ПРОГРАММА

Адаптация студентов-первокурсников к жизнедеятельности вуза

Программа ***«Адаптация студентов-первокурсников к жизнедеятельности вуза»***

Целью является помощь студентам-первокурсникам в социально-психологической адаптации к жизни и учёбе в ЕГУ им. И.А. Бунина. Данная Программа реализовывается совместно с Управлением по социальной и воспитательной работе, первичной организацией обучающихся и советом обучающихся.

Введение

Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина является одним из ведущих вузов Липецкой области и Центрального Черноземья. Основанный в 1939 году как учительский институт вырос в классический университет, реализующий программы высшего профессионального, послевузовского и дополнительного образования по широкому спектру направлений.

За свою историю университет подготовил более 50 тысяч специалистов, успешно работающих во многих отраслях по всей России и в более чем в 60 странах мира.

Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина функционирует в условиях уникальной исторической территории, которая является родиной выдающихся земляков: И.А. Бунина, М.М. Пришвина, В.В. Розанова, Н. Жукова, Т.Н. Хренникова и др., оставивших свой след в российской и мировой культуре. В этой связи деятельность вуза направлена на сохранение этого наследия для нынешних и будущих поколений.

В настоящее время университет является не только образовательным, но и социокультурным центром города и всей Липецкой области, вовлекая в просветительскую, культурную и духовную деятельность жителей региона.

В университетской среде культивируется дух здорового образа жизни, что позволяет реализовывать творческий и научный потенциал студентов и преподавателей вуза.

Адаптация - это процесс изменения характера связей, отношений студента-первокурсника к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. Степень социальной адаптации первокурсника к жизнедеятельности в вузе 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.

В процессе адаптации первокурсников обычно выявляются следующие трудности: неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая готовность к ней (пошел учиться вместе с другом, отправили родители, нет возможности учиться в другом городе и др.), выстраивание межличностных отношений в новом коллективе.

Помимо учебно-методических, организационных задач, студенты должны адаптироваться к культуре, традициям, существующей общепринятой системе норм и ценностей. Поэтому помощь в адаптации студентам к новой образовательной и культурной среде - важная задача вуза. От решения этой задачи, от предоставления студентам-первокурсникам реальной возможности участвовать в общественной, культурно-массовой, спортивной жизни вуза, города во многом зависит не только укрепление престижа высшего учебного заведения, но и повышение молодёжной активности в городе.

Воспитательная цель программы:

- воспитание потребности стремления к созданию и приумножению ценностей духовной культуры, участию в культурной жизни университета;

- приобщение студентов-первокурсников к традициям вуза, моральным ценностям, воспитание адекватной самооценки результатов своей деятельности;

- выявление и развитие задатков, формирование на их основе общих и специфических способностей, индивидуальности личности, возвышение ее творческого потенциала и способности к саморазвитию;

- воспитание потребности к труду как первой жизненной необходимости, высшей жизненной ценности и главному способу достижения жизненного успеха, целеустремленности и предприимчивости, конкурентоспособности во всех сферах жизнедеятельности;

- воспитание потребности к физической культуре и здоровому образу жизни, формировать общие психологические и гражданские качества личности, жизнеспособность, активность, самостоятельность.

Объект программы: студенты-первокурсники, обучающиеся в ЕГУ им. И.А. Бунина.

Предмет программы: социально-педагогические условия процесса адаптации студентов-первокурсников к жизни и учёбе в Елецком государственном университете.

Основные задачи программы:

- обеспечить деятельность различных служб вуза, задействованных в охране и защите прав студентов-первокурсников;
- помощь студентам-первокурсникам в адаптации к жизни и учёбе;
- обеспечить иногородних студентов-первокурсников общежитием, помочь наладить быт и помочь благоустроиться; организовать помощь в ориентации по ВУЗу и городу;
- создать систему социальной помощи и психолого-педагогической поддержки студентов, относящихся к социальным группам риска;
- формировать у студентов устойчивую мотивацию к получению специальности, а так же содействовать в их профессиональном становлении;

- формировать у студентов положительное отношение к окружающему миру, к себе, профилактика негативных поведенческих тенденций: противодействие идеологии терроризма, наркотизации, алкоголизма и др.;
- формировать представление о структуре учебного процесса;
- развивать групповую сплоченность, создать благоприятный психологический климат в коллективе;
- создать атмосферу взаимного уважения друг к другу, на принципах дружбы и сотрудничества людей разных религий и национальностей;
- развивать и представлять творческие способности и таланты, вовлекать студентов в студенческие объединения ЕГУ им. И.А. Бунина, творческие коллективы;
- развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе;
- формировать позитивное отношение к здоровому образу жизни, где здоровым должно быть не только тело, но и дух человека, стремление к физическому самосовершенствованию и развитию;
- развитие навыков работы в команде, принятие решений, ответственности;
- предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой;
- вовлечь студентов-первокурсников в общественную и культурно-массовую жизнь;
- знакомить студентов-первокурсников с духовным и культурным достоянием, историческим наследием города Ельца, Липецкой области, университета;
- обретение участниками программы опыта построения взаимоотношений на основе равенства, уважения, справедливости и сотрудничества.

