

КГАПОУ «Красноярский техникум транспорта и сервиса»

Утверждаю:
Директор КГАПОУ «Красноярский
техникум транспорта и сервиса»
А.Н. Толстихин
«09» 09 2021 г.



**ПРОГРАММА «ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОПРОВОЖДЕНИЕ АДАПТАЦИИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ»**

Составитель программы:
Педагог-психолог О.В. Герасимова

Красноярск 2021 г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первокурсников к системе профессионального образования в КГАПОУ «Красноярский техникум транспорта и сервиса»
Цель программы	Осуществление психолого-педагогических мероприятий, способствующих успешной адаптации обучающихся нового набора к образовательно-воспитательному процессу в техникуме, а также создание комфортной эмоциональной среды для начала успешной самореализации личности обучающихся.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none">- формирование позитивных учебных мотивов;- обеспечение механизмов оптимизации периода адаптации в условиях нового учебного заведения с учетом психологических особенностей обучающихся-первокурсников;- создание благоприятного психолого-педагогического микроклимата в группах, установление и поддержание социального статуса обучающихся в новом коллективе;- взаимодействие с обучающимися и родителями, с целью предупреждений отклоняющегося поведения, преодоление трудностей в учебе, решение личностных проблем в адаптационный период;- раннее выявление и предупреждение возможных нарушений в период социализации личности обучающегося посредством психодиагностики и консультирования;-повышение психолого-педагогическую компетентность педагогов, обучающихся и их родителей, используя различные формы и методы пропаганды психологических знаний;- выявление дезадаптированных обучающихся группы риска;- оказание консультативной или иной другой

	помощи по ликвидации проблемных ситуаций в микросреде обучающихся.
Сроки реализации программы	2021-2022 г.
Этапы реализации	1 этап: сентябрь-октябрь 2021 г. 2 этап: ноябрь-декабрь 2021 г. 3 этап: январь-апрель 2022 г. 4 этап: май 2022 г.
Ожидаемые результаты	1.Снятие у обучающихся психологического напряжения. 2.Повышение у обучающихся уверенности в себе. 3.Сплочение групп и проживающих в общежитии. 4.Формирование готовности к самопознанию и самосовершенствованию.

1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ И ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ ПРОГРАММНЫМИ МЕТОДАМИ

Формирование конкурентоспособного молодого специалиста, разносторонне образованного, нестандартно мыслящего, обладающего широким кругозором профессионала, граждански активного, духовно, нравственно и профессионально подготовленного к работе по избранной специальности является важнейшей задачей, которая стоит перед образовательными учреждениями среднего профессионального образования. С момента зачисления обучающихся в техникум начинается работа по их адаптации к новой жизни.

Целью педагогического процесса в КГА ПОУ «Красноярский техникум транспорта и сервиса» является создание условий для формирования гармонично развитой личности, с мировоззренческими позициями и установками в отношении обучения и профессии, обеспечивающие способность и готовность выпускника к высоким достижениям для общества. Первый год обучения в техникуме особенно труден для обучающегося. Переходный период от обучения в школе к обучению в системе СПО характеризуется значительными изменениями места юноши или девушки в системе доступных им отношений, да и всего образа жизни в целом. Поэтому организации работы с первокурсниками по их адаптации к обучению в техникуме должно быть уделено очень большое внимание.

Адаптация – это процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебного процесса. Адаптация обучающихся к обучению в техникуме имеет свои особенности. Вхождение подростков в систему обучения, приобретение ими нового социального статуса требуют от них выработки новых способов поведения, позволяющих им в наибольшей степени соответствовать своему новому статусу. Такой процесс приспособления может проходить достаточно длительное время, что может вызвать у человека перенапряжение как на психологическом, так и на физиологическом уровнях, вследствие чего у обучающегося снижается активность и он не может не только выработать новые способы поведения, но и выполнять привычные для него виды деятельности.

Известно, что процесс адаптации к обучению в техникуме – явление весьма сложное. Выделяют две стороны адаптации обучающихся:

- профессиональную адаптацию, под которой понимается приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе;

- социально-психологическую адаптацию - приспособление индивида к группе, взаимоотношениям в ней, выработка собственного стиля поведения.

