Адаптация курсантов к условиям обучения в академии

Каждый человек за свою жизнь переживает несколько периодов адаптации. Адаптация - это процесс, при котором организм приспосабливается к условиям внешней среды. Необходимо отметить, что адаптация не только даёт возможность личности приспособиться к новым условиям, но и сформировать новые способы поведения для преодоления имеющихся трудностей и успешной деятельности, которые имеют индивидуальный характер и складываются по мере накопления и совершенствования опыта. Адаптация компенсирует недостаточность привычного поведения в новых условиях, благодаря ней создаются возможности оптимального функционирования личности в новой обстановке. Если же адаптация не наступает, личность испытывает дополнительные затруднения в освоении предмета и условий деятельности.

Первый "адаптационный опыт" он получает в группе детского сада, затем в первом классе школы. Следующий "переломный" момент - это переход от начальной школы к средней и, наконец, наступает момент профессионального самоопределения.

В контексте целей обучения в вузе, социальная адаптация первокурсника означает способность соответствовать требованиям и нормам учебного заведения, а также способность развиваться в новой для себя среде, реализовывать свои способности и потребности, не приходя с этой средой в противоречие.

Любое обучение, особенно вузовское, является делом не из легких. Одной из важнейших предпосылок успешной учебной деятельности первокурсников является их своевременная адаптация к условиям обучения в академии (далее БГАА), рассматриваемая как начальный этап включения их в профессиональное сообщество. Первый курс может стать точкой опоры для обучающего в обучении. Именно на первом курсе формируется отношение молодого человека к учебе, к будущей профессиональной деятельности, продолжается "активный поиск себя". Даже отлично окончившие среднюю школу, на первом курсе не сразу обретают уверенность в своих силах. Первая неудача порой приводит к разочарованию, утрате перспективы, отчуждению, пассивности. От успешности адаптации зачастую зависит дальнейший ход профессиональной жизни человека.

Сложность адаптации при переходе от общего к профессиональному образованию заключается не только в смене социального окружения, но и в необходимости принятия решения, возникновении тревоги по поводу правильности самоопределения, которое для многих тождественно нахождению смысла жизни.

Первые трудности для курсанта связаны с новыми условиями жизни, с первичной социализацией в учреждении образования. Ведь вместе с присвоением статуса «курсанта» молодые люди сталкиваются с рядом трудностей: новая система обучения, взаимоотношения с одногруппниками и преподавателями, проблемы в социально-бытовом отношении, самостоятельная жизнь в городских условиях (для иногородних студентов), недостаточное знание структур и принципов работы академии и возможностей для самореализации в творчестве, науке, спорте и общественной жизни.

При этом одновременно растут противоречия и возникают трудности в становлении самооценки, самосознания и формировании образа - "Я".

***Признаками неуспешной адаптации являются:*** снижение работоспособности, усталость, сонливость, головные боли, доминирование подавленного настроения, возрастание уровня тревожности, заторможенность или, напротив, гиперактивность, сопровождающаяся нарушениями дисциплины, систематическое невыполнение домашних заданий, пропуски занятий, отсутствие мотивации учебной деятельности. От того, как долго по времени происходит процесс адаптации, зависят текущие и предстоящие успехи курсантов.

1. **Адаптация в обществе**

# 1.1 Знакомство с новым коллективом

Одним из немаловажных этапов, которого не избежать, учась в БГАА, как известно, является знакомство и общение с новым коллективом. Процесс адаптации учащихся в новом для себя коллективе зависит от обстановки в группе, от ее психологического климата, от того, насколько интересно, комфортно, безопасно чувствует себя учащийся во время занятий, в ситуациях взаимодействия с товарищами и педагогами.

Учебный коллектив имеет двойственную структуру: во-первых, он является объектом и результатом сознательных и целенаправленных воздействий педагогов, кураторов, которые определяют многие его особенности; во-вторых, учебный коллектив - это относительно самостоятельно развивающееся явление, которое подчиняется особым социально - психологическим закономерностям.

