

Технологии преодоления барьеров адаптации студентов к учебному процессу

Начало студенческой жизни — серьезное испытание для большинства студентов. Им необходимо принять новую социальную роль студента, привыкнуть к новому коллективу, к новым требованиям к повседневным обязанностям, приобщиться к профессии. Таким образом, одним из условий перехода вчерашнего школьника в студенты является преемственно изменяющаяся система учебно-воспитательного процесса.

В первый год обучения студенты-первокурсники одновременно осуществляют три вида адаптации в комплексе. В процессе физиологической адаптации организм привыкает к новым физическим и умственным нагрузкам. Профессиональная адаптация — это приспособление к характеру, режиму и условиям проф. деятельности, развитие положительного отношения к профессии. Социально-психологическая адаптация связана с вхождением личности в социальное окружение

Психологическая адаптация — это наиболее оптимальное приспособление психики человека к условиям среды жизнедеятельности. Под социально-психологической адаптацией мы понимаем процесс и результат активного приспособления человека к условиям и требованиям социальной среды путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм поведения, обычных в данной среде.

Анализ анкет, наблюдения и беседы с кураторами групп, преподавателями, студентами позволили выявить основные проблемы адаптации первокурсников к обучению в колледже: на слайде. Определяющими факторами успешной адаптации студентов являются характер профессиональной ориентации, отношение к учебе и мотивационный аспект учебной деятельности. Таким образом, важно с первых дней пребывания студентов-первокурсников в учебном заведении создать положительный эмоциональный фон, условия для активной жизнедеятельности (для удовлетворения потребностей в интеллектуальном, эмоциональном и нравственном развитии), доброжелательные взаимодействия, как между студентами, так и между студентами и педагогическим коллективом в целом. Эти задачи можно решать разными путями, форм работы много и практически все они выполняются

Формы работы:

- Анкетирование;
- Социологические опросы;
- Диагностирование;
- Лекционно-практические занятия;
- Тренинги;
- Ролевые и ситуативные игры;
- Дискуссии;
- Беседы;
- Включение студентов во внеучебную деятельность.

один из путей — тренинг, который позволяет в очень короткие сроки активизировать процесс адаптации.

Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) — метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок.

Тренинговая работа является одной из наиболее эффективных форм работы со студентами. Групповая форма тренинга позволяет достаточно легко моделировать процесс межличностного взаимодействия, отрабатывать различные ситуации с учетом индивидуального уровня развития коммуникативной деятельности и уровня социально-психологической адаптации.

Социально-психологический тренинг (СПТ) предполагает совмещение информационной подготовки и тренировочных («игровых») упражнений с последующим анализом ситуаций, возникающих в ходе их выполнения.

Тренинговые занятия развития адаптивности студентов выполняют 2 важнейшие функции: во-первых, объединительно-сплачивающую, т.е. способствующую объединению студенческой группы в коллектив. Студенческая группа выступает именно той средой, которая оказывает на эффективность протекания адаптационных процессов у студентов. Тренинговые занятия как групповая форма работы объективно стимулирует процесс коллективообразования.

Во-вторых, тренинговые занятия выполняют лично-развивающую функцию. Специально организованные занятия способствуют развитию адаптационного потенциала студентов.

В рамках нашего колледжа на 2018-19 учебный год разработаны занятия по адаптации студентов-первокурсников.

Цель занятия: создание благоприятной атмосферы для успешной адаптации первокурсников к условиям обучения в колледже

В завершении рефлексия - оценка по 3-м показателям на высоком уровне, студенты положительно отзываются, им нравится подобного рода занятия.

Признаками неуспешной адаптации являются снижение работоспособности, усталость, сонливость, головные боли, доминирование подавленного настроения, возрастание уровня тревожности, заторможенность или, напротив, гиперактивность, сопровождающаяся нарушениями дисциплины, систематическое невыполнение домашних заданий, пропуски занятий, отсутствие мотивации учебной деятельности.

Разрабатывая программу для первокурсников нужно отметить, что за видимой простотой и развлекательностью использования упражнений и игр скрывается глубокий подтекст. Тренинговая работа, как одна из форм работы по оптимизации выбора обучающимися адаптационных стратегий не может выступать в качестве панацеи в решении проблемы развития адаптивности студентов, это часть комплексной работы, в которой задействованы все участники учебно-воспитательного процесса.