

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРОЦЕСС АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ

Н. Н. Малярчук

Необходимым условием успешной деятельности студента является освоение новых для него особенностей учебы в вузе, устраняющие ощущение внутреннего дискомфорта и блокирующие возможность конфликта со средой. Среди негативных факторов, вызывающих выраженный дискомфорт, на первом курсе преобладают: внезапное нарушение школьного стереотипа, отрицательные переживания, связанные с уходом вчерашних школьников из школьного коллектива с его взаимной помощью и моральной поддержкой, интеллектуальные перегрузки при нерационально организованном учебном процессе, свобода от постоянного контроля со стороны родителей и учителей, "мозговые штурмы" перед экзаменами и зачетами, отрыв от семьи у иногородних студентов, сложность психологической "притирки" в новом коллективе и неизбежные межличностные конфликты, материальные трудности и неумение рассчитать свой бюджет, бытовая неустроенность, непривычные условия жизни в общежитии или на "квартире", неправильное и нерациональное питание с нарушением режимных моментов.

Всё это сопровождается перенапряжением многих систем организма, развитием функциональных нарушений и состояний предболезни, обострением имеющейся хронической патологии, появлением новых болезней, снижением резистентности к инфекциям и учащением сезонных простудных заболеваний, ещё более нарушая процесс адаптации.

В достижении цели успешной адаптации первокурсников ТГУ к условиям обучения в вузе способствует следующее:

— работа по формированию и комплектованию академических групп с особым акцентом на выборе старост групп (это студенты, выбравшие свою специальность осознанно, которые отлично учатся по всем предметам учебного цикла, активно участвуют в научной и общественной жизни, непримиримы к

недостаткам, честны и порядочны, пользуются авторитетом в коллективе как хорошие и надежные товарищи);

- назначение кураторов групп из преподавателей, понимающих студентов, видящих в них личность, обладающих высоким интеллектом и профессионализмом;

- проведение ритуалов: "Посвящение в студенты", "Дебют первокурсника";

- знакомство с историей вуза и выпускниками, прославившими его, в музее ТюмГУ;

- чтение курсов "Введение в специальность";

- проведение "деканатских проверок" на лекциях и семинарских занятиях с целью контроля за посещаемостью;

- проведение полусеместровой аттестации, что позволяет контролировать самостоятельную работу студентов, вовремя оказать им необходимую помощь.

Процесс адаптации каждого студента идет по разному а цель деканата – помочь в осознании необходимости самостоятельной регуляции своего поведения каждым первокурсником и в эффективном использовании тех степеней свободы в организации своих занятий и быта, которые еще недавно были им недоступны.