Особенность групп первого курса заключается в том, что это ещё не сложившийся коллектив и в нем ещё нет установленных и закрепившихся правил и норм поведения. В этой группе каждый является новым человеком для каждого члена группы. Если в школе учащегося знали много лет и он уже занимал определённый статус, зачастую не объективный по отношению к нему, то при поступлении в новое учебное заведение у него есть возможность получиться совершенно новый статус и позицию в коллективе.

Каждый член группы принимает участие в установлении правил и норм поведения, и формировании характеристик данной группы. У всех членов нового курсантского коллектива есть возможность проявить себя с самых разных сторон, найти "своё место под солнцем", завоевать авторитет и уважение однокурсников. Существует множество различных критериев проявления личности, такие как: одежда, поведение, поступки, стиль общения, творческие способности, профессиональные способности и т.д.

В процессе социализации курсантов в академии имеет место и влияние старших курсантов, как референтной группы. Курсанты определённого факультета представляют собой группу с определёнными чертами, которые не так выражены в остальном обществе. Когда курсанты - первокурсники попадают в эту группу, они, пытаясь стать полноправными членами, бессознательно перенимают у старших курсантов её характерные черты. Уже в первые недели жизни студентов в вузе можно заметить, что у них появляются ранее не свойственные привычки, манера мышления и даже слова: "лабы" - лабораторные работы, "матан" - математический анализ и т.д.

В процессе становления курсантской группы, учащиеся пытаются выявить рождающиеся у них на глазах небольшие подгруппы. Большую роль для каждого курсанта играет то, к какой категории он относиться, в какую группу его можно мысленно отнести: к бедным, богатым, трудолюбивым, разгильдяям и т.д.

На первом организационном этапе учебной группы организатором её жизни и деятельности является куратор. Он помогает курсантам, адаптироваться к новым для них социальным условиям, заложить основы благоприятного климата в группе, который формируется постепенно в течении всей "совместной жизни" учащихся в вузе. С этой целью куратором, психологом и социальным педагогом проводится адаптационные тренинги, совместные выезды куда-либо, массовые мероприятия, такие как день первокурсника, КВН, различные концерты и т.д.

Как правило, такая работа, если она проводилась педагогическим коллективом в тесном взаимодействии и с пониманием важности этих мероприятий, приносит заметные результаты, и уже к концу первого полугодия тревожность учащихся первого курса заметно снижается и появляются первые признаки здоровых, успешных коллективов групп.

# 1.2 Контакт с преподавателями

Помимо освоения в новом коллективе, курсанту - первокурснику предстоит знакомство с новыми преподавателями, а это процесс не из легких. Ведь к каждому преподавателю нужно найти свой подход, понять его стиль преподавания и отношение к студентам.

В школе каждый учитель преподает свой предмет на протяжении многих лет и за этот период времени у него складываются свои индивидуальные отношения с каждым учеником, а в сфере высшего образования преобладает установка одинакового подхода ко всем курсантам.

Контакт преподавателя с курсантами бывает логический, психологический и нравственный. Логический контакт - это контакт мысли преподавателя и курсанта. Психологический контакт заключается в сосредоточенности внимания студентов в восприятии и понимании ими указанного материала, а также во внутренней мыслительной и эмоциональной активности в ответ на действия преподавателя и поступающую от него информацию. Нравственный контакт обеспечивает сотрудничество преподавателя и курсантов. При отсутствии этого контакта, например в условиях конфликта, познавательный процесс либо затруднен, либо вовсе невозможен.

# II. Адаптация к процессу обучения

Переход вчерашних школьников от классно-урочной системы обучения к преимущественно самостоятельным занятиям нередко происходит довольно больно, а зачастую и с большими осложнениями. Не все из них справляются с преодолением этих трудностей и быстро перестраивают привычные формы учебной работы.

Высшее обучение имеет ряд существенных отличий по сравнению со школьным. Более того, некоторые школьные стереотипы учебной деятельности не подходят для вузовского обучения и в, некоторых случаях, являются для него препятствием. В этом случае проявляется известное в психологии явление интерференции, когда ранее усвоенные умения и навыки препятствуют успешному осуществлению последующей деятельности и требуют определенной перестройки.

