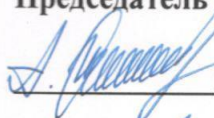


«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель СтудСовета ДАС №6

 А.М.Исхакова

«29» августа 2016 г.

Председатель совета ДАС №6

 В.А.Петров

« » 2016 г.



**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ
ДОМА АСПИРАНТОВ И СТУДЕНТОВ №6 ФГБОУ ВО «КНИТУ»**



Казань - 2016

«КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ДАС №6 »

В современном мире специалист должен обладать не только знаниями, навыками профессиональной деятельности, но и должен занимать личностную позицию: быть способным самостоятельно ставить и достигать профессиональные и жизненные цели, устанавливать профессиональные жизненные приоритеты, быть самодостаточным и конкурентоспособным.

Поступление в ВУЗ и обучение приводит к значительным изменениям межличностных контактов, социального статуса, жизненных стереотипов и неизбежно требует пересмотра установок, представлений о социальных ролях таким образом, чтобы они были адекватны вновь сложившимся условиям. Ускорение процессов адаптации первокурсников к новому для них образу жизни и деятельности, а также выявление психологических факторов успешности социально-психологической адаптации к обучению в ВУЗе - чрезвычайно важные задачи. От того, как долго по времени и по различным затратам происходит процесс адаптации, зависят текущие и предстоящие успехи студентов, процесс их профессионального становления. Окончена школа, дети повзрослели, и у них начинается новая интересная взрослая жизнь. Какой она будет во многом зависит не только от родителей и педагогов, но и от самого взрослеющего человека. Переход из одного учебного заведения в другое это трудный период в жизни подростка, который часто сопровождается общим эмоциональным напряжением, вызываемым главным образом новыми условиями, изменившимся ритмом жизни, особенно у приезжих детей – дополнительная психологическая нагрузка. Необходимо выстраивать отношения с новым коллективом сверстников в группе, в общежитии, отношения с педагогами. В любом случае студент оказывается в новом для себя обществе сверстников и педагогов. Первые месяцы обучения в колледже становятся периодом адаптации к новым условиям и приобретения статуса среди сверстников.

В процессе адаптации студенты испытывают следующие трудности:

- отрицательные переживания, связанные с уходом бывших учеников из школьного коллектива с его взаимной помощью и моральной поддержкой;
- неопределённость 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 (Л. Д. Столяренко, 2002).

Причём адаптация студентов, проживающих в отрыве от родителей (в общежитии, арендуемой квартире) протекает тяжелее и часто приводит к возникновению разнообразных соматических и психоневрологических патологических состояний.

В широком смысле адаптация – это приспособление к окружающим условиям. Адаптация человека имеет два спектра: биологический и психологический.

Биологический уровень, общий для человека и животных, включает в себя приспособление к постоянным и изменяющимся условиям среды: температуре, давлению, освещенности, влажности, а также к изменениям в организме: заболеванию, изменениям в организме, ограничению каких-либо функций.

Психологический аспект адаптации состоит в приспособлении личности к существованию в соответствии с требованиями общества и собственными потребностями и интересами. Социальная адаптация осуществляется путем усвоения норм и ценностей данного общества (или, по крайней мере, ближайшего окружения: семьи, определенной социальной группы).

Основные проявления социальной адаптации – взаимодействие (в том числе и общение) человека с окружающими и его активная деятельность. Социальная адаптация означает, что человек способен обучаться, работать, адекватно выстроить систему отношений с окружающими, менять свое поведение в соответствии с ожиданиями других. Социальная адаптация студентов делится на профессиональную и социально- психологическую.

Профессиональная адаптация - это приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебно-воспитательного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе.

Социально-психологическая адаптация - это приспособление индивида к группе и взаимоотношениям к ней, выработка собственного стиля поведения.

Кроме того, исследователи различают 3 формы адаптации студентов к образовательным условиям: 1)формальную, 2)общественную, 3)дидактическую.

Формальная адаптация - это познавательное-информационное приспособление студентов к новому окружению, к структуре образовательного учреждения, к содержанию обучения в нём, к предъявляемым требованиям и своим обязанностям.

Общественная адаптация - это процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом.

Дидактическая адаптация - это подготовка студентов к новым формам и методам учебно-воспитательной работы образовательного учреждения (Л.Д. Столяренко, 2002).

Следовательно, адаптация студентов в учебных заведениях имеет ряд особенностей, которые необходимо учитывать при осуществлении контроля за её течением.

Программа предназначена для студентов ВУЗа. Особенности подросткового и юношеского возраста, а также сложные условия, в которых происходит взросление современной молодёжи (нестабильность семейного института, размытость моральных ценностей, которые уже не являются твёрдой опорой для выстраивания собственной личности), диктуют необходимость использования специальных мер для развития и усиления «Я» подростка, создание условий для самореализации, самоутверждения, самовыражения студента, формирования жизнеспособной личности, обладающей достаточными внутренними ресурсами для успешного взаимодействия в социуме.

Реализации Программы будет способствовать формированию общего воспитательного, здоровьесберегающего, развивающего пространства, определяемого Законом РФ «Об образовании», чёткой координации организационной, профилактической работы по созданию необходимых условий социальной адаптации студентов при подготовке широко образованных, творчески мыслящих специалистов, способных к разностороннему видению и анализу сложных проблем жизни общества, и, значит, способных к поиску новых решений насущных проблем.

В современном мире специалист должен обладать не только знаниями, навыками профессиональной деятельности, но и должен занимать личностную позицию: быть способным самостоятельно ставить и достигать профессиональные и жизненные цели, устанавливать профессиональные жизненные приоритеты, быть самодостаточным и конкурентоспособным.