Различают следующие формы адаптации первокурсников к условиям техникума:

- адаптация формальная, касающаяся познавательного-информационного приспособления обучающихся к новому окружению, к структуре техникума, к содержанию обучения в нем, требованиям к своим обязанностям;

- адаптация общественная, то есть процесс внутренней интеграции (объединения) групп первокурсников и интеграция этих же групп с окружением обучающихся в целом;

- адаптация дидактическая, касающаяся подготовки обучающихся к новым формам и методам учебной работы в техникуме. Именно на первом курсе формируется отношение молодого человека к учебе, к будущей профессиональной деятельности, продолжается "активный поиск себя".

Адаптация – это процесс изменения характера связей, отношений обучающихся к содержанию и организации учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. Степень социальной адаптации первокурсника определяет множество факторов: индивидуально-психологические особенности человека, его личностные, деловые и поведенческие качества, ценностные ориентации, академическая активность, состояние здоровья, социальное окружение, статус семьи и т. д. Жизнь в техникуме начинается с первого курса, поэтому успешная адаптация обучающихся нового набора к жизни и учебе является залогом дальнейшего развития каждого обучающегося как человека, будущего специалиста. Для одних процесс адаптации протекает легко, безболезненно, другие обучающиеся еще долгое время после поступления не могут влиться в новый коллектив, усвоить новые требования и правила. Опыт работы показывает, что ряд факторов мешает успешной адаптации первокурсников к обучению в техникуме:

- недостаточная способность обучающихся к успешной самостоятельной работе с большим объемом учебной информации;

- большая учебная загруженность;

- низкий социальный статус в группе;

- несформированность социальной компетентности (неумение разрешать конфликты, отстаивать свою точку зрения, вступать в конструктивный диалог и т.д.).

Очевидным становится, что ускорение процессов адаптации первокурсников к новому для них образу жизни и деятельности, исследование психологических особенностей, психических состояний, возникающих в учебной деятельности на начальном этапе обучения, а также выявление педагогических и психологических условий активизации данного процесса являются чрезвычайно важными задачами. Таким образом, становится очевидной необходимость поиска путей активизации социально-психологических и педагогических условий, способных обеспечить процесс адаптации студентов нового набора. Этим и объясняется необходимость создания данной программы.

2. ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Данная программа предназначена для организации психолого-педагогических мероприятий, способствующих успешной адаптации обучающихся нового набора к образовательно-воспитательному процессу, а также создание комфортной эмоциональной среды для начала успешной самореализации личности обучающихся.

Целью данной программы является организация помощи первокурсникам в более быстрой и успешной адаптации к требованиям и нормам техникума, а также создание комфортной эмоциональной среды для начала успешной самореализации личности обучающихся.

Задачи программы:

- формирование позитивных учебных мотивов;
- обеспечение механизмов оптимизации периода адаптации в условиях нового учебного заведения с учетом психологических особенностей первокурсников;
 - создание благоприятного психолого-педагогического микроклимата в группах, установление и поддержание социального статуса обучающихся в новом коллективе;
 - взаимодействие с обучающимися и родителями, с целью предупреждений отклоняющегося поведения, преодоление трудностей в учебе, решение личностных проблем в адаптационный период;
 - раннее выявление и предупреждение возможных нарушений в период социализации личности обучающегося посредством психодиагностики и консультирования;
 - повышение психолого-педагогической компетентности педагогов, обучающихся и их родителей, используя различные формы и методы пропаганды психологических знаний;
 - выявление дезадаптированных обучающихся группы риска;
 - оказание консультативной или иной другой помощи по ликвидации проблемных ситуаций в микросреде обучающихся.

Итогом процесса адаптации обучающихся к техникуму является состояние социально-психологической адаптированности, предполагающее самостоятельное и продуктивное выполнение учебных заданий, соответствие ролевым ожиданиям, предъявляемым группой. Прежде всего, это выражается в таких личностных образованиях, как самостоятельность, продуктивность учебной деятельности, осознание своих способностей и потребностей в учении.

