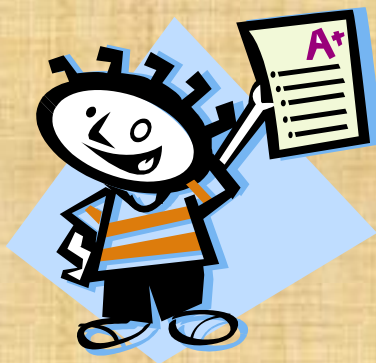


УО «Гродненский государственный колледж искусств»

*Адаптация
учащихся-первокурсников
к новым условиям
жизнедеятельности*



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ!

Поступив в колледж, подростки и молодые люди сталкиваются с рядом новых сложных проблем: адаптация к условиям учебы в среднем специальном заведении, к требованиям учебного процесса, бытовые и материальные трудности и прочие. Первокурсники пытаются понять «куда я попал» и «кто меня окружает». Учащийся должен очень быстро сориентироваться и с новых позиций освоить способы и методы учебной деятельности, понять систему норм и правил, существующих в колледже и в его учебной группе, разработать свою систему ценностей по отношению к учебе, предстоящей работе, педагогам.

При недостатке или отсутствии адекватной поддержки учащийся-первокурсник испытывает разочарование и склонен к различным проступкам.

Для того чтобы научиться поддерживать своего ребенка родителям придется изменить привычный стиль общения и взаимодействия с ним. Вместо того чтобы обращать внимание прежде всего на ошибки и плохое поведение учащегося, взрослому придется сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что он делает.

Итак, для того чтобы поддержать ребенка, необходимо:

- 1.Опираться на сильные стороны ребенка.**
- 2.Избегать подчеркивание промахов молодого человека.**
- 3.Показывать, что вы удовлетворены в целом своим ребенком.**
- 4.Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.**
- 5.Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.**
- 6.Уметь взаимодействовать с ребенком.**
- 7.Принимать индивидуальность ребенка.**
- 8.Проявлять веру в ребенка, эмпатию к нему.**
- 9. Демонстрировать оптимизм.**
- 10. Терпеливо слушать различные рассказы.**



Существуют слова, которые поддерживают молодого человека и слова, которые разрушают веру в себя.

Например, СЛОВА-ПОДДЕРЖКИ: «Зная тебя, я уверен, что ты сделаешь все хорошо», «Ты делаешь это очень хорошо», «Это серьезный вызов, но я знаю, ты справишься»!

СЛОВА-РАЗОЧАРОВАНИЯ: «Зная тебя и твои способности, ты мог бы сделать это гораздо лучше»! «У твоих сверстников это получается намного лучше».

Психологическая поддержка основана на том, чтобы помочь своему ребенку почувствовать свою нужность!

В первую очередь необходимо дать понять вашему ребенку, что вы видите в нем равноправного партнера, доверяйте ему и относитесь, как ко взрослому человеку, который уже в состоянии самостоятельно строить свое будущее и отвечает за свои поступки.

