

Психологічні основи адаптації студентів I-II курсів до нових умов навчання

Актуальність проблеми. Система вищої освіти змінюється вельми швидко: виникають нові методи, методики і підходи до навчання, розвиваються нові галузі, змінюються спеціальності, зростає престижність одних професій і зменшується інших, докорінно змінюється можливість набуття вищої освіти. Але такою ж актуальною залишається проблема адаптації студентів до навчання у ВНЗ. Адже вчорашній школяр, приходячи до технікуму, так само відчуває невпевненість у подальших діях, хвилювання перед новим досвідом тощо, які і є складовими процесу адаптації.

Слайд №1 Поняття адаптації

Адаптація у новому навчальному закладі - набуття нового соціального статусу, звикання до нових умов і ритму життя і навчання, вироблення нових умінь і навичок, здобуття нового досвіду, формування нових особистісних якостей як окремого індивіда, так і в ролі члена нового соціуму (студенти, викладачі) тощо.



Слайд №2 Проблема.

Згідно з опитуваннями та психодіагностичними обстеженнями, типовими адаптаційними проблемами є:

- 1) хибні, неадекватні очкування та ілюзії щодо навчання (розпорядок дня, пари, підвищені вимоги, великий обсяг інформації);
- 2) «зовнішня» мотивація навчання (наприклад, навчання «для батьків», «за компанію»), невизначеність життєвих планів і цілей;
- 3) відсутність знань поведінкових норм та стандартів, прийнятих в студентському середовищі (не можна запізнюватися, пропускати заняття, залежність стипендії від рейтингу та оцінок);
- 4) невизначеність власної стратегії навчання.

Але не зважаючи на те, що всі ці проблеми є типовими і зустрічаються з року в рік, бажано виявити їх наявність серед конкретних студентів, адже, *по-перше*, рівень вираженості і особистісна специфіка даних проблем завжди є різними, *по-друге*, при виявленні проблеми вона актуалізується для самого діагностованого, що сприяє ефективності адаптаційної корекції (саме для цього надається інформація про групу ОППУ та аналіз кола проблем в групі).

Слайд №3 Що треба робити? Метою корекції та допомоги в адаптаційному періоді є:

1. сприяння психологічній адаптації першокурсників до умов навчання, зокрема корекція хибних очікувань і типових ілюзій щодо навчання;
2. підвищення мотивації навчання;
3. знаходження оптимальних моделей поведінки в студентському середовищі;
4. добір оптимальної стратегії навчання.

Треба зазначити, що перехід на II, а іноді і на III курс не забезпечує стовідсоткової адаптації. Адаптаційний період лише сприяє цьому процесу, посилює його динаміку за рахунок переведення даного процесу на актуалізований, усвідомлюваний рівень. Результатом не завжди є досягнення всіх перелічених вище цілей, але й це вже є корисним.

Слайд №4 Для діагностики фази адаптації використовуються такі питання:

1. Якими були Ваші перші враження від технікуму і від навчання в ньому?
2. З якими проблемами Ви вже зустрілися?
3. Які враження у Вас були після перших семінарів?
4. Що дасть Вам, на Вашу думку, навчання в технікумі?
5. Яким Ви уявляєте собі студентське життя?

Типово, якщо відповіді першокурсників характеризуються закритістю і лаконізмом.

Як правило, на даному етапі виявляються проблеми раціонального порядку, пов'язані зі звичайною відсутністю знань вчорашнього школяра щодо системи навчання у технікумі.

Протягом вересня першокурсник здебільшого ще перебуває у стані ейфорії і поки що не усвідомлює тих психологічних проблем, з якими йому доведеться мати справу. Лячно стає в період першої сесії.

Тому ефективним прийомом на даному етапі є відверті розповіді старшокурсників про цю систему (з їхньої точки зору), за запрошенням класного керівника на годину спілкування. Їх розповіді можуть розкривати такі питання:

- для чого потрібні лекції?
- як слухати і як використовувати лекційний матеріал?
- як краще поводитися на семінарах і як готуватися до них?
- як краще конспектувати навчальний матеріал?
- що таке сесія і як підійти до неї “озброєним”?

Приклади того, що і як можуть розповісти в таких ситуаціях старшокурсники, можна підготувати заздалегідь.

Подібна інформація значно краще сприймається першокурсниками від студентів під час неформального спілкування, ніж від викладачів і кураторів у ході регламентованого спілкування.

Оскільки ці розповіді мають бути спонтанними, то до них є лише одна вимога: головний діючий персонаж (колишній першокурсник) повинен не виглядати суперменом, а навпаки, потрапляти в скрутне становище, переживати чималі складнощі, але згодом долати їх.

Слайд №5

На даний час в нашому технікумі в стані адаптації 40 студентів першокурсників (було 42), на другому курсі 9 нових студентів, адаптація триває, успішно.

Рівень тривожності студентів першого курсу 2014 – 2017 рр..

	рівень тривожності студентів першого курсу				
	<i>1-OB</i>	<i>1-ПНГ</i>	<i>1-ТОР</i>	<i>1-ВВП</i>	<i>1-ВТМ</i>
2014-2015	76	60	52		
2015-2016	72	66	71		
2016-2017	81	70	68	64	
2017-2018	70	64	67		62

