

**Министерство образования и науки Российской Федерации
Министерство образования и молодежной политики Ставропольского края
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Курсавский региональный колледж «Интеграл»**

**Социально – психологическая программа
«Адаптация и мотивация первокурсников
в колледже»**

с. Курсавка
2016 г.

Рекомендована для психологов, классных руководителей, мастеров производственного обучения к использованию в процессе работы с обучающимися.

Организация – разработчик: ГБПОУ «Курсавский региональный колледж «Интеграл»

Разработчик: педагог – психолог Шимченко Нина Петровна, мастер производственного обучения Мокряк Елена Николаевна

Рассмотрена и рекомендована на заседании методического Совета КРК «Интеграл» в учебном процессе

Протокол № 3 от « 25» ноября 2016 г.

Председатель методического Совета

М.А. Уманская

357070, Россия, Ставропольский край
Андроповский район,
с. Курсавка, ул. Титова, 15
ГБПОУ «Курсавский региональный
колледж «Интеграл»
телефон: (86556) 6-39-83

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Адаптация и мотивация первокурсников в колледже
Наименование учреждения	ГБПОУ «Курсавский региональный колледж «Интеграл»
Авторы программы	Педагог-психолог Шимченко Н.П., мастер производственного обучения Мокряк Е.Н.
Цель программы	Создание условий для успешной социально-психологической адаптации, гармоничного развития личности студента, мотивации на успешное освоение профессиональных компетенций.
Задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование представлений о структуре учебного процесса, выбранной профессии, профессиональных компетенциях. 2. Развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе. 3. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе. 4. Формирование личности физически развитой, ведущей здоровый образ жизни, способной к физическому самосовершенствованию и развитию. 5. Развитие позитивной самооценки, творческих способностей обучающихся, способности к рефлексии. 6. Развитие навыков работы в команде, принятие решений, ответственности. 7. Предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой, развитие стрессоустойчивости личности.
Направления программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Просветительское направление: <ul style="list-style-type: none"> - организационные мероприятия с мастерами по воспитательной работе со студентами первого курса; - информирование преподавателей, мастеров о психологических особенностях первокурсников. 2. Диагностическое направление: <ul style="list-style-type: none"> - изучение индивидуально – психологических особенностей обучающихся, их интересов, мотивов поступления в колледж, отношения к будущей профессии; - мероприятия по исследованию уровня социально-психологической адаптации и выявление дезадаптации первокурсников; - определение профессиональных склонностей, исследование творческих способностей. 3. Профилактическое направление: <ul style="list-style-type: none"> - мероприятия в форме классных часов, психологических игр, групповых бесед, часов общения с элементами тренингов направленные на успешное протекание социально-психологической адаптации первокурсников; - организация воспитательной и внеучебной работы с первокурсниками по формированию устойчивого интереса к избранной профессии;

	<p>- мероприятия по предотвращению стрессовых состояний и состояний нервно-психического напряжения в период адаптации первокурсников.</p> <p>4. Коррекционно – развивающее направление:</p> <p>- организация психокоррекционной работы при нарушениях протекания процесса социально-психологической адаптации студентов первого курса.</p>
Срок проведения	2016-2017 год
Ожидаемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание единой адаптационной среды. 2. Включение всех первокурсников в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации. 3. Осознание первокурсниками трудностей связанных с первыми месяцами обучения, умение справиться с эмоциональными кризисами. 4. Осознание правильности сделанного профессионального выбора, умение «вжиться» и полюбить выбранную профессию. 5. Сохранность контингента. 6. Снижение количества обучающихся «группы риска».
Исполнители программы	<p>Заместитель директора по УВР</p> <p>Педагог – психолог</p> <p>Мастера производственного обучения</p> <p>Классные руководители</p> <p>Воспитатели общежития</p> <p>Преподаватели</p>

Пояснительная записка

Каждый год наш колледж гостеприимно распахивает двери для пополнения большого и дружного коллектива студентов, которые поступают из разных школ, и становятся первокурсниками нашего учебного заведения. Переход из школы в колледж является для многих учащихся переломным моментом в жизни, потому что не каждый взрослеющий подросток самостоятельно, без поддержки взрослых может приспособиться к новым, важным для него условиям, а также безболезненно их пережить.

Новый коллектив, новые преподаватели, новый учебный процесс отличающийся от школьного, порой неопределенность в выборе профессии, все это приводит к возникновению психологических проблем, к затруднению в адаптации.

Личная самореализация, профессиональное самоопределение, получение нужной профессии, построение собственной карьеры, может ли вчерашний школьник справиться с этим самостоятельно, при этом спокойно адаптироваться в новой для него социальной среде? Конечно да, но не каждый, и не без помощи взрослых, которые должны сопровождать его на протяжении всего этапа становления, как формирующуюся личность, так и сложившегося профессионала.

