



Российское
общество
Знание

Знание.Государство

Психолого-педагогическая поддержка студентов 1-х курсов в адаптационный период

29.09.202
3
14.00.

Лариса Шамилевна Байчорова

Кандидат психологических наук, доцент, начальник
социально-психологической службы КЧГУ



Ведущие потребности юности:

- потребность в социальном и профессиональном самоопределении,
- социально-психологическая поддержка и защита,
- потребность в достижениях.



Основные психологические особенности ранней юности (14-18 лет)

- Формируется самосознание;
- Происходит соотношение себя с идеалом, появляется возможность самовоспитания;
- Возрастает волевая регуляция;
- Ведущая деятельность — учебно-профессиональная деятельность;
- Стремление приобрести профессию ;
- Возрастает концентрация внимания, объем памяти;
- Появляется умение самостоятельно разбираться в сложных вопросах;
- Формируется собственное мировоззрение ;
- Стремление к самоутверждению, независимости, оригинальности;
- Пренебрежение к советам старших;
- Критиканство, проявление недоверия;
- Стремление к самоуправлению;
- Отсутствие подлинной самостоятельности;
- Завершено половое созревание;
- Формируется отношение к зарождающимся сексуальным желаниям;
- Возникает первое чувство любви, дружбы;
- Происходит существенная перестройка эмоциональной сферы;
- Недостаточное осознание последствий своих поступков;

Психологическими новообразованиями в этом возрасте являются:

- самостоятельность,
- социальная зрелость,
- обобщенные способы познавательной и профессиональной деятельности,
- социально-профессиональная компетентность.



Начало студенческой жизни — серьезное испытание для большинства студентов.

Им необходимо:

- принять новую социальную роль студента,
- привыкнуть к новому коллективу,
- к новым требованиям и повседневным обязанностям,
- приобщиться к профессии.





Адаптация студентов к обучению в вузе является актуальной современной проблемой, потому как от успешности процесса адаптации во многом зависят дальнейшие профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста. Большая часть современных студентов испытывает сложности в саморазвитии в условиях изменяющейся действительности. Наиболее «хрупкими» и уязвимыми во многих отношениях являются студенты первого курса. Во-первых, условия обучения в школах, выпускниками которых является большинство первокурсников, не совпадают с условиями обучения в вузе. В этой связи бывшему школьнику необходимо адаптироваться к новым требованиям, к иной, чем в школе, организации учебного процесса. С одной стороны, первокурсник должен проявлять большую самостоятельность и активность в освоении знаний, с другой стороны – это требует большей ответственности за свое образование, студент в большей степени, чем школьник должен организовывать свое образовательное пространство. Это один пласт проблемы. Во-вторых, с введением повсеместного поступления в вузы по результатам ЕГЭ, многие студенты приезжают получать высшее образование из разных регионов страны в мегаполисы, где сосредоточены ведущие Вузы Российской Федерации



Таким образом, первокурсник вынужден адаптироваться не только к новым условиям обучения, но и к условиям жизни в мегаполисе, что создает дополнительные психологические трудности для первокурсника. Первый год обучения в ВУЗе является стрессом для студентов: проблемы с финансами, жилищные проблемы, самостоятельное обеспечение себя питанием, сложность с переработкой большого количества информации являются постоянными спутниками студенческой жизни и учебной деятельности. Кроме того, обучение в вузе является профессиональным обучением, поэтому у первокурсника происходит первичная профессиональная социализация и начинается вхождение в профессиональную деятельность, что также влечет за собой адаптационные процессы, только уже к конкретной профессиональной деятельности.



Бывшие школьники, поступающие в вуз – 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, происходит 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.