Какие же стереотипы познавательной деятельности курсантов, сформированные в школе, затрудняют обучение в БГАА и нуждаются в существенной перестройке?

1. Эти трудности проявляются уже в процессе восприятия и осмысления студентами материала, который изучается. В школе основная работа по осмыслению новых знаний происходит на уроке под руководством учителя с использованием разнообразных методов, облегчающих процесс обучения. А домашняя работа учащихся сводилась главным образом к повторению и заучиванию материала.

Школьнику, что выработал стереотип режима учебной деятельности на уроке, приходится с первых дней преодолевать его БГАА. Это приводит к тому, что большинство курсантов - первокурсников слабо владеют логическими операциями по осмыслению изучаемого материала, и учебный процесс в вузе вынужден в значительной мере опираться на репродуктивное мышление первокурсников, что не дает возможности принимать оптимальные решения в нестандартных ситуациях и легко адаптироваться в условиях деятельности. Усвоение знаний у них сводится преимущественно к чтению материала по учебнику или конспектом лекции. При этом студенты стараются не столько понять материал, сколько запомнить его.

В этой связи работа по обучению курсантов технологии учебной деятельности должна содержать раскрытия закономерностей и методических приемов восприятия и осмысления изучаемого материала.

2. Влияние стереотипов школьного обучения в значительной мере проявляется в организации учебной работы с повторения и закрепления материала. Система школьного обучения построена таким образом, что объяснения нового материала и его закрепления объединяются в единое целое самой структурой урока. В БГАА же синхронность между сообщением новых знаний и их закреплением в большей степени отсутствует. Кроме того, изложение материала во время лекции и его закрепления на практических или семинарских занятиях часто разделены длительным промежутком времени. Поэтому в БГАА работа по осмысления и усвоения теоретического материала, который преподается в лекции, должна синхронизироваться с процессом самостоятельной внеаудиторной работы и сопровождаться его глубоким осмыслением и самоконтролем. От того, насколько правильно организуется эта работа, зависит глубина и прочность знаний курсантов.

3. Специфика обучения в высших учебных заведениях во многом обусловлена отсутствием систематического текущего контроля над качеством усвоения знаний. В средней школе, как известно, контроль над учебной работой и усвоением изучаемого материала осуществляется на каждом уроке.

В вузе же, где нет ежедневной проверки знаний, выпускники школ получают в этом отношении большую свободу действий. Происходит резкое изменение, а точнее разрушения, тех стереотипов отношений с преподавателями, которые годами складывались в средней школе.

Чувствуя себя достаточно свободными от педагогического контроля, многие из первокурсников подменяют регулярную работу по усвоению знаний эпизодическими, бессистемными занятиями, что ведет к отставанию. Появляется искушение ничего не делать или делать все в последний день, не успевая. Такая система учебной работы не обеспечивает должной подготовки курсантов.

4. Чрезвычайно важное значение для успешного обучения в БГАА имеет правильная организация самостоятельной работы курсантов по расширению и углубления своих знаний.

Учебные занятия в БГАА, в том числе лекции, имеют по отношению к процессу усвоения знаний только учредительный, ориентирующий характер. Лекция играет роль фактора, который направляет самостоятельную творческую деятельность студентов, и ее нельзя рассматривать как главный источник знаний. Курсантам необходимо самим активно приобретать знания различными путями: работать с учебником, дополнительной литературой, научными первоисточниками и т.п. Однако этих навыков будущие курсанты в школе не получают. Дополнительная литература, которая изучается школьниками, состоит только из небольшого количества первоисточников. Именно этим можно объяснить неумение большинства выпускников самостоятельно работать над углублением и расширением своих знаний. Безусловно, было бы неправильно считать, будто первокурсник совсем не готов к вузовскому обучению. Однако того, что он знает и что умеет, как правило, очень мало для успешного обучения в вузе. Первокурсника необходимо учить учиться - это бесспорная истина.

Профессиональная адаптация в условиях БГАА является процессом формирования у курсантов интереса к избранной профессии, стремление в совершенстве овладеть ею. Такая адаптация предусматривает овладение полным объемом знаний, умений и навыков по профессии, методике и логике науки. Профессиональное формирования курсанта успешно осуществляется в том случае, если оно основывается на интересе, наклонностях и способностях молодого человека к определенной профессии.

