

АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**Л. В. Володькова**(Учреждение образования «Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова»,
кафедра педагогики)

Каждый студент, поступив в вуз, сталкивается с проблемой адаптации к новым условиям деятельности. Адаптация – это процесс, при котором организм приспосабливается к новым условиям внешней среды.

Адаптация не только дает возможность личности приспособиться к новым условиям, но и сформировать новые способы поведения для преодоления имеющихся трудностей. Поиск путей успешной адаптации к изменившимся социальным условиям и новой деятельности является насущной проблемой для каждого первокурсника. Начальный этап обучения связан порой с коренной ломкой сложившихся представлений, привычек, необходимостью менять и перестраивать свое поведение и деятельность. Главной целью студента I курса становится овладение способами и приемами учебной деятельности, принятие социального статуса студента. Вместе с присвоением статуса студента молодые люди уже сталкиваются с рядом трудностей: новая система обучения, взаимоотношения с преподавателями и студентами, социально-бытовые проблемы, самостоятельная жизнь в городе, недостаточные знания о структуре факультета и университета, неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней, неумение регулировать свое поведение, поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях, налаживание быта, самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие. Таким образом, можно назвать следующие виды адаптации первокурсников:

- социально-психологическая адаптация – приспособление к группе и взаимоотношения в ней, выработка собственного стиля поведения;
- профессиональная адаптация – это приспособление к новым условиям и организации учебно-воспитательного процесса, выработка навыков самостоятельной учебной деятельности.

Беседы со студентами, преподавателями и кураторами позволили выявить основные проблемы адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе:

- неумение распределять время;
- неготовность выполнять высокие требования преподавателей;
- переживания, связанные с уходом вчерашних учеников из школьного коллектива с его взаимной помощью и моральной поддержкой;
- неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней;
- неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности;
- 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;
- неготовность работать с большим объемом информации;
- отсутствие контроля со стороны родителей;
- отсутствие у некоторых студентов желания учиться.

Успешность адаптационного периода первокурсников во многом зависит от куратора академической группы. Именно куратор должен помочь студенту адаптироваться к новой социальной среде, наладить деловые и личные контакты в группе, сформировать положительное отношение к учебе и будущей профессии, помочь в организации коллективной досуговой деятельности. Деятельность куратора направлена на формирование мировоззрения, гражданской позиции, духовно-нравственной культуры навыков здорового образа жизни, семейных ценностей.

Педагогическое управление процессом адаптации также осуществляют специалисты социально-психологической службы университета, заместители декана по идеологической и воспитательной работе, воспитатель в общежитии, преподаватели. От них тоже зависит насколько легко и быстро пройдет процесс адаптации первокурсников. Эта работа будет более результативной, если будет тесное взаимодействие с семьей студента. Не случайно на I курсе перед первой сессией проводится родительское собрание, которое позволяет проанализировать рейтинг студента в группе: успеваемость, посещаемость участие в общественной жизни, культурно-массовых и спортивных мероприятиях. Основными направлениями деятельности факультета по адаптации первокурсников являются также заселение в общежитие, посещения общежития, собрание с первокурсниками, проведение кураторских и информационных часов, индивидуальные беседы, факультетские и университетские культурно-массовые и спортивные мероприятия,

встречи со специалистами социально-психологической и педагогической службы университета. Проблема адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе обсуждается на Совете факультета. Кураторами разработаны следующие рекомендации по адаптации студентов 1 курса:

1. Раскрыть значимость выбранной профессии и сформировать положительное отношение к ней.
2. Ознакомить студентов с системой и спецификой обучения в университете, требованиям к уровню знаний.
3. Ознакомить с Правилами внутреннего распорядка университета.
4. Информировать студентов о работе клубов, кружков, спортивных секций.
5. Выявить студентов, нуждающихся в психологической помощи и поддержке и довести информацию до сведения психолога.
6. Вовлечь студентов в общественную жизнь группы, факультета, в работу студенческого самоуправления.
7. Проводить совместные мероприятия в группе, нацеленные на сплочение группы, создание комфортной психологической атмосферы в студенческом коллективе и облегчение процесса адаптации студентов к новым для них социальным условиям.
8. Уделять внимание беседам о нравственности, самовоспитании, организации режима дня, профилактике заболеваний.
9. Посетить каждого студента, проживающего в общежитии, изучить жилищно-бытовые условия и микроклимат в комнате, блоке.
10. Поддерживать связь с родителями. Систематически информировать родителей о посещении учебных занятий, успеваемости.
11. Особое внимание обратить на студентов-сирот, «изолированных» и несовершеннолетних студентов, поручать им значимые и ответственные дела, которые позволят проявить себя и повысить статус в группе.
12. При необходимости организовать проведение в учебной группе тренинга на сплочение коллектива.

Таким образом, для успешной адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе необходимо шире использовать систему адаптационных тренингов, повышать роль куратора в адаптации студентов к условиям обучения в вузе, активно привлекать первокурсников к участию в общественной культурно-массовой и спортивной жизни факультета, включать первокурсников в подготовку и разработку студенческих проектов, а также тесно взаимодействовать с семьей.