Вхождение молодых людей в вузовскую 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 вузах определяется различием в методах обучения и в его организации в средней школе и вузе, что порождает своеобразный отрицательный эффект – дидактический барьер. Первокурсникам не достаёт различных навыков и умений, которые необходимы в вузе для успешного овладения программой. Попытки компенсировать это усидчивостью не всегда приводят к успеху. Проходит немало времени, прежде чем студент приспособится к условиям обучения вузе. 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 вузах. 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.



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 преподавателя 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 куратора. 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.



Психолого-педагогическое сопровождение является комплексной технологией, особой культурой поддержки и помощи студенту-первокурснику в решении задач развития, обучения, воспитания, социализации.

Цель психолого-педагогического сопровождения –помочь каждому студенту быть успешным.

Задачи психолого-педагогического сопровождения: оказание психологической и педагогической помощи в успешной адаптации каждого студента-первокурсника в новых социальных условиях, создание атмосферы безопасности и доверия в системе «преподаватель –студент –родитель–сокурсник».

Формы психолого-педагогического сопровождения зависят от количества студентов и могут осуществляться коллективно, в малой группе и индивидуально

Итог осуществления психолого-педагогического сопровождения

Формирование конкурентоспособного молодого специалиста.

- ▣ Разносторонне развитую личность;
- ▣ Нестандартно мыслящий;
- ▣ Обладающего широким кругозором профессионала;
- ▣ Граждански-активного человека;
- ▣ Нравственно и профессионально подготовленного к работе по избранной специальности.





Главные трудности студентов-первокурсников, с которыми им приходится чаще всего сталкиваться:

- Изменения привычного ритма жизни (студенты не привыкли к самоконтролю);
- Недостаток времени на самоподготовку (неумение правильно распределять его, и засиживание в компьютерных играх);
- Разлука с родителями, родственниками;
- Перегрузки учебной деятельности (изменение учебной нагрузки и замена уроков - парами);
- Сложность учебного материала;
- Отсутствие навыков учебной деятельности;
- Отсутствие культуры ведения дискуссии (частая причина - языковой барьер);
- НЕПРИСПОСОБЛЕННОСТЬ К БЫТУ.



И. С. Кон понимал под АДАПТАЦИЕЙ процесс активного приспособления и волевой реализации усвоенных норм и ценностей в условиях конкретной ситуации.

В. Т. Хорошко, Р. Р. Бибрих и другие считают, что под АДАПТАЦИЕЙ следует понимать процесс приведения в соответствие основных параметров социальной и личностной характеристик студента, в состоянии динамического равновесия с новыми условиями вузовской среды как внешнего фактора по отношению к студенту.





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 приспособливаться 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.



Таким образом, **адаптация** — это процесс, во-первых, непрерывный, так как не прекращается ни на один день, а во-вторых, колебательный, поскольку даже в течение одного дня происходит переключение в самые разные сферы: деятельность, общение, самосознание.



Процесс адаптации сопровождается:

повышенным уровнем тревоги;

неуверенным поведением;

соперничеством в группе;

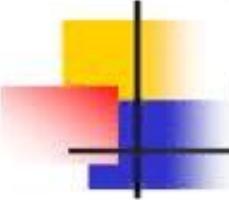
конфликтным поведением;

агрессивным поведением.



Проблемы в процессе адаптации:

- школьный стереотип отношения к процессу обучения;
- ощущение полной свободы от родительской опеки;
- незнание прав и обязанностей студента;
- отсутствие навыков самостоятельной работы;
- неуверенность в общении с незнакомыми студентами группы и сотрудниками вуза



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 труда, развитие положительного отношения к профессии.
- *Социально-психологическая* адаптация связана с вхождением личности в социальное окружение.

Успешность адаптации предполагает готовность студента к преодолению различных трудностей, которые будут возникать в процессе обучения и общения с однокурсниками. Так же для успешной адаптации необходимым является проявление активной позиции студента, т.е. студент должен сам находить и выбирать для себя способы и пути достижения той или иной образовательной цели. Чем лучше студент будет понимать, зачем и для чего ему могут понадобиться знания для будущей профессии, тем лучше он будет учиться. Уровень представлений студента о профессии (адекватный или неадекватных) непосредственно соотносится с уровнем его отношения к учебе: чем меньше студент знает о профессии, тем ниже у него положительное отношение к учебе.

