выявления тактики работы с каждым студентом в колледже создана творческая группа педагогов, возглавляемая преподавателем математики Ткачевой Марией Викторовной, где в начале года был исследован уровень обученности студентов первого курса. Это дало возможность выработать единую стратегию педагогических требований, а также выявить склонности и предпочтения студентов для дальнейшего развития. Также с целью создания условий для облегчения адаптационного процесса организована при отделении творческая группа педагогов по преемственности, возглавляемая преподавателем русского языка и культуры речи Пирюткиной Юлией Владимировной.

Социально-педагогическая адаптация студентов – первый этап развития, формирования творческой личности как субъекта профессиональной деятельности. Наши результаты – это результаты наших студентов. Приходя в колледж получить профессию и изучая различные дисциплины, наши студенты, должны приобретать нечто более значимое, чем знания по конкретным предметам – это уверенность в себе, развитые речь и мышление, память, коммуникабельность, ответственность, стремление к самообразованию. Поэтому работа коллектива по социально-педагогической адаптации студентов к условиям обучения в колледже на первом курсе является составной частью специальной системы социально-воспитательной работы. Внимание к каждому студенту, создание условий для самореализации – большая социальная, психологическая задача для нашего коллектива.