Практическая значимость: успешная реализация Программы будет способствовать успешному обучению студентов-первокурсников, формированию позитивного представления о вузе как надежном и серьезном

партнере, развитию отношений в сфере экономики, политики, культуры, техники, образования в будущем.

Методические принципы реализации Программы:

- Социальной адекватности воспитания (взаимосвязь воспитательных задач и задач социального развития демократического общества; координация взаимодействия различных социальных институтов; обеспечение комплекса социально-педагогической помощи, учет разнообразных факторов окружающей социальной среды);
- Создания воспитывающей среды (выделение доминирующей цели коллектива; определение ведущей деятельности; формирование позитивного отношения к творчеству; наличие «отношений ответственной зависимости» и т.д.);
- Культуросообразности (ориентация на общечеловеческие и национальные ценности, учет национальных и этнокультурных особенностей, терпимость к иным культурным формам жизнедеятельности и т.д.)
- Коллективного творчества (общая забота, сотрудничество и сотворчество, единство мыслей и действий, воли и чувств, творчество, а не шаблон в деятельности и т.д.)

Теоретические основания программы:

Процесс адаптации студентов-первокурсников включает в себя:

1. *Дидактическую или академическую адаптацию* – адаптацию к новым формам организации учебного процесса, принятого в вузе, обеспечивающую психологическую готовность к учебной деятельности в условиях новой социально-культурной среды.

2. *Адаптацию к иной системе питания.* Студенты вынуждены, как правило, пользоваться столовой. Непривычным может быть вид пищи, ее вкусовые качества, может быть недостаточным ассортимент продуктов. Иногородние студенты не всегда умеют сами готовить.

3. Психологическую адаптацию. Студенты-первокурсники обладают индивидуально-психологическими особенностями, которые также могут проявляться в адаптационном процессе.

К факторам, ухудшающим адаптацию, следует отнести – недостаток информации. Этот фактор является основной причиной дезадаптации. Именно из-за недостатка информации могут включаться эмоции и начинаться стрессовые состояния.

К внутренним факторам, облегчающим адаптацию можно отнести: опыт человека, особенно в преодолении трудностей, хорошее здоровье и волевые качества; *к внешним* - целенаправленную работу всех служб по адаптации. Например, академическая адаптация предполагает целенаправленную работу преподавателя по минимизации психологических стрессоров. Позитивное влияние на адаптационные процессы имеют правильная организация учебных занятий, установление комфортного микроклимата в учебной группе и т.д.

Основным показателем адаптированности личности являются эмоциональные состояния. Положительные эмоции, которые человек испытывает в отношениях с друзьями, в бытовой сфере, удовлетворительное самочувствие, ощущение душевного комфорта - все это факторы адаптированности личности. Они могут выступать в качестве критериев диагностики эффективности сложившейся системы в работе со студентами-первокурсниками.

Таким образом, чтобы адаптация проходила эффективно и трудности, возникающие в данный период, были сведены к минимуму, студенты-первокурсники должны обладать достаточной информацией по вопросам социального обеспечения и поддержки, проживания и обучения в вузе; условия проживания и обучения должны быть комфортными, а отношения с преподавателями и одногруппниками, студентами института/факультета и университета доверительными и доброжелательными.

Для этого необходимо выполнить ряд условий:

1. Наличие высококвалифицированного профессорско-преподавательского состава. Успешность в обучении является не столько показателем общей одаренности студента-первокурсника, их высокой трудоспособности, но и показателем адаптированности. Широкое привлечение к работе со студентами-первокурсниками студенческого актива.
2. Наличие современного учебно-методического обеспечения в учебно-воспитательном процессе, где учатся студенты-инвалиды, наличие рекомендаций по оптимизации процесса обучения и воспитания.
3. Наличие доступной, достоверной и адаптированной к уровню владения русским языком информации для иностранных студентов об условиях проживания и обучения в ЕГУ; об истории страны, ее обычаях, быте и нравах.
4. Наличие развитой системы досуга. Обеспечение участия студентов-первокурсников в культурно-досуговых и спортивно-оздоровительных мероприятиях, проводимых в университете, а также занятия в спортивных секциях и кружках художественной самодеятельности, студенческих объединениях.
5. Наличие социально-педагогической и психологической службы, организация специальных психологических занятий и лекций для студентов-первокурсников. Студенты отдельных категорий (сироты, инвалиды и т.д.) должны быть информированы о том, где получить квалифицированную психологическую помощь и поддержку.
6. Хорошее владение русским языком – для иностранных студентов. Чем лучше усваивается язык, тем эффективнее адаптация, тем быстрее студент перестает стесняться обращаться со своими просьбами и вопросами, т.е. общаться становится легче, а значит, и познание нового становится легче (организация курса дополнительного изучения русского языка).
7. Информированность студентов-первокурсников, знакомство с правовыми и административными правилами и нормами жизни университета.

8. Проведение мониторинга по адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения и проживания в ЕГУ.