В условиях успешной адаптации студент должен:

научиться воспринимать лекционный материал;

справляться со значительно возросшим, по сравнению со школой, объемом информации;

осознать необходимость соблюдения режима дня;

осознать необходимость самостоятельной работы с учебником и другой литературой

Одной из форм работы с первокурсниками является **кураторство**. Это одна из форм воспитательной работы, выполняемой работниками профессорско-преподавательского состава в рамках их должностных обязанностей, предусмотренных их индивидуальными планами. Основными направлениями деятельности куратора в вузе являются: вовлечение студентов в социально активную жизнь, формирование у них чувства ответственности, воспитание нравственно и физически здоровой личности.

Кураторство –незаменимая и эффективная система взаимодействия преподавателей и студентов, которая позволяет решать многие задачи в учёбе и в других студенческих проблемах, передавать молодёжи жизненный опыт, знания, традиции, оказывать определённое воздействие на их мировоззрение и поведение.

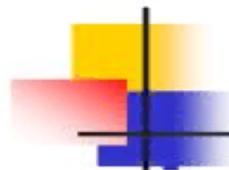
Работа кураторов в вузе направлена на решение приоритетной задачи вузовского воспитания –создание оптимальных условий для саморазвития личности студента. Куратор участвует в решении этой задачи путем консультирования, ориентации и психологической поддержки студентов. При этом он должен обладать способностью к системному анализу проблемных ситуаций, программированию и планированию деятельности, направленной на их разрешение и кооперацию в этих целях участников образовательного процесса (студент, сокурсники, родители, педагоги).



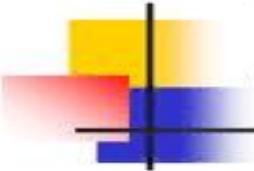
Куратор - профессиональная роль, можно сказать одна из профессиональных функций вузовского преподавателя, связанная с педагогической поддержкой студентов как взрослых обучающихся.

Кураторская работа – незаменимая и при правильной организации, эффективная система взаимодействия преподавателей и студентов. Она позволяет решать многие задачи, в том числе оказывать студентам помощь в учебе и в других студенческих проблемах, передавать молодежи жизненный опыт, знания, традиции, оказывать определенное воздействие на их мировоззрение и поведение.

Основные задачи и направления деятельности куратора



- Психолого-педагогическая диагностика: изучение личности студента, его потребностей, интересов с целью оказания помощи в саморазвитии и самоопределении;
- Психолого-педагогическое сопровождение адаптационного периода студентов–первокурсников;
 - Работа по развитию коммуникативных умений и навыков;
 - Работа по созданию благоприятной атмосферы в студенческом коллективе как условия нравственного развития учащихся;
 - Работа по развитию национальной толерантности - организация воспитывающей единой комфортной среды;
 - Работа по развитию культуры учебного труда - организация и руководство процессом овладения профессиональными знаниями по избранной специальности
 - Помощь в развитии мотивационной, интеллектуальной, эмоционально-волевой и профессиональной сфер личности.



Стили общения куратора со студенческой группой:

- **Общение-устрашение.** Негативная форма общения, вскрывающая педагогическую несостоятельность прибегающего к ней куратора.
- **Общение-дистанция.** В этом случае в отношениях куратора и студентов прослеживается дистанция во всех сферах совместной деятельности.
- **Общение-заигрывание.** Данный стиль характерен для молодых кураторов, стремящихся к популярности.
- **Общение на основе дружеского расположения.** Оно предполагает увлеченность общим делом.
- **Общение на основе высоких профессиональных установок куратора, его отношения к педагогической деятельности в целом.**

Модели поведения куратора



Модель диктаторская («Монблан») – куратор, как бы отстранен от студентов. Никакого личного взаимодействия. Функции куратора сведены к информативному сообщению.

