



Батьківські збори

11.10.2024

ВАС ВІТАЄ

**ВСП «Олександрійський
аграрний фаховий коледж
БНАУ»**

Проблема адаптації особистості до нових умов ЖИТТЯ

Адаптація першокурсника полягає в здатності відповідати вимогам і нормам навчального закладу, а також в умінні розвиватися в новому для себе середовищі, реалізувати свої здібності та потреби, не вступаючи із цим середовищем у протиріччя. Тому логічною є поява дезадаптації у багатьох студентів, в одних вона короткотривала, а у декого може затягнутися.



Алгоритм адаптації

Базова підтримка

- ☐ Адміністрація
- ☐ Зав. відділеннями
- ☐ Куратор групи
- ☐ Вихователь гуртожитку
- ☐ Психолог
- ☐ Керівник гуртка
- ☐ Керівники спортивних секцій
- ☐ Підтримка близьких людей

- **Причиною труднощів для студента** можуть бути нові умови життя, первинна соціалізація у коледжі. Разом з присвоєнням статусу студента молоді люди зіштовхуються з такими проблемами, як нова система навчання, взаєностосунки з одногрупниками та викладачами, соціально-побутові умови, самотійне життя в нових, можливо незнайомих до цього їм умовах, недостатні знання структур і принципів роботи навчального закладу та можливість для самореалізації у творчості, спорті. Крім цього, виникають протиріччя та труднощі в ***становленні самооцінки, самосвідомості, формування особистості та власного образу „Я” та емоційного інтелекту (вмінню контролювати свої емоції).***

Психологія підлітка (хаос)

*...у період дорослішання
та становлення
особистості молодь
обов'язково
зіштовхнеться...*

Психологія поведінки. Булінг (де норма та межа)

Психологія їжі (РХП)анорексія та булемія

Психологія кохання

Психологія суїциду

Психологія агресії (нецензурна лексика)

Психологія лідерства(пошук авторитетів)

Молодіжні субкультури



❑ Моє «реальне Я»
та «ідеальне Я»
залежить від.....



- **Висока та низька самооцінка....міф чи реальність?**

Автономність самооцінки – це коли Віка говорить, що я страшко і її думка не впливає на мою думку про саму себе.

Неавтономна самооцінка, коли Олі не подобається мій ніс то Я вважаю Себе «страшком». В психології це називають залежність від чужої думки, тобто Я очима інших!

Реалістичність - це коли Я розумію, що в Мене є як слабкі так і сильні сторони. Це приклад адекватної самооцінки.

❑ Мати власне «ПРОТЕ...»

ПАРАМЕТРИВ САМООЦІНКИ

- Стійка самооцінка – коли стійка самооцінка то навіть похибки на роботі чи у навчанні не впливають на мою думку та відношення до самого Себе!
- Нестійка самооцінка (та ж сама похибка у чомусь)приводить мене до думки, що Я нічого не варта!



❑ Як ви гадаєте яка зброя найпотужніша?

Все буде добре	<i>Вірно – це слово... Якнайчастіше говоріть дітям ці слова!</i> <u>Головне бути в потрібний момент поруч!</u>	Я поряд з тобою
Спробуй відволіктися		Твої почуття нормальні
Все, що не робиться, робиться на краще		Це дійсно важко.....
Мені зрозуміло, що ти відчуваєш		Що ти відчуваєш?
Ти сильна, ти впораєшся		Я співчуваю, що доводиться проходити через це



Практичні рекомендації для адаптації студентів- першокурсників від психолога!

НАМАГАЙТЕСЬ УСІМА ЗУСИЛЛЯМИ:

Не порушувати норм та правил
поведінки.

Брати активну участь у заходах, які
проводяться в коледжі.

Виконувати рекомендації викладачів
щодо навчання.

Співпрацювати з групою та завжди
підтримувати один одного.

Регулярно відвідувати заняття.

Стримувати негативні емоції.

Бути впевненим у собі і своїх діях.

Не відмовляти у допомозі тим, хто цього потребує.

Бути цілеспрямованим, ставити перед собою чітку мету та
досягати її.

Концентрувати свою увагу на навчанні.

Співпрацювати з викладачами та студентами.

Вдосконалювати свої знання.

Вирішувати всі проблеми з куратором.

Ввічливо та з розумінням ставитись до людей із особливими
потребами.

Не боятись пробувати щось нове для себе.

Поважати думку оточуючих.

Відповідати на заняттях.

Намагатись досягти нових та корисних знань.

Радіти кожному дню, проведеному у ВСП «ОАФК БНАУ», адже
цей період – неповторний!

