

Как помочь вашему первокурснику?

В помощь опекунам

Ваш ребенок теперь первокурсник. Первое время, чтобы успешно адаптироваться к новым условиям, он будет особенно нуждаться в помощи, поддержке и понимании.

Адаптация – это сложный процесс, когда студент-первокурсник приспосабливается к условиям и методам обучения, к группе сокурсников, выстраивает взаимоотношения с другими студентами, преподавателями и сотрудниками филиала. Процесс адаптации в БПФ также связан с процессом профессионально самоопределения, выстраиванием своей личности, как профессионала в выбранной сфере деятельности. В университете студенту требуется большая самостоятельность и ответственность, умение принимать решения, расставлять приоритеты, видеть перспективу и долгосрочные последствия своих поступков. Все это создает большую нагрузку для первокурсника, тем более это может быть сложно для студента из социально незащищенной категории.

Как наш филиал помогает студентам из социально незащищенной категории в период обучения?

Для успешной адаптации наших студентов все участники образовательного процесса объединяют свои усилия, и работа ведется по следующим направлениям:

1. Администрация, сотрудники кафедр, преподаватели и вся структурная система БПФ организуют образовательный процесс и учебную деятельность студентов с учетом особенностей обучающихся, опираясь на стандарты личностно-ориентированного подхода в образовании. Оказывают помощь в профессиональном становлении, формируя знания, умения и навыки по направлению выбранной специальности, развивая профессионально значимые качества.
2. Отдел по воспитательной работе создает условия для приобщения к здоровому образу жизни, формированию поведенческих навыков ответственного отношения к своему здоровью. Организует полномасштабные мероприятия и досуговую деятельность университета, интегрируя студентов-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в студенческую среду. Осуществляет гражданское и патриотическое воспитание, развивает таланты и способности наших студентов, раскрывает их потенциал.
3. Социальный педагог оказывает информационную и правовую помощь студентам, родителям (лицам, их заменяющим) и педагогам. Обеспечивает проживание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей и лиц из их числа в общежитии ПГУ. Следит за их успеваемостью, посещаемостью, своевременностью денежных выплат. Разрешает конфликтные ситуации, информирует по различным вопросам.
4. Педагог-психолог осуществляет комплексную психолого-педагогическую деятельность со студентами: диагностика, консультирование, коррекция поведения, просвещение, развитие социально-адаптивных навыков.
5. Все наши усилия, в том числе направлены на формирование у студентов умений самостоятельности в реализации своей жизни, активности, ответственной позиции по отношению к учебе и труду, развитие морально-волевых качеств.

Рекомендации, как вы можете помочь студенту-первокурснику успешно адаптироваться:

- Первые полтора – три месяца, после начала учебного года нужно дать студенту возможность самостоятельно выстроить свой учебный процесс. Не вмешиваться, а поддерживать, не критиковать за ошибки. Забота вместо гнетущего контроля.

- Он попал в новые условия, и требуется время, чтобы в них сориентироваться. Если спустя пару месяцев после начала учебного года первокурсник не проявил достаточно самостоятельности и ответственности, чтобы не погуливать занятия и вовремя к ним готовиться, то необходимо повлиять на ситуацию. Ваш ребенок может дольше других нуждаться в помощи и поддержке, это нормально.
- Будьте вовлечены в жизнь и учебу ребенка, интересуйтесь его успехами и неудачами, демонстрируйте заинтересованность в его благополучии, предлагайте помощь. Но сами ничего не делайте за него.
- По возможности создайте условия для полноценного обучения – исключите отвлекающие факторы. Многие студенты пытаются совмещать работу и учёбу. Если заработок – это не насущная необходимость для вашей семьи, то обсудите с сыном или дочерью, стоит ли распылять свои силы?
- Вне зависимости от того, на какое расстояние уезжает первокурсник, помните о том, что связь есть даже в космосе. Оставайтесь с ним на связи, будьте в курсе его режима дня, круга общения, посещаемости и успеваемости.

Для того чтобы, процесс адаптации проходил менее болезненно, **следует следить** за тем, чтобы ваш ребенок:

- ✓ Соблюдал режим дня: лег спать не позднее 23 часов, необходим 8- часовой сон;
- ✓ Правильно организовал свой быт, с меньшими затратами времени;
- ✓ Поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену;
- ✓ Учился больше работать самостоятельно;
- ✓ Поддерживайте постоянную связь с преподавателями, кураторами.

Постарайтесь 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 скандавьте, не злорадствуйте и не стройте планы, как его проучить, а поддержите и окажите помощь.

Данные рекомендации общие и могут не подходить для конкретных ситуаций и отношений с ребенком. В этом случае обратитесь за личными рекомендациями к педагогу-психологу БПФ.