**Бірінші курс студенттерінің**

**колледжде оқу шарттарына бейімделуі туралы**

**ЕРЕЖЕ**

Бағдарламаның мақсаты – жаңа қабылданған студенттердің орта арнайы мекемеде оқуға әлеуметтік-психологиялық бейімделу ерекшеліктерін анықтау, кураторларға, оқытушыларға, ата-аналар мен студенттерге қолайлы бейімделуге, тренинг сабақтарын өткізуге ықпал ететін тиісті ұсыныстар беру.

Бұл бағдарлама студенттермен, кураторлармен, оқытушылармен, ата-аналармен бірлесіп жұмыс істеуге арналған.

Міндеттері:

1. Бейімделу процесінде студенттердің психологиялық жағдайын зерттеу.

2. Жасалған қорытындылар негізінде студенттердің бейімделу процесі кезінде бейімделуге кері әсер ететін факторлардың әсерін төмендетуге мүмкіндік беретін ұсыным әзірлеу.

3.Студенттердің оқуға оңтайлы бейімделуіне, мазасыздық деңгейін төмендетуге, студенттердің өзін-өзі бағалауын арттыруға ықпал ететін тренингтер өткізу.

4. Ата-аналар жиналыстарында әлеуметтік бейімделу туралы мәселе қозғап, тиісті ұсыныстар беру.

5. Қайта зерттеу жүргізу.

Бұл міндеттер келесі бағыттарды қамтиды:

1. **Бірінші курс студенттерінің колледж жағдайларына бейімделу деңгейін диагностикалау.**

Студенттердің жаңа әлеуметтік жағдайға бейімделу дәрежесі мен ерекшеліктерін зерттеу үшін түрлі әдістер қолданылады: «Университеттегі студенттердің бейімделуін зерттеу» әдістемесі (Т.Д.Дубовицкая, А.В.Крылова), «Қарым-қатынас деңгейін бағалау» әдістемесі (В.Ф.Ряховский тесті), «Ересек жасөспірімдердің өзін-өзі бағалауын анықтау» әдістемесі, «Мазасыздық деңгейін анықтау» әдістемесі (Ч.Д.Спилберг, Ю.Л.Ханина)

1. **Ата-аналармен жұмыс.**

Ата-аналарға кеңес беру жеке немесе ата-аналар жиналыстарында жүзеге асырылады. «Бірінші курс студенттерінің жаңа жағдайларға бейімделуі» тақырыбында ата-аналар жиналысы өткізіледі. Ата-аналар жиналысының мақсаты: бірінші курс студенттерінің ата-аналарына балаларының колледжде оқудың алғашқы айларында кездесетін негізгі қиындықтарын көрсету, сонымен қатар қиын кезеңде балаларды қолдауға көмектесетін ұсыныстар беру.

1. **Студенттерді ұсынымдармен таныстыру.**

Бұл ұсыныстар бірінші курс студенттерінің колледжде оқуға әлеуметтік бейімделуі туралы алынған мәліметтерді талдау нәтижесінде жасалады, бұл оларға оқу орнында сәтті бейімделуге және түрлі психологиялық қиындықтармен байланысты проблемаларды болдырмауға көмектеседі.

1. **Тренингтік сабақтар өткізу (кураторлармен бірге)**

Бұл сабақтар студенттердің оқуға неғұрлым оңтайлы бейімделуіне ықпал етеді, алаңдаушылық деңгейін төмендетуге, студенттердің өзін-өзі бағалауын арттыруға бағытталған.

Сабақтар келесі тақырыптарға өткізіледі:

- «Өзін-өзі таныстыру». Мақсаты: жақын танысу және эмоционалды байланыстар орнату үшін жағдай жасау; топта жұмыс істеу нормаларын әзірлеу, өзара әрекеттесудің ойын стиліне ену.

- «Релаксация сеансы».

- «Өзін-өзі ашу. Өзін-өзі қабылдау». Мақсаты: өзін-өзі ашуды сыртқы және ішкі өзін-өзі үйлестіру және басқалармен мағыналы қарым-қатынас құру тәсілі ретінде түсіну, позитивті өзіндік тұжырымдама қалыптастыру.

- «Біздің эмоциялар және сезімдеріміздің әлемі». Мақсаты: эмоционалды жағдайларды зерттеу әдістемесімен танысу; жағымды және жағымсыз эмоциялардың арақатынасын және олардың адамға, оның мінез-құлқына әсерін анықтау. Эмоционалды мәдениетті игеру қажеттілігін түсіну.

- «Мен өзара әрекеттесу жағдайындамын». Мақсаты: тұлғааралық қарым-қатынас ерекшеліктерін анықтау, қарым-қатынастың белгілі бір стильдерін көрсету, топтық мәселені шешуде өзара тиімді әрекеттесу тәжірибесін алу.

**5. Қайталама диагностика.**

**6. Бейімделуде қиындықтары бар студенттерге жеке кеңес беру.**

Осы жұмыстың нәтижесі колледжде оқу процесінде студенттердің әлеуметтік-психологиялық бейімсіздігінің себептерін жақсы түсінуге ықпал етеді және жаңа қабылданған студенттердің бейімделу процесін оңтайландыруға көмектеседі.