

Помощь родителей в период адаптации ребенка к новым условиям образовательной среды колледжа



Поступив в среднее специальное учреждение, студент-первокурсник сталкивается с совершенно новыми для него способами организации учебного процесса: с одной стороны, высокая интенсивность изучения учебного материала, с другой стороны, недостаточные навыки самостоятельной работы и привычка осваивать учебные знания в готовом виде. К тому же студент сталкивается с новыми видами деятельности (освоение профессии), новым коллективом учебной группы.

В связи с этим можно четко определить понятие «адаптация» как процесс приспособления студентов к новым условиям жизнедеятельности, новой социальной ситуации.

В процессе развития личности будущего специалиста особую роль играет начальный этап обучения. Сложность его заключается в том, что у студента происходит перестройка всей системы ценностно-познавательных ориентаций личности, осваиваются новые способы познавательной деятельности и формируются определенные типы и формы межличностных связей и отношений.



Чем эффективнее пройдет адаптация студентов к обучению в колледже, тем выше будет психологический комфорт, учебная мотивация, направленность и характер учебной деятельности на старших курсах.

Способность адаптироваться, преодолевать трудности, найти свое место в жизненном пространстве является решающим фактором успешного развития личности, а в будущем – специалиста с профессиональным образованием.

В становлении успешной адаптации студентов

важна помощь и поддержка родителей!

Рекомендации психолога для родителей

- Настроить своего первокурсника на серьезный лад.
- Интересоваться его жизнью, а особенно тем, что нового он узнал на лекциях.
- По возможности создайте условия для полноценного обучения – исключите отвлекающие факторы;
- Следите за тем, чтобы ваш ребёнок соблюдал режим дня: ложился спать не позднее 22 часов, (необходим 8-и часовой сон), правильно организовал свой быт, с меньшими затратами времени, поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену;
- Помогите правильно организовать свой быт, с меньшими затратами времени;
- Контролируйте чтобы питался - не менее 3 - х раз в день;
- Находился на свежем воздухе не менее 2 часов в день. Это улучшает самочувствие;
- Необходима двигательная активность, занятия спортом;
- Вне зависимости от того, на какое расстояние уезжает первокурсник не теряйте с ним связь, регулярно звоните, поддерживайте морально, интересуйтесь успехами и т.д.;
- Поддерживайте связь с классным руководителем и администрацией колледжа. Контролируйте посещаемость и успеваемость своего ребенка на протяжении всех лет обучения;
- Учите больше работать самостоятельно;
- Поддерживайте психологический комфорт в вашей семье, не ссорьтесь;
- Будьте внимательны к тем, изменениям, которые вы замечаете в своем ребенке;
- Опирайтесь на сильные стороны ребенка, не подчеркивайте его промахи, принимайте его индивидуальность;
- В общении демонстрируйте оптимизм, юмор и свою веру в его успехи и начинания. А так же используйте такие слова поддержки, как: «Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо», «Ты делаешь это очень хорошо», «Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему». И избегайте

следующих фраз: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты», «Я так и знала».