Пам'ятка для дорослих

Необхідно знати та пам'ятати, що у підлітків в цей період:

Гормональні зміни (естроген жін, та тестостерон чол. гормони)

Надкатегоричність. Лише чорне – біле (підлітки тільки так розмежовують Себе та оточуючих)

Пошук нових АВТОРИТЕТІВ (спілкування та комунікація з однолітками)

Батькам (Не нав'язувати своїх бажань)

Не критикувати зовнішність дитини

ПІДТРИМКА

ТИ КЛАСНА! КЛАСНИЙ!

ТИ КРУТА! КРУТИЙ!

ТИ ВМІЄШ! Використовуйте ПРАВИЛО «трьох Н» – немає нічого неможливого!

ЯК ДОБРЕ У ТЕБЕ ВИЙШЛО!.....

Завжди говорити, що Я Тебе розумію!

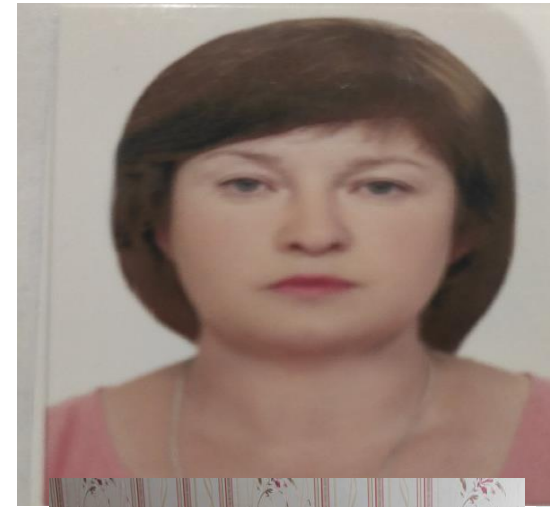
Цікавитись життям підлітка!

Смачна їжа (вплив вітамінів на організм)

Важлива умова адаптації

— це люди, що вас
ОТОЧУЮТЬ

Білоус Інна Василівна



**Вотінцева Ірина
Василівна**



Заріцька Ірина Миколаївна



Діордіца Іван Миколайович



Загоруйко Ліза Василівна



**Вяла Світлана
Станіславівна**



Ремезов Яків Миколайович



Забіян Інна Федорівна

**Криворот Євгеній
Олександрович**



Євдокімова Тамара Іванівна



Бахмач Віктор Іванович



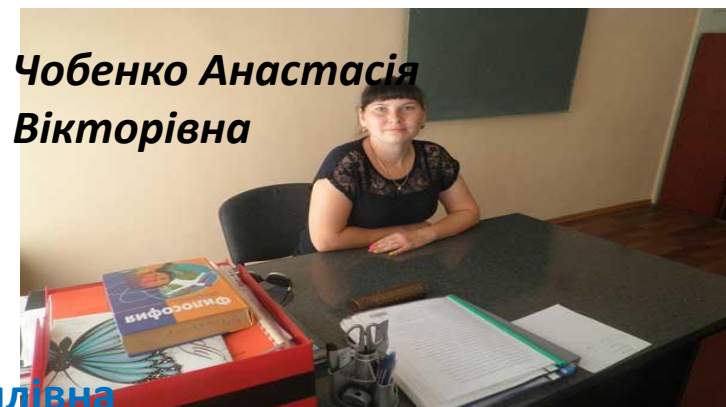
Спільник Олена Василівна



**Чобенко Олександр
Валерійович**



**Соловйова Тетяна
Іванівна**

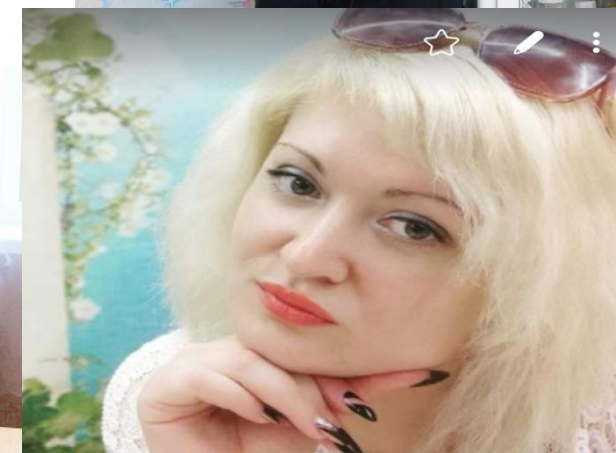


**Чобенко Анастасія
Вікторівна**

Заєць Неля Василівна



Копту Олена Іванівна



Адам Ольга Василівна

Цінуйте моменти,
доки вони не стали
спогадами...



Радійте кожному
дню, проведеному
у ВСП «ОАФК
БНАУ», адже цей
період –
неповторний!

Дякую за
увагу!