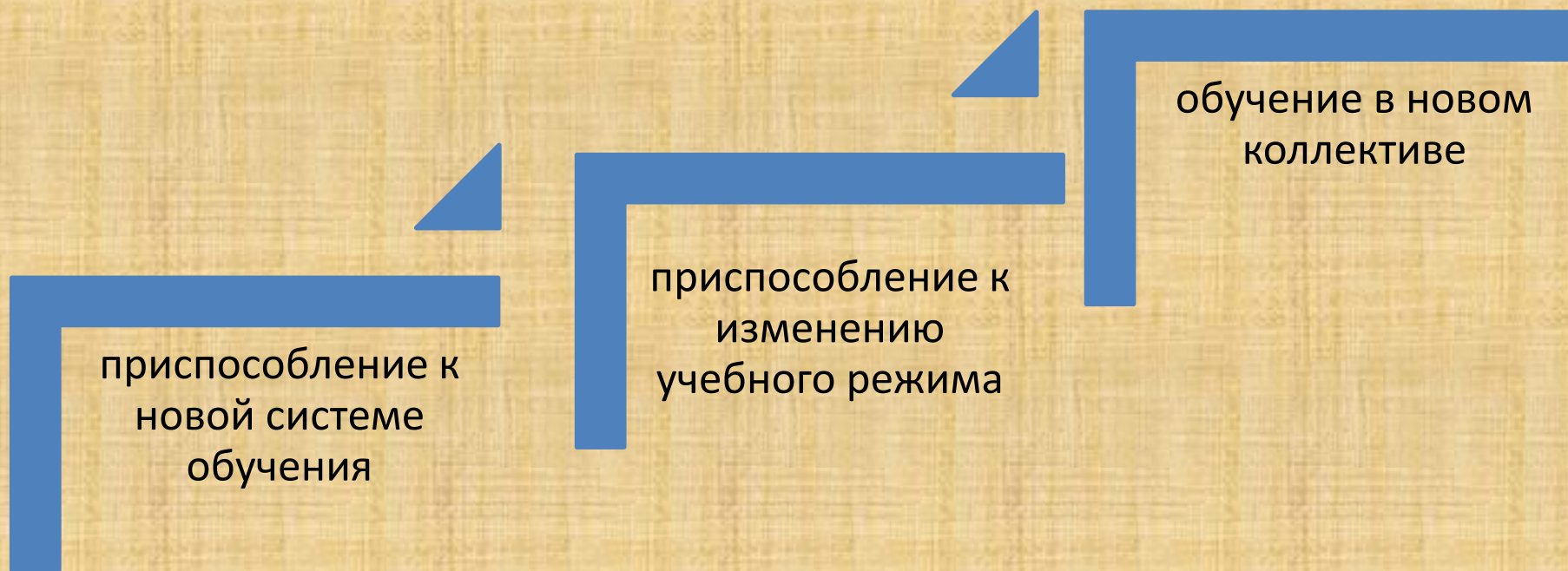


Советы родителям первокурсников:

1. Говорить сыну (дочери): «Людям должно быть с тобой легко» - не бойтесь повторять это.
2. Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помиритесь, а потом идите по своим делам.
3. Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому; возвращаясь, домой, не забывайте сказать: « А все – таки, как хорошо у нас дома!».
4. Внушайте ребенку давно известную формулу психического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других».
5. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно неправы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.
6. Если у вас есть возможность дойти до колледжа вместе с ребенком, не упускайте ее. Совместная дорога – это совместное общение, ненавязчивые советы.
7. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.
8. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.
9. Искренне радуйтесь успехам ребенка.



*Процесс адаптации первокурсника
идет ступенчато и длится от
1 месяца и даже до полугода:*



В процессе адаптации учащихся-первокурсников к обучению в колледже выявляются следующие трудности:

- 1. Недостаточная мотивационная готовность к выбранной профессии;
- 2. Выбор оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;
- 3. Боязнь публичных выступлений перед своими однокурсниками и преподавателями;
- 4. Социально-экономические проблемы у иногородних учащихся: трудности совместного проживания с другими подростками в общежитии, обеспечение себя жильем и финансовыми средствами, отсутствие эмоциональной поддержки родных и близких



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

ПОМОГИТЕ СВОИМ ДЕТЯМ! НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ИХ В ОДИНОЧЕСТВЕ В ТРУДНЫЙ ПЕРИОД! Старайтесь говорить с ними на равных, как со взрослым человеком, подчеркивать важность его выбора и вашу веру в него, а также то, что учеба в этом колледже и по этой специальности обязательно откроет перед ним широкие перспективы, даст возможность устроиться в жизни, хорошо зарабатывать в будущем.

Не препятствуйте его общению с другими сверстниками, ведь обмен полезной информацией еще никому не помешал. Кроме того, многие старшекурсники уже задумываются о своем будущем, подрабатывают, и их пример может позитивно повлиять на вашего ребенка.

Постарайтесь умно и тактично поддерживать своих детей и ни в коем случае не бросать в этот сложный адаптационный период, возьмите себя в руки и не идите на поводу у своих отрицательных эмоций и ни в коем случае не скандальте, не злорадствуйте и не стройте планы, как его проучить, а поддержите и окажите помощь.

Поверьте, что, несмотря на возможную агрессию и крики о том, что вас никто ни о чем не просил, в душе ваш ребенок будет вам очень благодарен и никогда не забудет протянутую ему во время руку помощи!!!