Следствие: отсутствие психологического контакта, а отсюда и пассивность студентов.

- **Модель неконтактная («Китайская стена»)** – близка к первой модели. Разница в том, что между кураторами и студентами существует слабая обратная связь ввиду произвольно или непреднамеренно возведенного барьера. В роли такого барьера может выступить отсутствие желания к сотрудничеству с чьей-либо стороны, снисходительное отношение к студентам.

Следствие: Слабое взаимодействие со студентами, а со стороны студентов равнодушное отношение к куратору.

- **Модель дифференцированного внимания («Локатор»)** – основано на избирательных отношениях со студентами.

Следствие: нарушается целостность акта взаимодействия в системе куратор-коллектив студентов.

- **Модель гипорефлексии («Тетерев»)** – заключается в том, что куратор в общении как бы замкнут на себе: его речь большей частью монологична. Даже в совместной деятельности куратор поглощен своими идеями и проявляет эмоциональную глухоту к окружающим.

Следствие: практически отсутствует взаимодействие между куратором и студентами. Стороны процесса общения существенно изолированы друг от друга.



Модель гиперрефлексии («Гамлет») – противоположная по психологической канве предыдущей. Куратор озабочен не столько содержательной стороной взаимодействия, сколько тем, как он воспринимается окружающими. Межличностные отношения возводятся им в абсолюте, приобретая доминирующее значение для него, он постоянно сомневается в действенности своих аргументов, в правильности поступков, остро реагирует на нюансы психологической атмосферы, принимая их на свой счет.

Следствие: социально-психологическая чувствительность куратора приводит к неадекватным реакциям на реплики и действия студентов. В такой модели поведения не исключено, что бразды правления окажутся в руках студентов, а куратор займет ведомую позицию в отношениях.

- **Модель негибкого реагирования («Робот»)** – взаимоотношения куратора со студентами строятся по жесткой программе, без учета педагогической действительности, состава и психологического состояния студентов, их возрастных и этнических особенностей.

Следствие: низкий эффект педагогического взаимодействия.



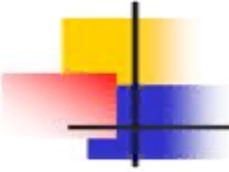
- **Модель авторитарная** («Я сам») – педагогический процесс целиком фокусируется на кураторе. Он – главное действующее лицо. Односторонняя активность преподавателя подавляет всякую личную инициативу со стороны студентов, которые осознают себя лишь в качестве исполнителей, ждут инструкций к действию. До минимума снижается познавательная и общественная активность студентов.
Следствие: безынициативность студентов, теряется творческий характер, снижается мотивационная сфера социальной активности.
- **Модель активного взаимодействия** («Союз») – куратор в постоянном творческом союзе со студентами, поощряет инициативу, легко схватывает изменения в психологическом климате группы и, что очень важно, гибко реагирует на эти изменения. Преобладает стиль дружеского взаимодействия с сохранением ролевой дистанции.
Следствие: возникающие педагогические и этические проблемы творчески решаются совместными усилиями.

Психологические качества и способности для успешного педагогического общения и взаимодействия куратора со студентами



- интерес к студентам и работе с ними, наличие потребности и умения общения;
- способность к эмоциональной эмпатии и понимания студентов;
- гибкость, оперативно-творческое мышление, обеспечивающее умение быстро и правильно ориентироваться в меняющихся условиях общения;
- умение ощущать и поддерживать обратную связь в общении;
- умение управлять собой, своим настроением, мыслями и чувствами;
- способность к спонтанности (неподготовленной коммуникации);
- умение прогнозировать возможные педагогические ситуации, последствия своих воздействий;
- хорошие вербальные способности: культура, развитость речи, богатый лексический запас, правильный отбор языковых средств;
- владение искусством педагогических переживаний, которые представляют собой сплав жизненных, естественных переживаний куратора педагогически целесообразных переживаний, способных повлиять на студентов в требуемом направлении;
- способность к педагогической импровизации, умение применять все разнообразие средств воздействия (убеждение, внушение, заражение и т.д.).