А начинаться все должно с адаптации обучающегося в той среде, в которую он пришел, не важно сделал он выбор самостоятельно или при помощи взрослых, которые за него решили. Помогать и сопровождать вчерашнего школьника должны все те же взрослые, которые берут на себя ответственность в данный период его жизни, его жизненного становления, как творческой личности, как будущего профессионала. Поэтому в период адаптации на весь инженерно-педагогический коллектив ложиться большая ответственность в создании условий для успешной адаптации, безболезненного принятия той новой обстановки, которая существует в учебном заведении и которая благоприятно влияет на психологическое состояние молодого человека. Вчерашние школьники, поступившие в

колледж ещё только на пути к самоопределению, они по - разному относятся к своей будущей профессии, а также к обучению в колледже. Поэтому очень часто возникают трудности и неудачи, которые приводят к разочарованию, утрате интереса, пассивности, не желанию учить и учиться, а также посещать колледж. Все они очень разные, каждый имеет за плечами свой багаж знаний и умений, каждый обладает определенным уровнем коммуникабельности, уверенности в себе и ответственности, но все они пришли за одним и тем же, за профессией, которую выбрали, поэтому наша главная задача не только адаптировать их, но и сформировать желание получить данную профессию, чтобы в будущем стать хорошим специалистом.

Начало обучения в среднем профессиональном заведении, очень значимый этап для вчерашних школьников, именно этот период в жизни влияет на дальнейшее развитие, профессиональное самоопределение и личную самореализацию. В этот период происходит встреча студента и учебного заведения, которое он выбрал, а также с той психологической средой, которая существует в этом заведении и с которой ему предстоит взаимодействовать все годы обучения.

Адаптация – это процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. Степень социальной адаптации первокурсника в колледже определяет множество факторов: индивидуально-психологические особенности человека, его личностные, деловые и поведенческие качества, ценностные ориентации, активность, состояние здоровья, социальное окружение, статус семьи и т. д.

Студенческая жизнь начинается с первого курса, поэтому успешная адаптация студентов нового набора к жизни и учебе в колледже является залогом дальнейшего развития каждого студента как личности и будущего специалиста.

В процессе адаптации первокурсников обычно выявляются следующие трудности: неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая готовность к ней (пошел учиться вместе с другом, отправили родители, не взяли в школу, не надо далеко ехать), выстраивание межличностных отношений в новом коллективе. В этот момент важно направление не только успешно адаптировать, но ещё и смотивировать на будущую профессию, о которой студент знает очень мало или не знает совсем ничего.

Подростку в 14-15 лет крайне сложно выбрать профессию. Профессиональные намерения ещё неопределенны. Неудовлетворенность реально наступившим будущим стимулирует развитие рефлексии – осознание собственного «Я» (Кто я? Каковы мои способности? Каков мой жизненный идеал? Почему я выбрал эту профессию? А что я о ней знаю? Смогу ли я работать по этой профессии?). Все эти вопросы не дают покоя, волнуют и тревожат неокрепшую психику учащихся и в то же время заставляют размышлять, искать ответы, начинать действовать. Иногда подросткам очень трудно самим ответить на эти вопросы, поэтому важно в этот момент протянуть им руку помощи, помочь разобраться и направить в правильное русло.

В ходе реализации программы применяются активные методы обучения, т.е. система методов, обеспечивающих активность и разнообразие мыслительной и практической деятельности обучающихся с использованием накопленных знаний. Методы строятся на практической направленности, интерактивности, разнообразных коммуникациях, монологе, диалоге, использовании знаний и опыта обучающихся, групповой форме организации их работы, вовлечении в процесс всех органов чувств, деятельностном подходе, рефлексии.

В программе использованы такие формы работы, как дискуссия, анкетирование, беседы, индивидуальные консультации, тренинги, игровые формы работы.

Главным в адаптации остается процесс психологической перестройки личности обучающегося, его заинтересованности, а также способности, умение и желание приспособливаться к новой социальной среде, к условиям обучения в колледже.

И здесь большую роль играет самостоятельная, творческая работа обучающегося. А задачей является, прежде всего, не только быстрее и мягче адаптировать, не только дать профессиональные знания и сформировать умения, но и научить «вжиться», полюбить выбранную профессию, помочь будущему специалисту «войти» в реальные условия современной жизни.

Поэтому и помощь должна осуществляться всеми специалистами колледжа на основе их совместного взаимодействия.

Таким образом, выявление трудностей у обучающихся и определение путей их преодоления позволит повысить адаптационную активность обучающихся, их успеваемость и качество знаний.

