

Общая характеристика периода адаптации первокурсника

Первый курс обучения является наиболее трудным. Это связано с тем, что в личности и характере первокурсника происходят серьезные изменения. С одной стороны он уже взрослый человек, а с другой, все-таки – вчерашний школьник, еще не совсем расставшийся с детством. И вот эта двойственность статуса накладывает отпечаток на характер и на многие поступки молодого человека.

Серьезным испытанием организма является переход к новой образовательной системе, а также информационная перегрузка студентов, возникающая при изучении многочисленных учебных дисциплин, научный уровень и информационный объем которых все время возрастает. Это отражается на текущем функциональном состоянии организма и обуславливает значительное напряжение адаптационно-компенсаторных систем.

Адаптация студентов заслуживает особого внимания, так как образовательный процесс студентов характеризуется интенсивными умственными нагрузками, что создает определенные предпосылки к ухудшению состояния их физического и психического здоровья.

От успешности адаптации студента к образовательной среде во многом зависят дальнейшая профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста.

Понятие и значение адаптации студентов первого курса

Адаптация – это приспособление самоорганизующихся систем к изменяющимся условиям среды.

Различают **три формы адаптации студентов-первокурсников** к условиям обучения:

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;

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

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

Для успешной адаптации необходимым является проявление активной позиции, которая должна быть не только у куратора, но и у студента, то есть должна быть совместная деятельность. Студент должен сам находить и выбирать для себя способы и пути достижения той или иной образовательной цели, а куратор – создавать для этого условия.

Процесс адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения затрагивает все уровни жизни, общения и деятельности человека, на его эффективность оказывают влияние целый комплекс факторов:

- специфика учебной деятельности студентов,
- новые условия жизнедеятельности,
- личностные особенности (механизмы психологической защиты, черты характера, скорость и качество адаптивных реакций),
- фактор адаптированности к педагогической системе.

Поступив в профессиональное учреждение, молодой человек сталкивается с проблемой адаптации к новым условиям жизни. Требования учебного процесса, изменение сферы общения, новые социальные роли требуют умения быстро ориентироваться, осваивать новые виды деятельности, проявлять гибкость по отношению к иным ценностям, нормам и правилам поведения.

Главной целью студента первого курса становится овладение способами и приемами учебной деятельности, принятие социального статуса студента. Вхождение в новую среду жизнедеятельности, предъявление ею требований к адаптантам провоцирует кризисы адаптации.

Кризисы 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, выход из которого осуществляется посредством развития и саморазвития личности.

У студентов, вступивших в период адаптационного кризиса, происходят изменения в когнитивной, эмоциональной и мотивационной сферах личности. Наиболее важная составная часть проблемы адаптации первокурсников – это дидактический кризис.

Симптомы дидактического кризиса

- резкое снижение успеваемости;
- резкое ухудшение представлений учащихся о собственной успешности и компетентности;
- возрастание тревожности студентов, неустойчивость их настроения;
- снижение активности и ухудшение самочувствия.

Обобщив все симптомы дидактического кризиса, можно сделать вывод о том, что вызван он, прежде всего, оторванностью первокурсников от привычных условий жизнедеятельности, отсутствием систематического контроля знаний, характерного для школьного образования, отсутствием навыков самостоятельной работы и т.д.

Так же большую роль в процессе адаптации студентов играет их социализация. Социализация человека длится всю жизнь. Юность завершает активный период социализации. Этот этап влечёт за собой психофизиологические изменения. Этот период называют «трудным возрастом», «переломным периодом». Его содержание заключается в изменении поведенческих характеристик: от почти полного послушания юноши переходят к сдержанному непослушанию – скрытому или открытому неповиновению родителям. У личностей этого возраста выстраивается параллельная система ценностей и взглядов на мир. В этот период заканчивается формирование фундамента личности, достраиваются её верхние – мировоззренческие этажи.

Осознание своего «Я» происходит как осмысление своего места в окружающем социуме. Одновременно наблюдается постоянный поиск нравственных ориентиров, связанных с переоценкой смысла жизни.

Трудности социализации в этот период связаны с 3 главными обстоятельствами:

- Несовпадением высокого уровня притязаний и, как правило, низким социальным статусом, который задан возрастом;
- Несовпадением старого стиля родительства, и новых потенциальных возможностей этого возраста;
- Противоречием между усилившейся ориентацией на самостоятельность и зависимость от мнения сверстников.