3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТА ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ

Юность - важный этап развития умственных способностей: существенно развивается теоретическое мышление, умение абстрагировать, делать обобщения. Развитие интеллекта тесно связано с развитием творческих способностей, которые предполагают проявление интеллектуальной инициативы и создание чего-то нового. Также характерной чертой обучающихся младших курсов является склонность преувеличивать свои интеллектуальные способности, уровень знаний и самостоятельности.

Особенности интеллектуальной сферы личности прямо связаны со всеми другими ее подструктурами и личностью в целом. Развитие мышления создает предпосылки для формирования мировоззрения, устойчивость и мотивированность которого обеспечивает продвижение в личностном плане. В результате интеграции и дифференциации мотивов и ценностных ориентаций происходит формирование жизненных планов, профессиональное самоопределение и становление активной жизненной позиции молодого человека.

Мировоззрение тесно связано с решением в юности смысло-жизненных проблем, осознанием и осмыслением своей жизни не как цепочки случайных разрозненных событий, а как цельного направленного процесса, имеющего преемственность и смысл.

Центральное психологическое новообразование юношеского возраста - становление устойчивого самосознания и стабильного образа "Я". В это время отмечается тенденция подчеркнуть собственную индивидуальность, непохожесть на других. У юношей формируется собственная модель личности, с помощью которой они определяют свое отношение к себе и другим. Причем в этом возрасте усиливается внимание к личностным, внутренним качествам людей, а внимание к внешности, одежде, манерам снижается.

Эмоциональная сфера в этом возрасте характеризуется периодическим переживанием неудовлетворенности жизнью, собой, другими людьми. При неадекватном педагогическом воздействии такие состояния могут стать причиной деструктивных тенденций в поведении. Но при обращении энергии этих эмоциональных состояний на решение сложных и значимых для студента задач неудовлетворенность может стать стимулом к конструктивной и плодотворной работе.

В новых условиях жизни у молодого человека может возникнуть ложное ощущение свободы, которое обуславливается необходимостью самостоятельно организовывать свою работу и распределять собственные силы.

Существует также проблема установления межличностных контактов среди первокурсников. В новой среде по-новому происходит ролевое распределение, и в условиях другой системы отношений студенту приходится самостоятельно "отстаивать" свое положение.

4.ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Промежуточные результаты:

- 1.Своевременное выявление дезадаптивных обучающихся.
2. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи в соответствии с выявленной проблемой.
3. Профилактические мероприятия,способствующие успешной адаптации.
4. Повышение психологической культуры педагогов и родителей в процессе сопровождения адаптации.

Итоговые результаты:

- 1.Снятие у обучающихся психологического напряжения.
- 2.Повышение у обучающихся уверенности в себе.
- 3.Сплочение групп и проживающих в общежитии.
- 4.Формирование готовности к самопознанию и самосовершенствованию.

5.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Адаптационная работа начинается с изучения индивидуально-психологических особенностей обучающихся нового набора. Проводятся тренинговые занятия на сплочение группы и проживающих в общежитии. Для первокурсниковпроживающих в общежитии, проводится вечер знакомства «Добро пожаловать, первокурсник!», психологические тренинги на адаптацию.

Проведение тестирований позволяет выявить психологические особенности личности обучающихся, лидеров в группе и студентов «группы риска», что способствует структурированию дальнейшей работы со всеми категориями обучающихся. В соответствии с результатами психологических исследований, наблюдения и бесед с обучающимися составляются психологические портреты обучающихся с рекомендациями для руководителей групп. В техникуме проводятся массовые тематические мероприятия, в которые включаются и первокурсники.

Программа работы по психолого-педагогическому обеспечению адаптации рассчитана на весь первый год обучения. Осуществляется в соответствии с общим планом воспитательной работытехникума. Результаты работы программы отражаются в соответствующих анализах и отчетах.

Работа по реализации программы осуществляется в 4 этапа.