Учеба в ВУЗе в течение первых месяцев становится для некоторых тяжелым испытанием. У каждого студента это проявляется по-своему и зависит от индивидуально-типологических особенностей личности. Некоторые замыкаются в себе, переживая состояние психологического дискомфорта, а другие пытаются активно налаживать контакты. В процессе адаптации у студентов могут отмечаться следующие признаки: беспокойство, вялость, безучастность, повышенная раздражительность, изменение настроения. У студентов могут происходить нарушения физиологических функций организма: расстройства пищеварительной системы, расстройства сна, боли в груди, спине и т.д. Все эти симптомы организма выявляют стресс. На таких студентов следует обратить особое внимание. Выделяют три стадии адаптации:

- 1) Стадия тревоги, шока - студентам может быть не нравится в колледже почти все: расписание, предметы, преподаватели, кабинеты и т.д. Эта стадия длится несколько дней.
- 2) Стадия сопротивляемости - характеризуется повышением устойчивости организма к различным воздействиям;
- 3) Стадия либо стабилизации, либо истощения.

Одним из основных звеньев воспитательного процесса первого года обучения при адаптации студентов, проживающих в общежитии, является работа старосты этажа. Ведь от качества этой работы зависят степень усвоения базовых знаний и социально-психологический климат в коллективе.

Задача Студенческого совета - осуществлять так называемое «сопровождение» студентов, то есть вести скоординированную работу с администрацией ВУЗа и общежития, кураторами групп, другими классными руководителями по созданию социально-психологических условий для успешной адаптации студентов.

Система психологического обеспечения адаптации первокурсников включает:

- максимальное информирование студентов и их родителей об условиях предстоящей деятельности с целью формирования положительной установки на предполагаемые изменения в жизни первокурсников и их семьи;
- выявление личностных особенностей студентов путем психолого-педагогической диагностики с целью информирования студентов о присущих им особенностях нервно-психической деятельности, о своевременной психологической поддержке;
- организацию совместной внеурочной деятельности (в том числе проведение тренингов общения) с целью сплочения группы студентов.

Многие студенты - приезжие из пригородов, сельской местности, не знают особенностей проживания в большом городе. Для некоторых студентов, приехавших из отдалённых районов, где преподавание велось на родном (татарском, башкирском, чувашском и др.) языке, важно преодоление языкового барьера, и период адаптации для них протекает значительно дольше по времени и труднее, чем у других студентов. Поэтому работа по адаптации иногородних студентов должна быть более основательной, продуманной и скоординированной. Уже с первых дней необходимо сразу вовлекать студентов в организацию различных мероприятий, вечеров отдыха, дискотек. Для студентов, проживающих в общежитии, проводится индивидуальная и групповая работа Студенческого совета по развитию коммуникативных навыков и повышению адаптационных возможностей студентов.

Без должной организации и управления адаптационным периодом со стороны Студенческого совета ДАС возможны серьезные стрессы, неуспеваемость, проявление асоциальных привычек и даже ухудшение здоровья. Возникает вопрос: к чему надо адаптироваться? К учебному процессу, который во многом отличается от школьной системы; к новому коллективу; к новым условиям жизни: самостоятельная организация учебы, быта, свободного времени; к новым отношениям с родителями, т.к. подросток начинает выполнять роль автономной личности.

Одним из важных условий успешной адаптации является хорошая организация труда и отдыха. Для этого необходимы рациональная продолжительность и целесообразное чередование разных видов деятельности, нормирование объёма работ по самообслуживанию, создание комфортных условий для внеучебного процесса.

Разрабатывая программу по психолого-педагогическому сопровождению адаптационного периода студентов, мы учитывали, что адаптация - активный процесс, на протекание которого оказывает влияние комплекс факторов: от специфики организации внеучебного процесса до индивидуальных психологических качеств.

Целью реализации данного раздела программы является координация работы Студенческого совета ДАС в обеспечении адаптации студентов первого года обучения.

Задачи:

1. Проведение комплекса воспитательных мероприятий, направленных на формирование коллективизма, уважения к окружающим, развитию человеческих качеств в студенте.
2. Создание благоприятных условий для развития творческих способностей, самореализации.
3. Формирование активной гражданской позиции и интернационализма.
4. Стимулирование формирования гармонично развитой личности с разносторонними интересами.
5. Формирование культуры ЗОЖ.

Содержание программы.

Адаптационная работа начинается с месячника «Добро пожаловать!», который включает в себя следующие мероприятия: Собрание с администрацией ДАС №6, Собрание с администрацией ВУЗа, представителями МВД по РТ, Собрание со старостами этажей, культурно-массовое мероприятие «Посвящение в первокурсники», культурно-массовое мероприятие «Звезда в Красном!», спортивное мероприятие «Мини футбол между студентами первого курса и старшекурсниками». Проводятся встречи с администрацией общежития, на которых происходит ознакомление студентов с общими правилами проживания в ДАС №6. Студенческим советом проводятся беседы со студентами, собрания на тему «Права и обязанности студентов, проживающих в ДАС». В сентябре проводится работа по формированию актива общежития. Организуются подготовки к различным ВУзовским и междасовским мероприятиям. Так же на протяжении года ведутся мероприятия, способствующие установлению благоприятной атмосферы в коллективе ДАС №6.

Программа работы по обеспечению адаптации рассчитана на весь год. Результаты работы программы отражаются в соответствующих анализах и отчетах.

Ожидаемые результаты:

- 1.Снятие у студентов психологического напряжения;
- 2.Повышение у студентов уверенности в себе;
- 3.Сплочение студентов, проживающих в ДАС;
- 4.Формирование готовности к самопознанию и самосовершенствованию.

