«Өнер колледжі – музыкалық эстетикалық бейіндегі дарынды балаларға мамандандырылған мектеп-интернат» кешені» КММ

КГУ «Комплекс «Колледж искусств - специализированная школа - интернат для одаренных детей музыкально-эстетического профиля»

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о адаптации студентов первого курса**

**к условиям обучения в колледже**

г. Петропавловск

Целю программы является выявление особенностей социально-психологической адаптации студентов нового набора к обучению в среднем специальном заведении, предоставление соответствующих рекомендаций кураторам, преподавателям, родителям и студентам, способствующих наиболее благоприятной адаптации, проведению тренинговых занятий.

Данная программа предназначена для совместной работы со студентами, кураторами, преподавателями, родителями.

Задачи:

1. Исследовать психологическое состояние студентов в процессе адаптации.

2. На основе сделанных выводов предложить рекомендации, позволяющие снизить влияние дезадаптирующих факторов на процесс адаптации студентов.

3. Провести тренинги, способствующие наиболее оптимальной адаптации студентов к обучению, снижению уровня тревожности, повышению самооценки студентов.

4. На родительских собраниях затронуть вопрос о социальной адаптации и дать соответствующие рекомендации.

5. Провести повторное исследование.

Данные задачи охватывают следующие направления:

1. **Диагностика уровня адаптации студентов первого курса к условиям обучения в колледже.**

Для изучения степени и особенностей приспособления студентов к новой социальной ситуации используются различные методики: Методика «Исследования адаптированности студентов в вузе» (Т.Д. Дубовицкая, А.В. Крылова), Методика «Оценка уровня общительности» (тест В.Ф. Ряховского), Методика «Определение самооценки личности старших подростков», Методика «Определения уровня тревожности» (Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина)

1. **Работа с родителями.**

Консультирование родителей осуществляется индивидуально или на родительских собраниях. Проводится родительское собрание на тему: «Адаптация студентов-первокурсников к новым условиям». Цель родительского собрания: показать родителям-первокурсников основные трудности, которые испытывают их дети в колледже в первые месяцы обучения, а также предложить рекомендации, которые помогут им поддержать детей в трудный для них период.

1. **Ознакомление студентов с рекомендациями.**

Данные рекомендации формулируются в результате анализа полученных данных о социальной адаптации к обучению в колледже исследуемых студентов первого курса, которые помогут им наиболее удачно адаптироваться в учебном заведении и избежать проблем, связанных с различными психологическими трудностями.

1. **Проведение тренинговых занятий (совместно с кураторами)**, Данные занятия способствуют наиболее оптимальной адаптации студентов к обучению, направлены на снижение уровня тревожности, повышению самооценки студентов.

Занятия проводятся на следующие темы:

- «Самопрезентация». Цель: создание условий для более близкого знакомства и установления эмоциональных контактов; выработка норм работы в группе, вхождение в игровой стиль взаимодействия.

- «Сеанс релаксации».

- «Самораскрытие. Принятие себя». Цель:осмысление самораскрытия как способа гармонизации внешнего и внутреннего Я и построения значимых отношений с окружающими, формирование позитивной Я-концепции.

- «Мир наших эмоций и чувств». Цель:ознакомление с методикой изучения эмоциональных состояний; выявление соотношения положительных и отрицательных эмоций и их влияния на человека, его поведение. Осознание необходимости овладения эмоциональной культурой.

- «Я в ситуациях взаимодействия». Цель:выявление особенностей межличностного общения, демонстрация определенных стилей общения, приобретение опыта эффективного взаимодействия при решении групповой задачи.

1. **Повторная диагностика.**
2. **Индивидуальное консультирование студентов, имеющих трудности в адаптации.**

Результаты данной работы способствуют лучшему пониманию причин социально-психологической дезадаптации студентов в процессе обучения в колледже и помогают оптимизировать процесс адаптации студентов нового набора.