Сроки реализации	Задачи
I этап (сентябрь, ноябрь 2021)	<ul style="list-style-type: none"> · определить индивидуально-личностные особенности первокурсников , - определить социометрический статус обучающихся и сплоченность нового коллектива, - изучить мотивацию учения, - оказать психологическую поддержку вхождения бывших абитуриентов в новую образовательно-воспитательную среду.
II этап (октябрь-декабрь 2021)	<ul style="list-style-type: none"> - выявить основные проблемы адаптации обучающихся к новым образовательным условиям и указать пути их решения; - определить «группы риска» и составить планы индивидуальной и групповой психокоррекционной работы, - проведение занятий с элементами тренинга, направленных на сплочение и командообразование.
III этап (январь, апрель 2022)	<ul style="list-style-type: none"> - Использовать полученную информацию для проведения семинаров классных руководителей, индивидуальных и групповых консультаций педагогов с целью предотвращения проблемных ситуаций в образовательно-воспитательном процессе. - Организовать коррекционно-просветительскую работу с обучающимися для формирования сплоченных коллективов и помощи дезадаптированным обучающимся. - Проводить консультации и просвещение родителей обучающихся, не адаптировавшихся к работе в новой среде.
IV этап (Май - июнь 2022)	<ul style="list-style-type: none"> - повторная диагностика уровня адаптированности и включения в группу; - изучение результатов психолого-педагогического сопровождения адаптации первокурсников.

6.СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Этап	Сроки проведения	Содержание мероприятий	Методы (названия тестов, анкет, занятий)	Ответственные
I этап	Сентябрь Октябрь Ноябрь	Изучение инд.-личностных особенностей первокурсников	«Опросник Айзенка» «Самооценка психических состояний (Айзенка)» «Мотивация учения»	Педагог-психолог
		Изучение процессов адаптации и социального статуса первокурсников в группе	Опросник социализированности (Рожкова) Социометрия Метод определения соц. адаптации человека (А.Антоновский)	Педагог-психолог, кл.рук-ли
II этап	Октябрь - декабрь	Тренинговые занятия на сплочение и командообразование	«Давайте познакомимся!» (4 занятия, в группах первокурсников) «Вместе мы команда» (10 занятий), для проживающих в общежитии	Педагог-психолог
		Выступление на МО	«Адаптация обучающихся нового набора»	Педагог-психолог
		Консультирование руководителей групп по вопросам организации взаимодействия и способствования успешной адаптации первокурсников	МО руководителей групп, Инд.консультирование	Педагог-психолог

		Составление инд. и групповых планов психоразвивающей работы	Планы	Педагог-психолог
III этап	Январь - апрель	Проведение инд. и групповой психоразвивающей работы	Согласно выявленным проблемам и «группам риска»	Педагог-психолог
IV этап	Май, июнь	Повторная диагностика	«Самооценка психических состояний (Айзенка)» «Мотивация учения» Опросник социализированности (Рожкова) Социометрия Метод определения соц. адаптации человека (А.Антоновский)	Педагог-психолог

7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Показателями успешной адаптации являются низкий уровень тревожности, фрустрации и агрессивности, высокий уровень учебной мотивации, социометрический статус «предпочитаемого», «лидера» или «звезды» группы, выше среднего уровень социализированности и социальной адаптации.

Критерии оценки:	Метод оценивания:
- уровень тревожности	«Самооценка психических состояний» (Айзенка)
- уровень агрессивности	«Самооценка психических состояний» (Айзенка)
- уровень фрустрации	«Самооценка психических состояний» (Айзенка)
- уровень учебной мотивации	Мотивация учения
- социометрический статус	Социометрия
- уровень социализированности	Опросник социализированности (Рожкова)
- уровень социальной адаптации	Метод определения соц. адаптации человека (А.Антоновский)

Литература

1. Балл, Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. - 1989. - №1.- С. 92-100.
2. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь – справочник по психодиагностик/ Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М.. СПб., 2000.
3. Зотова, О.И. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности // Психологические механизмы регуляции социального поведения. - М., 1979. - С. 220.
4. Грецов А., Бедарева Т. Психологические игры для старшеклассников и студентов/Грецов А., Бедарева Т. – СПб.: Питер, 2008.
5. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы/ Ильин Е.П. - СПб.,2000.
6. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога/Овчарова Р.В. - М.,1996.
7. Психологический тренинг с подростками /Л.Ф. Анн.-СПб.,2003.
8. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога./Рогов Е.И. – М.,2001.
9. Романова Е.А., Малюнкин А.Б. Рабочая книга социального педагога./Романова Е.А., Малюнкин А.Б. – М.,2002.