План мероприятий

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1	2	3	4
Просветительское направление			
1	Проведение «Дня знаний» Встреча с администрацией колледжа, мастером, классным руководителем.	Сентябрь	Администрация колледжа, инженерно – педагогический состав
2	Знакомство с колледжем, аудиториями, преподавателями, ознакомление с Уставом колледжа, правилами внутреннего распорядка	Сентябрь	Администрация колледжа, инженерно – педагогический состав
3	Экскурсия в библиотеку	Сентябрь	Библиотекарь
4	Знакомство с обучающимися первого курса	Сентябрь	Педагог – психолог
5	Участие в родительских собраниях для родителей 1 курса	Сентябрь - октябрь	Администрация колледжа, мастера, педагог - психолог
Диагностическое направление			
1	Изучение личных дел обучающихся – первого курса	Сентябрь	Педагог – психолог, мастера, классные руководители
2	Выявление списков студентов-первокурсников, требующих особого внимания (сироты, дети из неблагополучных семей и т.д.)	Сентябрь	Педагог – психолог
3	Первичная психологическая диагностика 1 курса по изучению профессиональной направленности подростков, исследование контингента студентов на этапе поступления в колледж в приемной комиссии (приложение №1)	Сентябрь	Педагог - психолог
4	Методика первичной диагностики студентов и выявление детей «группы риска» (М.И. Рожков, М.А. Ковальчук) (приложение №2)		Педагог - психолог
5	Изучение мотива поступления в колледж, на данную специальность (приложение №3)	Ноябрь	Педагог - психолог
6	Изучение психологического климата в группах (беседы, наблюдения).	Сентябрь - октябрь	Педагог - психолог
7	Изучение индивидуальных особенностей личности учащихся нового набора с использованием необходимых методик	Сентябрь-декабрь	Педагог - психолог
8	Составление социально – психологического портрета первокурсника (приложение №4)	В течении года (по необходимости)	Педагог – психолог
9	Изучение профессионально важных качеств обучающихся	В течении года	Педагог - психолог
10	Диагностика наличия и типа имеющихся акцентуаций характера учащихся «группы риска», склонных к асоциальному поведению	Октябрь	Педагог - психолог
11	Выявление спортивных и творческих интересов и наклонностей	Сентябрь	Педагог - психолог
12	Степень адаптированности первокурсников (приложение №5)	Ноябрь	Педагог - психолог
13	Анализ результатов диагностики индивидуальных особенностей	В течении года	Педагог – психолог

	личности учащихся с последующим оказанием психологической помощи		
14	Анализ результатов исследования уровня адаптации учащихся, выявление группы риска, составление индивидуальных коррекционных программ	Октябрь	Педагог – психолог
15	Анкетирование студентов по выявлению уровня комфортности проживания в общежитии	Октябрь	Педагог – психолог, воспитатель общежития
16	Консультирование мастеров по результатам реализации программы адаптации студентов - первокурсников	Декабрь	Педагог – психолог
Профилактическое направление			
1	День первокурсника	Сентябрь	Воспитательная служба
2	День Здоровья	Сентябрь - октябрь	Руководитель физ. воспитания, преподаватели
3	Знакомство первокурсников с учащимися 2-3 курсов, своей специальности, посещение мастерских и кабинетов проф. направленности	Сентябрь - октябрь	Мастера производственного обучения
4	Внеаудиторное мероприятие с элементами тренинга на знакомство, развития навыков общения, сплочение (приложение 6)	Сентябрь - октябрь	Мастера, педагог - психолог
5	Классные часы на развития навыков общения, мотивация и формирование интереса к выбранной профессии.	В течении года	Мастера, классные руководители
6	Индивидуальная работа со студентами, направленная на снятие состояния тревожности и агрессии	В течении года	Педагог – психолог
7	Рекомендации кураторам, мастерам по результатам психодиагностики индивидуальных особенностей учащихся.	Ноябрь, декабрь	Педагог – психолог
Коррекционно – развивающее направление			
1	Предупреждение и снятие у студентов психологического дискомфорта, связанного с учебной деятельностью	В течении года	Педагог - психолог
2	Индивидуальная работа с дезадаптированными студентами взаимодействие с социальным педагогом в работе со студентами, “группы риска”	В течении года	Педагог – психолог, социальный педагог
3	Работа по урегулированию конфликтных ситуаций между участниками образовательного процесса	В течении года	Администрация колледжа, воспитательная служба, мастера, классные руководители
4	Участие в работе Совета профилактики правонарушений и безнадзорности среди несовершеннолетних	В течении года	Члены совета профилактики

Список используемой литературы

1. Выготский Л.С. Психология.-М: Изд-во Эксмо-Пресс, 2011. – 108 с.- (Серия «Мир психологии»)
2. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога.- М.,2011.
3. Грецов А.Г., Жукова Е.В. Из школы в жизнь: социально психологическая адаптация старшеклассников/ Грецов А.Г., Жукова Е.В.: журнал «Психология и школа», 2011 -№ 1.
4. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками/Л.Ф.Анн. - Питер,2011.-272 с.
5. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков/А.Г.Грецов.- Питер,2011.-160 с.
6. Митина Л.М. Психологическое сопровождение выбора профессии. М., “Флинта”, 2011, 181 с.
7. Грецов А., Бедарева Т. Психологические игры для старшеклассников и студентов. – СПб.: Питер, 2011.
8. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.,2011.
9. Психологический тренинг с подростками /Л.Ф. Анн.-СПб.,2011.
10. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М.,2011.