Адаптация первокурсников в условиях колледжа



Штурмуйте каждую проблему с энтузиазмом…как если бы от этого зависела Ваша жизнь.
Л. Кьюби

Упражнение «ПАУТИНА»



Основные психологические особенности ранней юности (14-18 лет)

- Формируется самосознание;
- Происходит соотношение себя с идеалом, появляется возможность самовоспитания;
- Возрастает волевая регуляция;
- Ведущая деятельность — учебно-профессиональная деятельность;
- Стремление приобрести профессию ;
- Возрастает концентрация внимания, объем памяти;
- Появляется умение самостоятельно разбираться в сложных вопросах;
- Формируется собственное мировоззрение ;
- Стремление к самоутверждению, независимости, оригинальности;
- Пренебрежение к советам старших;
- Критиканство, проявление недоверия;
- Стремление к самоуправлению;
- Отсутствие подлинной самостоятельности;
- Завершено половое созревание;
- Формируется отношение к зарождающимся сексуальным желаниям;
- Возникает первое чувство любви, дружбы;
- Происходит существенная перестройка эмоциональной сферы;
- Недостаточное осознание последствий своих поступков;

Психологические особенности поздней юности (18—25 лет) — зрелости в умственном, нравственном отношении.

- Пик интеллектуальных возможностей;
- стабилизация характера;
- убежденность, сложившееся мировоззрение;
- чувство нового;
- смелость, решительность;
- способность к увлечению;
- оптимизм;
- самостоятельность;
- прямолинейность;
- критичность и самокритичность. ;
- скептическое, критическое, ироническое отношение к преподавателям;
- сохраняются максимализм и критичность;
- неприятие лицемерия, ханжества, грубости;
- принятие ответственных решений;
- формирование профессионального мышления,
- овладение набором социальных ролей взрослого человека.

ДЕРЕВО ПРЕДЛОЖЕНИЙ И ПОЖЕЛАНИЙ



Советы родителям на каждый день

- Говорить сыну (дочери):
«Людям должно быть с тобой легко»
- Не расставайтесь с ребенком в ссоре,
сначала помиритесь, а потом идите по своим делам
- Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому;
- В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте,
чтобы им не казалось, будто они вечно неправы.
- Не раздражайтесь в момент его временных неудач.
- Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка
о событиях в его жизни.
- Радуйтесь успехам ребенка.

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

- Соблюдал режим дня;
- Правильно организовал свой быт;
- Находился на свежем воздухе;
- Занимался физкультурой в течение всего дня;
- Поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену;
- Поддерживайте постоянную связь с преподавателями, куратором, мастерами производственного обучения.

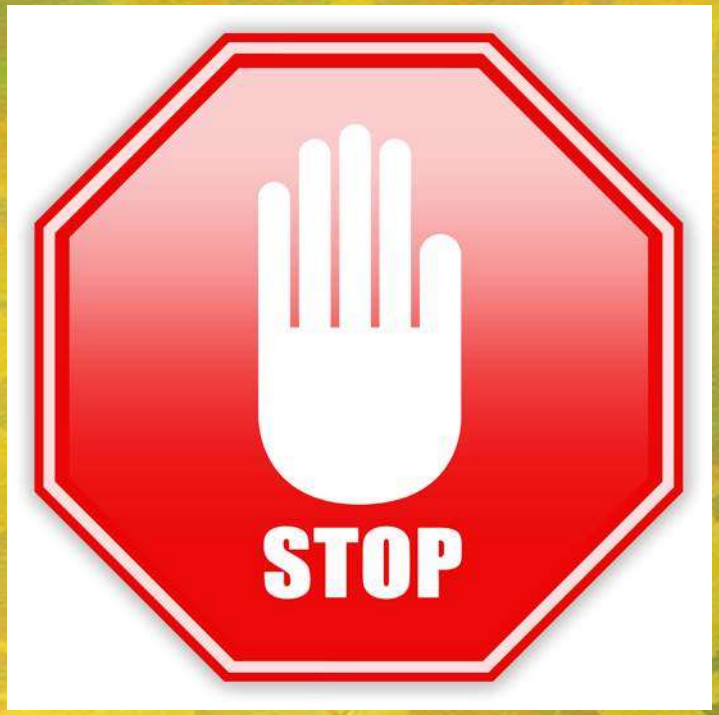
Слова поддержки:

- Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо.
- Ты делаешь это очень хорошо.
- Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему.



Какие слова не следует говорить:

- «Ты всегда»,
- «Ты вообще»
- «Вечно ты».





Я - взрослая, мама.

Но только, как прежде, покой нахожу я в твоих лишь руках.




Хорошего
настроения!