Ещё одно немаловажное отличие вузовского обучения заключается в том, что в конце каждого семестра наступает момент, которого так боятся подавляющее большинство курсантов - экзаменационная сессия.

Первая сессия для курсантаа первокурсника это практически всегда шок. В начале сентября она кажется какой-то далекой и почти ненастоящей. Многие курсанты первокурсники прилежно посещают первую неделю учебное учреждение, но потом начинают: бездельничать, сидеть в «телефоне» во время пар и даже прогуливать. Само собой это не катастрофа, так как один, два дня большой роли не сыграют, но время летит незаметно и начинающий прогульщик вдруг обнаруживает, что уже декабрь, зима и скоро Новый год, а значит скоро зачетная неделя и хуже того - сессия! И вот тогда появляются проблемы, начинается лихорадочный поиск конспектов, контрольных, рефератов и шпаргалок.

Каждый курсант переживал первую сессию, и это чувство всем знакомо. Любой экзамен - стресс для человека, а тем более, если ты курсант первого курса. Волнения и переживания учащихся вполне оправданы, ведь в случае неудачной сдачи сессии, курсанты лишаются стипендии и могут быть отчислены. К тому же, если в успешной сдаче школьных экзаменов заинтересованы и сами преподаватели, которые всегда помогут сдать экзамен и в крайне редких случаях отправят учащегося на пересдачу, то в сдаче экзаменов во время сессии заинтересован только сам курсант.

# III. Адаптация к новым условиям жизни

При поступлении курсанта в БГАА, происходят значительные изменения в условиях его жизни. Сформированный за 11 лет привычный уклад учебного процесса кардинально меняется и возникает необходимость мириться с произошедшими изменениями и привыкать к ним. К каким же условиям приходиться адаптироваться первокурсникам?

Во-первых, новый маршрут до места учебы. Если школа чаще всего находиться недалеко от места проживания учащегося и до неё можно дойти пешком, то до БГАА, как правило, приходиться преодолевать более тяжелый путь. Этот путь может включать в себя поездки на автобусах, метро, электричках и снова автобусах, а ещё и пешком пройтись придется. К тому же, время, затрачиваемое на преодоление маршрута до БГАА, значительно отличается от времени затрачиваемого на прогулку до школы. А ведь после окончания пар придется опять повторять весь пройденный маршрут, только в обратном порядке. И так каждый раз. Кроме того, не избежать и дополнительных финансовых затрат на проездные.

Во-вторых, расписание и продолжительность пар. За 11 лет учащийся привык к тому, что уроки начинаются с самого утра, т.е. с первого урока, далее проходит установленное количество уроков и во второй половине дня он свободен. А поступив в БГАА, курсант сталкивается с непривычной для него расстановкой пар. Ведь учебный день может начинаться как с первой пары, так и с третьей или четвертой, и заканчиваться они могут как в 12 часов утра, так и в 5-7 часов вечера. Привычные уроки по 40 минут тоже остаются в прошлом. На смену им приходят пары по полтора часа (1,25 минут). А это в два раза длинней, чем обычный школьный урок. И к такой смене привычного уклада учебного дня тоже нелегко привыкнуть.

Но тяжелее всего приходиться иногородним студентам, которым не только приходиться адаптироваться ко всем стандартным изменениям в условиях их жизни, связанных с поступлением в БГАА, так ещё перед ними возникает непростая проблема проживания в общежитии или в снимаемой квартире (комнате).

С момента поселения курсанта в общежитие у него начинается "испытание свободой". Уехав от родителей, курсант получает полную свободу, практически безграничную, можно делать что угодно: иди, куда хочешь, гуляй, где и с кем хочешь, и за твоей учебной деятельностью тоже следить никто не будет - такая вольность опьяняет. Но ведь свобода - это и самостоятельность. Самостоятельность как обязанность самому о себе позаботиться.

