**Адаптация первокурсников к новым условиям обучения**

В законе Российской Федерации «Об образовании» образование определяется как целенаправленный про­цесс воспитания и обучения в интересах человека, об­щества, государства. Сам образовательный процесс представляет собой относительно самостоятельную сферу общественной жизни, функционирование ко­торой происходит по специфическим законам педаго­гической науки. При этом социально-экономические аспекты общества существенно влияют на определение стратегической цели образования, исходных образова­тельных ценностей.

В докладе Международной комиссии по образова­нию для XXI в., представленном ЮНЕСКО, предложено четыре основополагающие цели образования: научить жить вместе, научить приобретать знания, научить ра­ботать, научить жить.

Одной из наиболее важных проблем в современном техникуме является адаптация организма не только к учебной нагрузке, но и к резкой смене окружающей социальной и психологической среды студентов.

Адаптация – это динамичный процесс, благодаря которому подвижные системы живых организмов, несмотря на изменчивость условий, поддерживают устойчивость, необходимую для существования, развития и продолжения рода, именно механизм адаптации, выработанный в результате длительной эволюции, обеспечивает возможность существования организма в постоянно меняющихся условиях среды.

Адаптация молодого человека в среднем профессиональном заведении является важным составным элементом в системе учебной деятельности. По причине того, что процесс адаптации чрезвычайно динамичен, его успех во многом зависит от целого ряда объективных и субъективных условий. Каждый человек по-разному относится к одним и тем же событиям, а один и тот же воздействующий стимул у разных людей может вызвать различную ответную реакцию, поэтому изучение механизмов и закономерностей адаптации студента в разнообразных учебных условиях приобретает в настоящее время фундаментальное значение.

Успешная адаптация первокурсника к жизни в колледже является залогом дальнейшего развития каждого студента как личности и как будущего специалиста. Для эффективного решения данной проблемы изучаются: жизненные планы и интересы первокурсников; мотивы их поступления в колледж; материальная обеспеченность; трудности, которые испытывают они в первые месяцы пребывания в колледже; какие дисциплины их интересуют больше всего; как проводят свободное время; каковы самооценка и способность в сознательной регуляции своего проведения.

Одним из важных моментов является совместная работа куратора группы и психологической службы колледжа. По просьбе куратора психологом проводится психологическая диагностика студентов с целью определения уровня социально-психологической адаптации первокурсников к условиям обучения в колледже, оценки уровня развития разнообразных отношений в группе, выявления коммуникативных и организаторских склонностей личности. По результатам диагностики и по мере необходимости психологом проводятся индивидуальные консультации, беседы студентов по преодолению стрессовых ситуаций, эмоциональных трудностей, осуществляется помощь в улучшении межличностных отношений. Результатом такого сотрудничества будет являться улучшение адаптационных возможностей студентов к специфическим условиям.

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, зависит, как сформируется у студентов умение найти способы самореализации не только в рамках профессии, но и вне ее.

Специфика процесса адаптации 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. 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.

Большое количество работ посвящено исследованию адаптации личности в различных группах и коллективах: М. Н. Будякина, А. А. Русалинова, А. М. Растова, Н. А. Свиридов, Е. В. Таранов, А. И. Ходаков и другие.Проблема социально-психологической адаптации личности широко исследуется и в зарубежной психологии: Фрейд З., Адлер А., Эриксон Э., Олпорт Г., Роттер Д., Роджерс К. и другие.

В современной психологии понятие адаптации рассматривается как процесс и результат установления гармоничных взаимоотношений между личностью и социальной средой. Налчаджян А.А. указывает мнение Ж. Г. Сенокосова, что «сущность адаптации - приведение субъекта адаптации в оптимальное соответствие с требованиями среды (объекта адаптации). При нарушении стабильности (перемещении субъекта в другую среду, другие условия или при изменении самой среды) наступает рассогласование взаимодействия субъекта и объекта в системе, что приводит к функциональному расстройству, потере целостности. В результате возникает адаптивная ситуация, когда система (или ее отдельные элементы) стремится к восстановлению нарушенного равновесия. Такая ситуация характерна для всех видов адаптации человека, понимаемой как активный, целенаправленный процесс разрешения противоречий, возникающих при взаимодействии его с новой природной и социальной средой».

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:

1.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;

2. Адаптация общественная, то есть процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;

3. Адаптация дидактическая, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в колледже.

К сожалению, не у каждого студента и не в каждой группе все стадии проходят благополучно, в результате - у студентов первокурсников может возникнуть кризис в адаптации. Кризис в адаптации - это этап адаптационного процесса, во временных рамках которого имеет место резкое снижение показателей адаптированности студентов, сопровождаемое отрицательными эмоциональными переживаниями, как результат неадекватного реагирования на предъявление требований, представлений о собственной неэффективности, выход, из которого осуществляется посредством создания условий для функционирования психологических механизмов на разных уровнях личности.

**Адаптационный период состоит из нескольких этапов:**

1) адаптационная неделя; цель - знакомство, снятие стресса от первичного контакта и обеспечение необходимой информацией для возможности свободного ориентирования к началу учебного процесса

2) период интенсивной адаптации (привыкание) (сентябрь-декабрь): цель – диагностика и помощь в налаживании взаимодействия

3) период коррекционной работы и психологического сопровождения групп и отдельных студентов

Особенно важен каждый день первой недели адаптации. Поэтому в эти дни проводятся классные часы, посвященные одной из следующих проблем: «Колледж моя первая ступень взросления», «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 куратором. 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.

Первокурсники по-разному относятся к своей будущей профессии, к обучению в колледже, к поручениям, занятиям в системе дополнительного образования, в спортивных секциях. Поэтому в ходе реализации программы по 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.

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.

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.

Студенческая жизнь начинается с первого курса и, поэтому успешная адаптация первокурсника к жизни и учебе в колледже является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, будущего специалиста. Поступив в новое учебное заведение, молодой человек уже имеет некоторые сложившиеся установки, стереотипы, которые при начале обучения начинают изменяться, ломаться. Новая обстановка, новый коллектив, новые требования, оторванность от родителей, неумение распорядиться "свободой", денежными средствами, коммуникативные проблемы и многое другое приводят к возникновению психологических проблем, проблем в обучении, общении с сокурсниками, преподавателями.