

Рекомендації

студенту – першокурснику та куратору групи з адаптації

Процес пристосування студента – першокурсника до нових умов студентського життя не завжди складається добре та успішно, у деяких студентів першого року навчання виникають труднощі з адаптацією, що пов'язані з особистісними якостями самих студентів, не сформованістю професійного самовизначення. В саме поняття адаптація входить мотивація студента, професійне самовизначення, самостійність, ціннісні переваги, відношення з викладачами та одногрупниками. Але найважливішою є **соціально – психологічна адаптація** – це важкий, багаторівневий процес взаємодії студента з навколишнім середовищем. Соціально – психологічна адаптація має на увазі як засвоєння студентами відповідних соціальних норм, правил, так і формування особистих якостей, цінностей, обумовлених новою соціальною ситуацією. Загальновідомо, що успішність соціально – психологічної адаптації пов'язана з розвитком групи та колективу. Вже на першому році навчання група може пройти усі етапи розвитку, починаючи від дифузного стану до рівня колективу. Щоб прискорити процес адаптації студентів до умов нового для них навчального закладу, необхідно допомогти їм активізувати дружні стосунки в групі, та взаєморозумінню з викладачами.

ЗАГАЛЬНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ СТУДЕНТАМ КМТФК З АДАПТАЦІЇ :

1. Дотримуйтесь режиму дня;
2. Дотримуйтесь правил здорового способу життя;
3. Плануйте власну діяльність;
4. Приділяйте більше часу самостійному навчанню, для вас це запорука успішної безперервної освіти;
5. Слідкуйте за культурою спілкування, практикуйте безконфліктне спілкування;
6. Займайтесь улюбленими справами, спортом, хобі, це допоможе вам розвинути творчий потенціал та надасть можливість на деякий час переключитись з освітньої діяльності та допоможе зняти емоційне навантаження;
7. Намагайтесь не жаліти себе;
8. Не бійтесь звернутись за допомогою до класного керівника вашої групи або психолога;
9. Беріть участь в коледжанських заходах;
10. Не бійтеся заводити знайомства зі студентами старших курсів, вони можуть виявитись дуже корисними.

Ваша адаптація до життя КМТФК на підставі послідовного та правильного використання даних рекомендацій буде успішна.

Успішного та цікавого вам навчання наші шановні студенти!

Загальні рекомендації для класних керівників груп першого курсу з адаптації студентів до навчання в КМТФК

1. Створіть у студентів адекватне уявлення про обрану професію, усвідомлення успішної значущості професії та формування позитивного ставлення до неї;
2. На перших заняттях ознайомте студентів з системою навчання в КМТФК та вимогами до рівня знань, специфіки навчання її відміну від шкільної, доведіть до кожного студента поняття дисципліни;
3. Для успішної адаптації за можливістю забезпечте гідне місце в новому колективі (через доручення, пошук та розвиток здібностей студента). Проявляйте та підтверджуйте свою довіру до студентів;
4. Прослідкуйте розселення студентів іногородніх до гуртожитку з урахуванням інтересів, дружби та вікового курсу;
5. Проводьте спільні заходи в групі, націлені на згуртування групи. Створюйте комфортне психологічне середовище у студентському колективі та полегшення таким чином процесу адаптації студентів до нових для них соціальних умов;
6. Приділяйте увагу бесідам про моральність, самовиховання, організацію режиму дня;
7. Не порівнюйте між собою студентів. Підхід до аналізу поведінки студентів не повинен нести оціночний характер;
8. На першому етапі навчання ознайомте групу зі студентським життям коледжу(заходи, секції та студентське самоврядування). Щоб студенти мали можливість реалізувати свій творчий потенціал;
9. Виявляйте студентів які потребують психологічної допомоги, доведіть до відома психолога щоб разом скласти план проведення індивідуальної роботи зі студентами.

Виявляйте студентів з рівнем низької адаптації:

Низький рівень адаптації студентів:

- студент байдуже або негативно ставиться до навчання ;
- часті скарги на самопочуття;
- переважає пригнічений стан;
- спостерігається порушення дисципліни(багато пропусків);
- навчальний матеріал засвоюється фрагментарно;
- важко самостійно опрацьовувати завдання з предметів;
- систематичні зауваження від викладачів;
- для розуміння нового та рішення задач за зразком потребує значної допомоги викладача;
- загальні доручення виконуються під контролем, без особливого бажання;
- друзів не має, знає за ім'ям та прізвищем лише частину групи.

За потребою Ви можете звертатись до психолога коледжу за додатковою інформацією стосовно групи (з виявлення дезадаптованих студентів та студентів лідерів).