**Суховеева Наталья Демьяновна**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры историко-филологических дисциплин, филиал «С**тавропольский  государственный  педагогический институт»  в г. Железноводске** Ставропольского края.

**Sukhoveeva Natalia Demianovna**, PhD of Pedagogic, Professor Assistant, Chair of Historico-Philological Disciplines, Brunch «**Stavropol State Pedagogical Institute» in Zheleznovodsk**, Stavropol Region.

**E-mail:** [nataliasukhov@mail.ru](mailto:nataliasukhov@mail.ru)

**Решетникова Вера Владимировна** старший преподаватель кафедры историко-филологических дисциплин, филиал «С**тавропольский  государственный  педагогический институт»  в г. Железноводске** Ставропольского края.

**Пикалова Татьяна Григорьевна** старший преподаватель кафедры историко-филологических дисциплин, филиал «С**тавропольский  государственный  педагогический институт»  в г. Железноводске** Ставропольского края.

**ЗДОРОВЬЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ УЧАЩИХСЯ** **КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В КОЛЛЕДЖЕ (НА ПРИМЕРЕ ФИЛИАЛА СГПИ В Г. ЖЕЛЕЗНОВОДСКЕ)**

**Аннотация.** В статье рассматривается смена образовательного учреждения, связанного с адаптационными трудностями на начальном этапе обучения в колледже как один из учебных факторов риска, представлены мероприятия, которые дают возможность стабилизировать психическое состояние обучающихся, сформировать необходимые навыки учебной деятельности.

**Ключевые слова:** учебный фактор риска, эмоциональное здоровье, адаптационный период, психологическая диагностика.

**HEALTH AND THE EMOTIONAL PROSPERITY OF STUDENTS AS THE FACTOR OF ADAPTATION TO THE TRAINING AT THE COLLEGE (BRANCH SSPI IN ZHELEZNOVODSK)**

**Abstract.** The change of the educational establishment, connected with the adaptive difficulties at the initial stage of training at the college is examined in the article as one of the teaching risk’s factor, the measures, which provide the possibility to stable the mental condition of trainers, to form the necessary habits of training activity, are represented.

**Keywords:** teaching risk’s factor, emotional health, adaptive period, psychological diagnostics.

В период реализации в школах и вузах новых образовательных стандартов, когда к учащимся и педагогам предъявляются высокие требования на фоне ухудшающихся показателей здоровья, актуальность выбранной нами темы не вызывает сомнений.

Образовательная система, с одной стороны, объективно может выступать источником факторов риска, которые негативно влияют на здоровье учащихся, с другой, - при соответствующе организованной работе - образовательное учреждение имеет определенные возможности для искоренения последствий такого воздействия факторов риска. На социальном уровне это противоречие проявляется в существенном разрыве между сложностью задач, стоящих перед образованием и его способностью к их решению, между двумя важнейшими образовательными ценностями – приобретение всеми детьми полноценной, соответствующей требованиям времени образовательной подготовки и сохранением при этом их здоровья.

Формирование личности - это её вступление в новую социальную среду и интеграция с ней. Для учащихся колледжа такой средой является учебная группа, в которой они заняты коллективной деятельностью. Это ведет к формированию новых общественных отношений, появлению социальной направленности личности, которая выражается в тяге к взаимодействию с ровесниками и преподавателями. Зачисление учащихся в колледж становится поворотным моментом его социализации. Совпав по времени с возрастным кризисом развития, оно приносит серьезные проверки его адаптационных потенциалов. Новый коллектив, новый режим, новая деятельность, новый характер взаимоотношений требуют от учащихся новых форм поведения. Приспосабливаясь к новым условиям, организм мобилизует для этого систему адаптационных реакций. Социально-психологическая дезадаптация - это обширное по своей объемности понятие. Оно характеризует широкий круг нарушений, которые могут появиться у ребенка под воздействием всевозможных сложных социальных условий, обстоятельств его жизни и развития.

Необходимым условием успешной деятельности учащегося является постижение новых особенностей обучения в новом для него образовательном пространстве, ликвидирующее чувство душевного дискомфорта и блокирующее вероятность конфликта со средой. На первоначальной ступени обучения складывается новый коллектив, вырабатываются навыки и умения целесообразной организации умственной деятельности, осмысливается призвание к избранной профессии, формируется оптимальный режим труда, досуга и быта, вырабатываются и воспитываются профессионально важные качества личности. Процесс адаптации проходит на нескольких этапах как приспособление к новой системе обучения, к видоизменению учебного режима, к вступлению в коллектив, отличающийся от привычного, школьного. Все это происходит на фоне значительной перестройки жизни и психических, физиологических состояний учащихся, оказывающих непосредственное влияние на их здоровье. По мнению А.В. Петровского, для оптимальной адаптации учащегося к обучению в колледже важно знать жизненные планы и интересы первокурсника, уровень притязаний, самооценку, способность к сознательной саморегуляции поведения. Успешное решение этой проблемы связано с внедрением такой формы взаимодействия с обучающимися, которая бы способствовала более эффективной адаптации на разных уровнях (ускорению процессов эффективного межличностного взаимодействия, адаптации к учебной деятельности, развитию мотивации к обучению и т.д.).

Выделяя учебным фактором риска смену образовательного учреждения и начало профессионального обучения, связанного с адаптационными трудностями, считаем целесообразным проводить «Декаду адаптационного периода» (дни активного взаимодействия учащихся с куратором) в группах первого курса, который призван решить задачу адаптации в определённых границах. Данное мероприятие дает возможность стабилизировать психическое состояние обучающихся, сформировать соответствующие навыки учебной деятельности и адекватное представление о профессии, а также является катализатором успешных межличностных взаимоотношений.