Практические основания программы: в рамках вузовской Программы «Адаптация студентов-первокурсников к условиям жизнедеятельности вуза» (далее Программы) мы проводим опрос студентов. Данные опроса свидетельствуют, что поступившие на обучение студенты, испытывают определенные трудности в адаптации. Результаты мониторинга свидетельствуют о том, что студенты плохо ориентируются в расписании, не знакомы с представителями ректората, дирекциями институтов/факультета, структурными подразделениями университета, территориальным расположением корпусов и т.д. Все перечисленные знания - это существенное условие успешной адаптации студентов-первокурсников. Поэтому направления, методы и формы реализации программы основаны, во-первых, на знании о сущности, содержании понятия «адаптация», факторах и условиях способствующих успешной адаптации, во-вторых, на данных диагностических исследований.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	«Адаптация студентов-первокурсников к жизнедеятельности вуза»
Наименование учреждения	ФГБОУ ВО «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина»
Автор программы	Коллектив авторов
Цель программы	Создание условий для успешной социально-психологической адаптации, гармоничного развития личности студента, мотивации на успешное обучение и освоение профессиональных компетенций
Задачи	- обеспечить деятельность различных служб вуза, задействованных в охране и защите прав студентов-первокурсников; - помощь студентам-первокурсникам в адаптации к жизни и учёбе; - обеспечить иногородних студентов-первокурсников общежитием, помочь наладить быт и помочь благоустроиться; организовать помощь в ориентации по ВУЗу и городу;

	- создать систему социальной помощи и психолого-педагогической поддержки студентов, относящихся к социальным группам риска; - формировать у студентов устойчивой мотивации к получению специальности, а так же содействовать в их профессиональном становлении; - формировать у студентов положительное отношение к окружающему миру, к себе, профилактика негативных поведенческих тенденций; - формировать представление о структуре учебного процесса; - развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе; - создать атмосферу взаимного уважения друг к другу, на принципах дружбы и сотрудничества людей разных религий и национальностей; - развивать и представлять творческие способности и таланты, вовлекать студентов в студенческие объединения ЕГУ им. И.А. Бунина, творческие коллективы; - развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе; - формировать позитивное отношение к здоровому образу жизни, где здоровым должно быть не только тело, но и дух человека, стремление к физическому самосовершенствованию и развитию; - развитие навыков работы в команде, принятие решений, ответственности; - предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой; - вовлечение студентов-первокурсников в общественную и культурно-массовую жизнь; - знакомство студентов-первокурсников с духовным и культурным достоянием, историческим наследием города Ельца, Липецкой области, университета; - обретение участниками программы опыта построения взаимоотношений на основе равенства, уважения, справедливости и сотрудничества.
Направления программы	Социально-информационное направление: - организация и проведение консультаций для студентов, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, по разрешению социально-педагогических проблем и др.; - организационные мероприятия с кураторами/тьюторами и со студентами первого курса; - информирование заместителей директоров по учебно-

	воспитательной работе, преподавателей и кураторов о социально-психологических особенностях первокурсников. 2. Диагностическое направление: - изучение индивидуально-психологических особенностей обучающихся, их интересов, мотивов поступления в вуз, отношения к будущей профессии; - мероприятия по исследованию уровня социально-психологической адаптации и выявление дезадаптации первокурсников; - определение профессиональных склонностей, исследование творческих способностей. 3. Профилактическое направление: - мероприятия в форме кураторских 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, социальной активности; - мероприятия по предотвращению стрессовых состояний и состояний нервно-психического напряжения в период адаптации первокурсников. 4. Коррекционно-развивающее направление: - организация психокоррекционной работы при нарушениях протекания процесса социально-психологической адаптации студентов первого курса - встречи с активом ЕГУ, председателем студенческого совета; - консультация психолога, работа в тренинговых группах; расселение в общежитии и оформлении регистрации, объяснение правил проживания в общежитии ЕГУ, помощь в организации быта, предоставление справочной информации о работе точек общественного питания, магазинов, работы общественного транспорта, театров и к/театров, авто- и железнодорожного вокзалов и т.п., обзорных экскурсий по г. Ельцу «Маршрут выходного дня» (куратор, специалисты управления ВРиМП, паспортист, комендант общежития); - верёвочный курс; Проект направлен на успешную адаптацию студентов-первокурсников к университетской среде: знакомство со структурой и традициями ЕГУ, выявление лидеров и талантов.
Срок проведения	В течение первого полугодия (при необходимости – в течение года)
Формы	Фестивали, круглые столы, экскурсии, соревнования,

работы	тренинги, беседы, событийные праздники, беседы, консультации.
Ожидаемые результаты	1. Создание единой адаптационной среды. 2. Включение всех первокурсников (особое внимание - относящимся к группе риска) в целенаправленный управляемый процесс социально-психологической адаптации. 3. Осознание первокурсниками трудностей связанных с первыми месяцами обучения, умение справляться с эмоциональными кризисами. 4. Осознание правильности сделанного профессионального выбора. 5. Сохранность контингента.
Исполнители программы	Ректорат Управление по воспитательной работе и молодежной политике Дирекции Профессорско-преподавательский состав Специалисты Сотрудники медпункта Кураторы/тьюторы Комендант общежития