

**При переходе из школы в вуз первокурсник сталкивается с необходимостью адаптации к совершенно новой социальной обстановке, к учебному процессу, однокурсникам и преподавателям, а также требованиям, предъявляемым к студенту. Мы выяснили у директора НОЦ практической психологии, этнопсихологии и психологии межкультурной коммуникации Эндже Латыповой, как первокурснику эффективнее адаптироваться к началу жизненного пути.**

В КФУ уже более 20 лет в целях адаптации студентов и создания доверия в сообществе обучающихся проводятся психологические мастерские.

Ролевые игры, дебаты, культурные мероприятия помогают студентам быть настоящими, раскрытыми и чувствующими; найти большее количество способов выражения, не зависящие от вербально-лингвистических способностей, расширяя таким образом способы самовыражения, а также круг участников». В результате занятий снижаются межличностные конфликты, уменьшается вероятность развития обид друг на друга и образования фракций в группе.

«На первом этапе важно формирование, так называемой, поддерживающей среды, – рассказала Эндже Латыпова. – Ни для кого не секрет, что студенты даже учатся лучше, если у них налажен хороший контакт друг с другом. В таком случае во время зачетов и экзаменов они оказывают друг другу определенную помощь: объяснить пройденный материал, дают списать лекцию одногруппнику, который на ней отсутствовал, более сильные студенты объясняют более слабым непонятный материал и так далее».

Помочь формированию поддерживающей среды может преподаватель:

именно с этой целью используются интеграционные игровые формы работы с группой, в частности мероприятия, на которых студенты могут пообщаться, поближе познакомиться, узнать друг друга и сформировать мини-подгруппы, например, по интересам или месту проживания.

Если речь идет об иностранных студентах, то еще один значимый момент – языковая адаптация. С одной стороны, здесь опять же важна помощь преподавателей: так, в КФУ существует подготовительный факультет, где ребята учатся целый год и могут подтянуть русский язык. С другой стороны, сами студенты тоже должны стремиться к общению на новом для них языке: говорить на русском не только в классе, но и за его пределами – вот что важно для успешной языковой адаптации.

*«Кроме того, у иностранных студентов жесткая адаптация идет к среде: другое питание, другой климат, другая одежда. В этом плане сложнее всего приходится студентам из жарких стран, – отметила **Эндже Латыпова**. – Большое значение здесь имеет и культурный компонент. Поскольку наш центр специализируется именно на работе с иностранными студентами, мы разрабатываем методики, подходы как для педагогов, так и для самих студентов, значительно упрощающие адаптацию в образовательную среду».*

Безусловно, преподаватели, студенты старших курсов могут помочь первокурсникам адаптироваться, однако многое зависит от настроения самих ребят. По словам психолога, речь идет, в первую очередь, об умении брать на себя ответственность. Если в школе и родители, и учителя активно контролируют детей и именно на них лежит значительная доля ответственности, то в университете студенты получают значительную степень свободы, которая влечет за собой и необходимость отвечать за свои поступки.

Проблемы адаптации являются актуальными в связи с прогрессирующим ростом миграционных потоков практически во

всех частях света. Наблюдается тенденция к увеличению количества иностранных студентов в высших учебных заведениях. Поэтому в задачу адаптации вовлечены как администрация университета, педагоги, а также сами студенты. Поскольку адаптация не останавливается, со временем адаптация должна перейти в самореализацию. Адаптация – есть некий механизм приспособления к меняющимся условиям. Самореализация предполагает определенность социальной, профессиональной, личностной позиции от студента и предполагает время.

Молодые люди ищут приемлемое по качеству и цене образование за рубежом. Формирующаяся в связи с этим многонациональная и мультикультурная среда требует поиска и применения эффективных методов формирования межкультурного поля социализации, адаптации в новую среду, формирования ясных ответов на насущные вопросы быта, образования и специфики пребывания в ином культурном окружении, практических навыков привыкания к требованиям образовательной и социальной среды.

Особенно актуальным является наличие соответствующих педагогических и психологических компетенций у преподавателей и владение методами, дающими возможность интерактивного взаимодействия с иностранными студентами и с их тьюторами. «Конечно, задача самого педагога – использовать различные методики, техники, способствующие возможности интеграции, хотя, к сожалению, далеко не все преподаватели обладают для этого достаточной квалификацией. Кстати, в настоящий момент мы совместно с коллегами из Дрезденского университета ведет активные исследования в данном направлении», – поделилась Эндже Латыпова.