**Консультация**

**«Психологические особенности юношеского возраста»**

 Знание психологических особенностей юношеского возраста важно, так как помогает куратору грамотно строить взаимодействие со студентами, а также при возникновении определенных сложностей обращаться за помощью к специалистам – психологам и социальному педагогу.

 Юношеский возраст как качественно новый этап в развитии человека характеризуется рядом особенностей, которые необходимо учитывать как в учебном процессе, так и в ситуации неформального общения. Ключевые изменения происходят в самосознании, структуре личности молодого человека. Центральными личностными новообразованиями в юношеском возрасте являются:формирование мировоззрения; самостоятельности суждений; повышение требования к моральному облику человека; корректировка самооценки; стремление к самовоспитанию,а так же способность к самоопределению, т.е. потребность занять внутреннюю позицию взрослого человека, осознать себя в качестве члена общества, определить себя и свои возможности наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

 Мышление в юности приобретает личностный эмоциональный характер. Появляется стремление к теоретическим и мировоззренческим проблемам. Эмоциональность проявляется в особенностях переживаний по поводу собственных возможностей, способностей и личностных качеств. Интеллектуальное развитие выражается в тяге к обобщениям, поиску закономерностей и принципов, стоящих за частными фактами. Возрастает концентрация внимания, объем памяти, совершенствуется абстрактно – логическое мышление. Появляется умение самостоятельно разбираться в сложных вопросах. Происходит существенная перестройка эмоциональной сферы, проявляется самостоятельность, решительность, критичность и самокритичность, неприятие лицемерия, ханжества, грубости.

 В этом возрастном периоде ведущая деятельность – учебно-профессиональная. Появляются мотивы самосовершенствования и самореализации, что является основой для самоопределения в профессиональном плане**,** во взаимодействии с другими людьми и миром. Это в немалой степени определяет интерес к учебным дисциплинам, а также успешность в их освоении. Другими словами, если в подростковом возрасте отношение к учебным предметам определяют зарождающееся отношение к различным профессиям, то в юношеском возрасте отношение к профессии начинает влиять на отношение к учебной деятельности. В связи с этим очень важно, чтобы специальность была выбрана самостоятельно и осознанно, соответствовала внутренним устремлениям и личностным особенностям юношей и девушек.

Молодые люди в этом возрасте начинают задумываться над вопросом смысла собственной жизни. Потребность в смысле жизни позволяет человеку объединить требования, идущие из разных сфер жизнедеятельности, и строить свою жизнь не как цепь случайных событий, а как целостный процесс, имеющий цели и преемственность. Проблема поиска смысла жизни не только мировоззренческая, но и практическая. Ответ на нее содержится не внутри человека, а вне его – в мире, где раскрываются его способности, в его деятельности, в чувстве социальной ответственности. В поиске смысла жизни вырабатывается мировоззрение, расширяется система ценностей.

Таким образом, к концу юношеского возраста молодой человек становится психологически готовым к вступлению во взрослую жизнь, к реализации себя в профессии, в будущей семейной жизни.

Обобщая сказанное, отметим наиболее важные особенности юношеского возраста:

* ***способность к самоопределению – личностному и профессиональному*;**
* ***относительная сформированность системы мотивов и ценностей личности;***
* ***потребность в смысле жизни.***

**Социально-психологические аспекты адаптации первокурсников.**

 Человек на протяжении всей своей жизни меняет множество социальных ролей, одной из которых может быть роль учащегося, студента. Молодой человек, принимая на себя эту роль, одновременно становится членом группы, которая влияет на его самовосприятие, самосознание и общее развитие.

 Поэтому очень важен период знакомства, период диффузной группы для адаптации УЧАЩЕГОСЯ – первокурсника к условиям колледжа, новой роли и коллективу.

 Успешность адаптации будет обеспечена лишь в том случае, если студенческая группа будет являться сферой реализации потребностей и стремлений личности, служить раскрытию индивидуальности, самоопределению. Для того чтобы это стало возможным, каждый член группы должен пройти систему элементов межличностного познания: восприятие внешних признаков и соотношение их с личностными характеристиками, с интерпретацией поступков. Это поможет создать положительную морально – психологическую атмосферу коллектива, смягчить адаптацию, сплотить коллектив, объединив его на двух уровнях: в сфере учебных и внутренних, психологических взаимоотношениях.
 Адаптация (от лат. Adapto – приспособляю, фр. adaptation – приспособление) – приспособление личности, социальной группы к условиям внешней среды. При этом происходит социальное взаимодействие личности, социальной группы и социальной среды, взаимное приспособление – личности социальной группы к требованиям социальной среды, социальной среды к запросам и установкам личности, социальной группы.

 В психологии выделяется 4 типа адаптации: *профессиональная (учебная), общественная, межличностная и личностная.*

 *Учебная адаптация* составляет первичный тип адаптации и непосредственно зависит от организации условий учебного процесса. Качественную характеристику учебной адаптации определяет взаимодействие студента и преподавателя. Учебная адаптация имеет свое инструментальное выражение в способах учебной деятельности.