Проверка результативности «Декады адаптационного периода» осуществлялась по таким показателям, как становление положительной атмосферы и позитивного психологического климата в группах, развитие групповой сплочённости, а также наличие положительной динамики показателей эмоционального состояния учащихся.

Программа проведения «Декады адаптационного периода» включает:

• знакомство учащихся группы друг с другом, с преподавателями, с новой

учебной ситуацией в колледже и его распорядком;

• создание доброжелательной атмосферы и сотрудничества в группе;

• формирование во время совместной работы с учителями атмосферы взаимной поддержки;

• выяснение ожиданий учащихся;

• определение личностной мотивации обучения в колледже;

• прояснение позиции «ученик-студент».

Декан гуманитарного факультета, контролирующий профессиональную подготовку студентов колледжа, издает приказ о проведении адаптационного периода и его подготовке; согласовывает назначение кураторов в группах первого курса; контролирует выполнение приказа и его административное обеспечение; проводит итоговое обсуждение проведения адаптационного периода.

Начальник учебно-методического управления обеспечивает: специальное расписание для колледжа в дни адаптационного периода; наличие кабинетов на весь учебный день для каждой группы; координирует действия учителей-предметников; организует итоговые мероприятия; участвует в анализе по процессу адаптационного периода.

Психолог помогает профессорско-преподавательскому составу настроиться на идею сотрудничества с родителями, учащимися, педагогами; определяет предмет сотрудничества, значение первого родительского собрания и его задачи, стратегию работы с родителями в течение года; предлагает различные способы взаимодействия с родителями для создания возможности сотрудничества.

На родительском собрании куратор помогает:

- снять некоторое напряжение родителей, вызванное новым образовательным учреждением, опасениями, связанными с предстоящим учебным годом и индивидуальными трудностями ребенка;

- создать атмосферу сотрудничества;

- поделиться с родителями впечатлениями об атмосфере в группе, ее особенностями, трудностми (на материале адаптационного периода);

- выявить ожидания родителей по поводу обучения их ребенка в колледже и соотнести их с ожиданиями педагогов;

- определить трудности родителей в общении с ребенком, в его воспитании;

- договориться о способах взаимодействия учителя с родителями в течение года, об единых требованиях, продиктованных правилами колледжа.

В конце собрания куратор рассказывает о системе просвещения родителей в колледже, о возможности выбора родительских собраний и регулярных встреч с психологом, договаривается о единых требованиях, продиктованных правилами студенческой жизни, о способах взаимодействия воспитателя с родителями в течение года.

Ожидаемые результаты адаптационного периода:

- снижение тревожности учителя и учащихся;

- создание доброжелательной атмосферы, в которой комфортно чувствуют себя и ученики, и педагоги;

- приобретение опыта взаимодействия с учащимися, способствующего взаимному личностному раскрытию, узнаванию и принятию друг друга.

Итоги адаптационного периода позволяют обнаружить особенности в деятельности первокурсников:

- не все первокурсники имеют четкое представление об избранной профессии;

-мотивы приобретения профессии у части студентов еще не включены в структуру реально выполняемой деятельности;

- ведущая психологическая подструктура деятельности, способ ее выполнения - сформирована недостаточно;

- в качестве результата деятельности на I курсе можно рассматривать успеваемость, в связи с недостаточной базовой подготовкой и неумением студентов преодолевать трудности, она невысока.

Мы исходили из того, что психологическая диагностика начального периода обучения позволяет установить степень готовности учащихся к освоению программы в колледже, спрогнозировать дальнейшее развитие личности. Одной из задач «Декады» была задача снижения степени беспокойства, тревожности, которое естественным образом возникает в новой ситуации. Результаты проводимого нами исследования свидетельствуют о том, что эта задача решается. Действительно, степень тревожности и беспокойства у учащихся снижается, степень уверенности и успокоенности возрастает.

По нашему мнению «Декада адаптационного периода» в первые дни занятий действительно способствует адаптации учащихся к обучению в колледже. Так как мы учитываем биопсихологические подходы, характер потребностей и мотивов и такие личностные свойства, как интерес к учебе, интеллектуальный уровень и активность и, наконец, морально-этические и волевые качества, способности к волевому усилию в межличностных отношениях. Доказано, что в такой срок можно добиться значительного роста групповой сплочённости, адаптивности к новым условиям обучения. Мы уверены, что такие мероприятия действительно позволяют снять излишнюю тревожность и беспокойство у первокурсников, способствуют росту уверенности в себе и своих силах, а это верный признак психического здоровья наших подопечных.

Результаты проводимой нами «Декады адаптационного периода», разработанные и реализованные мероприятия актуальны, обеспечивают преодоление негативных последствий учебных факторов риска, позволяют добиться такого подхода к образовательному процессу, который гарантирует поддержание благоприятного морально-психологического климата в ученическом коллективе.

**Список литературы**

1. Верниенко Л.В., Суховеева Н.Д. Акмеологический аспект развития конкурентоспособной личности в системе высшего образования [Акмеология](https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=8392). 2014. № 3-4. С. 52.
2. Суховеева Н.Д*.* [Педагогические аспекты преодоления негативных последствий учебных факторов риска, отражающихся на здоровье учащихся колледжа](http://elibrary.ru/item.asp?id=15784963). Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. - Ставрополь, 2003. - 26 с.