

Психологическая помощь первокурсникам в адаптации к условиям обучения в университете

Первостепенным направлением деятельности центра является профилактика дезадаптации первокурсников. В этом учебном году данная работа была проведена на первых этапах вхождения первокурсников в образовательную среду университета. В течении октября и ноября руководителем Центра «СПАС» совместно со студентами старшекурсниками педиатрического факультета и факультета клинической психологии, входящими в отряд «Инсайт» были проведены занятия со студентами первокурсниками, с целью профилактики учебной дезадаптации.

Данные занятия состояли из четырех частей:

- лекция-беседа на тему «Трудности учебной адаптации студентов к условиям обучения в вузе»;
- ответы на вопросы студентов по проблемам учебной адаптации;
- беседа первокурсников со старшекурсниками по интересующим их вопросам, связанных с процессом обучения (студенты из отряда «Инсайт»);
- презентация Центра «СПАС», студенческого научного психологического кружка и отряда «Инсайт».

В ходе лекции первокурсники познакомились с основными формами учебной деятельности в вузе и их отличии от форм учебной деятельности в школе. Так же студентам давались рекомендации по осуществлению психологической самопомощи в сложных ситуациях, связанных с учебной деятельностью, предлагались конкретные приемы преодоления трудностей адаптационного периода.

Значимость и необходимость таких встреч особенно проявились в ходе непосредственного взаимодействия со студентами. Первокурсники задавали актуальные для них вопросы, интересовались возможностями самостоятельного решения проблемных вопросов с опорой на полученные психологические знания, а также доступностью получения помощи квалифицированного специалиста психолога, психотерапевта.

Особый интерес вызвало общение со старшекурсниками. Возможность узнать «из первых рук» о специфике обучения на конкретном факультете Астраханского ГМУ, задать вопросы на равных позициях создали неповторимую атмосферу взаимодействия и обмена опытом адаптации к условиям обучения в университете.

В заключение занятия студентам раздавались брошюры, содержащие значимую для первокурсников информацию, помогающую им найти себя в университете.

Несомненно, такие встречи необходимы и способствуют повышению эффективности работы Центра направленной на профилактику дезадаптации студентов.

Мы выражаем особую признательность кураторам групп педиатрического факультета и медицинского колледжа за понимание проблем адаптации и активное сотрудничество с Центром.