 Для *общественной адаптации* важную роль играет включение субъекта в различные формы коллективного действия.

 *Межличностная адаптация* представляет собой овладение системой коммуникации, традициями и ценностями коллектива, успешность овладения которыми проявляется в появлении чувства общности, высоком социальном статусе, легкости вступления в межличностные контакты.

 *Личностная адаптация* предполагает включение в смысловую структуру развития человека задач профессионального роста. Субъективно личностная адаптированность переживается как осознанное стремление к профессиональному совершенству.

**Проблема дезадаптации студентов-первокурстников**

 Полярным адаптации и, по существу, деструктивным является процесс дезадаптации личности.

 Дезадаптация (лат. de(s) adaptatio ) - невозможность адаптироваться к текущим условиям, изменяющимся отношениям, ситуациям, возможностям. Это понятие определяет любые затруднения, нарушения, отклонения, возникающие у человека в новых условиях. Дезадаптирующим можно называть такой ход внутрипсихических процессов и поведения, который приводит не к разрешению проблемной ситуации, а к ее усугублению, к усилению трудностей и тех неприятных переживаний, которые она вызывает. Обычно сопровождается вегетативными и невротическими реакциями.

 Дезадаптация, как правило, проявляется в виде затруднений в учебе, в межличностных контактах, в повышенной тревожности, негативных эмоциях, депрессивном состоянии, утомляемости и т.д. то есть, в различных нервно-психических расстройствах ранее здоровых людей.

**!!! Выделяется 4 основных механизма возникновения процесса дезадаптации:**

1. Избыточная информационная нагрузка и неправильная организация режима учебной деятельности;
2. Неэтичное поведение педагогов по отношению к учащимся;

3. предрасположенность молодого человека к отклоняющемуся поведению. Эта предрасположенность может быть результатом родовых травм, отягощенной наследственности, слабой нервной системы и т.д.;

4. Акцентуация характера, которая возникает в условиях противоречивых требований к ребенку, когда одно требование исключает другое. Такие противоречивые ситуации порождают необходимость использования некоторых форм психологической защиты, частое использование которых и приводит к формированию акцентуаций характера.

**Роль личностных факторов в адаптации первокурсников.**

 Многогранность адаптации связана и с неоднозначной социальной значимостью тех или иных компонентов социальной среды или протекающих в ней социальных процессов. Поэтому даже у конкретного первокурсника его адаптация к учебному процессу, к новым формам культурно-досуговой деятельности, к особенностям студенческой жизни (особенно – для проживающих в общежитии или на частной квартире), к новому коллективу (группы, специальности, отделения, факультета) будет идти разными темпами и завершаться не одновременно.

 Лучше всего к поступлению в колледж (и тем самым – к адаптации к студенческой жизни) готовят школы «нового типа» (гимназии, лицеи, специализированные классы). Во многом это определяет и те тесные организационно-педагогические связи и взаимоотношения, которые сложились между этими школами и ССУзами. Но у выпускников школ и выпускников колледжей свои «плюсы» и «минусы» - с точки зрения адаптации к студенческой жизни. У первых «плюсы» связаны с более высокой общеобразовательной подготовкой, но они и менее самостоятельны, для них оказывается наиболее сложным переход от более жесткого семейного и школьного контроля к более мягкому – вузовскому. Выпускники колледжей лучше школьников сориентированы на профессиональную деятельность (но этот «плюс» на 1-2 курсах, где изучаются в основном общеобразовательные предметы, сказывается крайне незначительно), они более самостоятельны. Но они особенно нуждаются в помощи и поддержке в учебе. Слишком сказываются на младших курсах недостатки в их общеобразовательной подготовке.

 Важным фактором социального расслоения студенчества, а потому – фактором, способствующим (или препятствующим) успешной социальной адаптации первокурсников к студенческой жизни, является территориальный фактор – место жительства абитуриента до поступления в колледж. Существует понятная тенденция – чем крупнее город, не говоря уже об областном центре, тем для его жителя – абитуриента колледжа адаптация к студенческой жизни оказывается более простой и менее длительной. Те из абитуриентов – жителей небольших городов, кто успешно преодолевает трудности конкурсного отбора, чаще всего оказываются лучше подготовленными и более мотивированными к последующей учебе.
 Одним из дифференцирующих факторов является материальное положение семьи (готовность и возможность родителей помочь не только в оплате учебе, но, прежде всего, в решении сложнейших материально-бытовых проблем). Прослеживается четкая тенденция: чем благополучнее материальное положение родительской семьи, тем безболезненнее протекает процесс адаптации.

**С какими трудностями приходиться сталкиваться первокурсникам?**

 Важными студенческими проблемами являются: недостаток свободного времени; перегруженность учебными занятиями, неудобное расписание; недостаток внимания со стороны куратора; недостаточный уровень дошкольной подготовки; неумение организовать себя, нехватка материальных средств; отсутствие привычного круга общения; невозможность найти занятие по душе; низкая техническая оснащенность аудиторий, кабинетов; плохие санитарно – гигиенические условия; сложности в привыкании к новой обстановке, к новым людям.