Здесь человек учится самостоятельности в широком понимании этого слова. Ведь рядом нет ни родителей, ни привычной обстановки. И не остается другого выхода, как самому принимать решения по тому или иному случаю и быть ответственным за эти решения. Самому отвечать за поступки, слова и действия. Самому выстраивать отношения с новыми людьми: как правило, комнаты комплектуют без учета личностных качеств человека, без учета его темперамента и характера. Надо жить в одной комнате с людьми, о существовании которых ты никогда и не подозревал, налаживать с ними контакт, выстраивать отношения. Не зря говорят: общение - это одно, а жизнь под одной крышей - совершенно другое. Ведь все мы разные, каждый создает свой микроклимат, у каждого свои привычки и особенности: свое понимание порядка, выстраивание личной жизни, по-своему готовит, убирает и все остальное.

А когда заканчиваются припасы еды, привезенные из дома, да и деньги, потраченные на ветер, появляется паника: ведь поддержки ждать неоткуда. Родители далеко, и не сможешь просто зайти домой и съесть то, что приготовила мама. Тут начинается бремя испытаний. Оно включает в себя и подсчет денег, и первые утомительные (с непривычки) стирки, и первые муки на кухне, когда уже живот начинает болеть от того, что не ел давно, а у тебя ничего не получается. Такая ситуация очень сильно давит на нервы. Но со временем ко всему приспосабливаешься и привыкаешь. А когда, после тяжелых трудовых будней тесная компания собирается вечером в комнате с гитарой и все весело общаются все проблемы отходят на второй план.

# Заключение

Студенческая жизнь начинается с первого курса и, поэтому успешная адаптация первокурсника к жизни и учебе в БГАА является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, будущего специалиста. Поступив в новое учебное заведение, молодой человек уже имеет некоторые сложившиеся установки, стереотипы, которые при начале обучения начинают изменяться, ломаться. Новая обстановка, новый коллектив, новые требования, оторванность от родителей, неумение распорядиться "свободой", денежными средствами, коммуникативные проблемы и многое другое приводят к возникновению психологических проблем, проблем в обучении, общении с сокурсниками, преподавателями.

Проходит немало времени, прежде чем курсант приспособится к требованиям обучения в ВУЗе. Многими это достигается слишком большой ценой. Отсюда зачастую возникают существенные различия в деятельности, а особенно ее результатах, при обучении одного и того же человека в школе и в БГАА. Отсюда и низкая успеваемость на первом курсе, непонимание и, возможно, непринятие условий и требований БГАА.

**Рекомендации**

**Итак, адаптироваться нужно:**

Во-первых, к учебному процессу, который во многом отличается от школьного. Между преподавателем и курсантом возникает барьер из-за различия в методах обучения в школах и в академии. Новая обстановка во многом обесценивает приобретенные в школе способы усвоения материала.

Во-вторых, к новому коллективу. Определить "свое место под солнцем, завоевать авторитет и уважение однокурсников иногда любой ценой":

одеждой (экстравагантной);

неординарным поведением ("взрослым": сигарета, мат);

смелостью "непослушания" и т.д.

В-третьих, к новым условиям жизни: самостоятельной организации учебы, быта, свободного времени.

В-четвертых, к новым отношениям с родителями, т.к. подросток становится постепенно независимой личностью.

**Причины трудностей адаптационного периода:**

отрицательные переживания, связанные с уходом из школьного коллектива;

неопределенность мотивов выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней;

неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения деятельности, усугубляемое отсутствием привычки ежедневного контроля педагогов;

поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях;

отсутствие навыков самостоятельной работы, неумение конспектировать, работать с книгой;

слабая база знаний из школьной программы.

Эти трудности различны по происхождению. Одни объективно неизбежны (освоение в новом коллективе, взаимоотношения с педагогами), другие носят субъективный характер и связаны со слабой подготовкой, дефектами воспитания в семье и школе.

Если курсант еще до поступления в академию твердо решил вопрос о выборе им профессии, осознал ее значение, ее положительные и отрицательные стороны, требования, которые она выдвигает, то обучение в БГАА будет целенаправленным и продуктивным, то адаптация будет осуществляться без особых затруднений.