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.

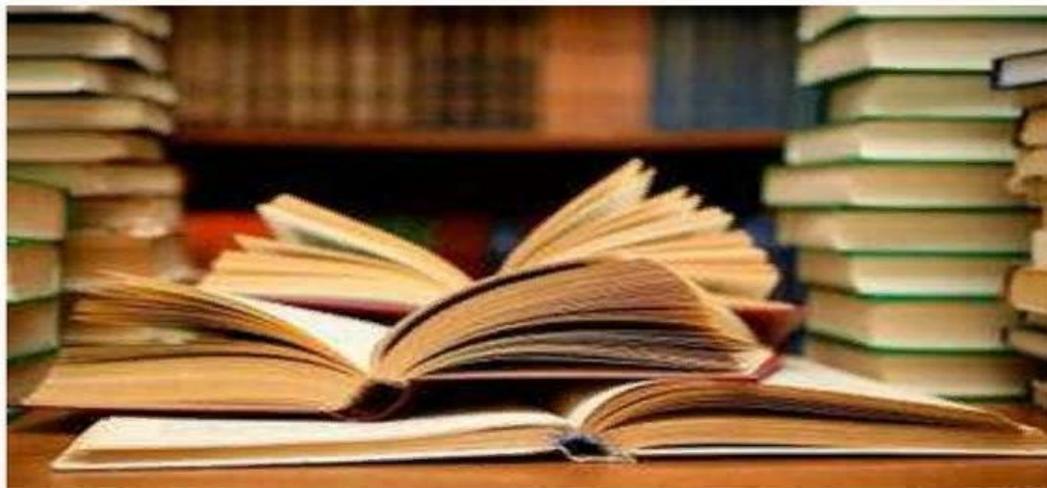


Адаптация к новым условиям проходит для одних спокойно, для других болезненно. И с этим нужно считаться преподавателю при изучении личностных качеств первокурсника. Становление личности первокурсника выражается не только в приспособлении организма к новым условиям, но и в выработке новых способов поведения,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



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 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.



Рекомендации преподавателям

- Оказывать психологическую поддержку студентам;
- Создавать атмосферу особой доброжелательности;
- Создавать условия для познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, содержанию обучения в ней, её требованиям, своим обязанностям;
- Знакомить с содержанием профессиональной подготовки для формирования положительного отношения к выбранной профессии;
- Способствовать процессу внутренней интеграции групп студентов-первокурсников;
- Учитывать физиологические особенности при планировании и проведении занятий;
- Стимулирование самостоятельных действий слабоуспевающим;
- Ставить перед студентом реальные задачи, учитывая его возможности;
- Конфликтные ситуации разрешать своевременно;
- Создавать для студента ситуацию успеха.



Социально-педагогическая адаптация студентов – первый этап развития, формирования творческой личности как субъекта профессиональной деятельности. Наши результаты – это результаты наших студентов. Поступая в вуз 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 всего ППС по психолого-педагогической поддержке студентов в период адаптации к условиям обучения в колледже на первом курсе является составной частью специальной системы социально-воспитательной работы.

Нужно!

Внимание к каждому студенту, создание условий для самореализации, помощь в осознании своей нужности (студентом), поддержка.

Спасибо за внимание!



*Хорошего
настроения!*





Российское
общество
Знание

Знание.Государство

Лариса Шамилевна Байчорова

Канд. псих. н., нач.
Социально-
психологической службы
КЧГУ имени У. Д. Алиева

QR-код на форму
обратной связи

Контакт WhatsApp

