**Ланг Светлана Валерьевна,**

**педагог – психолог,**

ГБОУ СПО «Топкинский технический техникум»

**Что надо знать родителям о периоде адаптации**

 В процессе развития личности будущего специалиста особую роль играет начальный этап обучения в техникуме. Сложность его заключается в том, что при переходе от общего к среднему профессиональному образованию у обучающихся происходит смена социального окружения, приобретаются новые способы познавательной деятельности, формируются новые формы межличностных отношений.

 Переход в новую сферу волнителен как для обучающихся, их родителей, так и для педагогов. На протяжении обучения в техникуме бывший школьник должен пройти несколько этапов своего профессионального развития: - завершение общеобразовательной программы; - специальная подготовка и учебная практика; - подготовка к государственным экзаменам и получение профессии. И потому чем успешнее пройдет адаптация первокурсников к обучению в техникуме, тем выше будет психологический комфорт, учебная мотивация.

 Современный словарь по психологии определяет понятие “адаптация – это приспособление строения и функций организма … к условиям окружающей среды”. Период адаптации обычно занимает от 3-4 недель до 2-3 месяцев.

Что происходит в период адаптации? Значительно повышается нагрузка на организм, учащийся после школы попадает в новый для себя жизненный уклад. Ему приходится осваивать множество правил поведения образовательного учреждения, которые отличаются от принятых в школе. Адаптационный период и его особенности существенно определяют в дальнейшем морально-психологическое самочувствие первокурсников, их дисциплинированность, отношение к учебе, активность жизненной позиции. Выбор профессии влечет за собой возникновение перед подростками новых проблем, связанных с обучением в данном заведении, общением с однокурсниками, педагогами. Он вступает в новую социальную ситуацию развития сразу же при поступлении в учебное заведение. Эту ситуацию характеризуют не только новые коллективы, но, самое главное, направленность на будущее: на выбор образа жизни, профессии, референтных групп. Необходимость этого выбора диктуется самой жизненной ситуацией, инициируется родителями и направляется учебным заведением. Соответственно в этот период основное значение приобретает ценностная ориентационная активность. Она связывается со стремлением к автономии, правом быть самим собой. …

 Большую часть поступающих в техникум составляют 16-ти летние обучающие, у которых начинается период перехода от старшего подросткового возраста к ранней юности. Отметим некоторые психологические особенности ранней юности. Юношеский период – этап формирования собственного мировоззрения, принятия ответственных решений, этап человеческой близости, когда ценности дружбы, любви, интимной близости могут быть первостепенными. Для юношества свойственны - максимализм мышления: разрабатывая свои теории, юноша ведет себя так, как если бы мир должен был подчиняться его теориям, а не теории действительности; стремление к самоутверждению, независимости, оригинальности, пренебрежение к советам старших, проявление недоверия, критики, отсутствие подлинной самостоятельности, повышенная внушаемость. Происходит существенная перестройка эмоциональной сферы. Возникающая на рубеже подросткового и юношеского возраста потребность к самоопределению влияет на характер учебной деятельности, а иногда и определяет ее. ……….
         Адаптация первокурсников – это сложный процесс приспособления к новым условиям учебной деятельности и общения. Период адаптации дает возможность осуществить проверку социально-психологической подготовки ребят к обучению, спрогнозировать возможность их дальнейшего продвижения и развития. Различная обстановка по-разному влияет на поведение и психологическое состояние первокурсников. Одно поведение, одни чувства в обществе друзей, другое – в незнакомом коллективе, третье – на виду у преподавателей. Новая обстановка, новые товарищи, незнакомые преподаватели, множество трудностей – все это может отрицательно воздейст-вовать на психику первокурсника, и сделать его на какой-то период пассивным, осторожным, или, наоборот, неуравновешенным, раздражительным. Кроме того, студенты-первокурсники не уверены в правильности выбора или отрицательно относятся к будущей профессии, все это тоже будет влиять на процесс адаптации.

Первый курс – самый сложный и трудный для учащихся. Переход от школьной системы обучения к профессиональной является «скачком», связанным с повышением интенсивности учебной деятельности, требований к знаниям, навыкам и умениям. Поэтому значительная часть первокурсников испытывает трудности в учебной деятельности. Им необходимо помочь научиться слушать и записывать учебный материал, самостоятельно изучать рекомендованную литературу, готовиться к контрольным работам, зачетам, экзаменам.

Основными факторами, способствующими быстрой адаптации первокурсников, являются: общительность, умение учиться, поддержка родителей, группы, преподавателей, стремление получить избранную специальность. Существенную роль в преодолении трудностей адаптации первокурсников играет преподаватель, мастер п/о, классный руководитель. От родителей требуется помощь и поддержка при освоении нового уклада жизни. Важно быть внимательным к подростку, проявлять интерес и быть готовыми сотрудничать с педагогами.

**Список литературы:**

1. Дубровина И.В. Формирование личности старшеклассника – М.: Педагогика, 1989. – 169 с.…

2. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб., 2000. – 269 с.

3. Шумская Л.И. Современное студенчество: возрастные и социально-психологические особенности //Психология. - №3, 2000. - С. 3-11.