

Памятка по эффективной  
адаптации обучающихся 1 курса  
учреждений профессионального  
образования и успешной  
социализации детей-сирот и детей,  
оставшихся без попечения  
родителей, в условиях общежития

В ПОМОЩЬ ВОСПИТАТЕЛЮ  
ОБЩЕЖИТИЯ



Эффективная адаптация учащихся-первокурсников важна для дальнейшего развития и профессионального становления личности обучающегося. Сложности в адаптации могут быть связаны с трудностями принятия новых норм и правил, изменением ролевого поведения в системе межличностных отношений, необходимостью подчиняться новым требованиям и контролю.

Проживание в общежитии является началом взрослой самостоятельной жизни обучающихся. Общая задача куратора учебной группы и воспитателя – искать и находить новые формы работы по организации досуга молодежи, развивающие личность обучающихся духовно и интеллектуально, помогающие ей определить свое место в жизни.

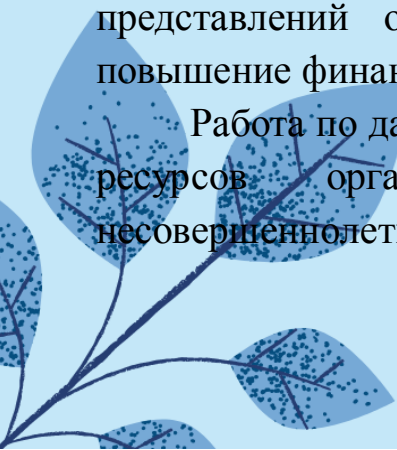
С момента заселения учащихся в общежитие у них начинается «испытание свободой». Уехав из дома, подростки получают полную свободу от контроля родителей за их досуговой и учебной деятельностью.

Необходимо учитывать, что многие первокурсники не умеют готовить пищу, стирать одежду, не знают основ техники безопасности и не обучены эксплуатации электроплит. Важно учить обучающихся заботиться о себе самостоятельно.

Учащиеся-первокурсники, живущие в общежитии, часто не владеют навыками конструктивного общения, не способны предупреждать возникновение конфликтов со своими соседями по комнате, многие из них не могут минимизировать их последствия, урегулировать напряженность в отношениях и, наконец, самостоятельно справиться с трудными жизненными ситуациями. Иногда такие ситуации приводят к тому, что на фоне личностных переживаний появляется тенденция к распространению студенческой аддиктивности, девиантности, маргинальности, что, безусловно, наносит вред их здоровью и качеству жизни и учебы.

Успешная адаптация в рамках системы сопровождения первокурсников, в том числе детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, подразумевает направленность на формирование личностных, коммуникативных качеств, необходимых для интеграции в обществе, развитие знаний основных прав и обязанностей гражданина Республики Беларусь, формирование представлений о государственных ведомственных структурах в регионе, повышение финансовой грамотности обучающихся.

Работа по данным направлениям должна осуществляться с использованием ресурсов организаций, заинтересованных в решении проблем несовершеннолетних.



## РЕКОМЕНДАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЮ ОБЩЕЖИТИЯ

- При первой встрече познакомьте первокурсников с правилами внутреннего распорядка и активом общежития. Обратите внимание на активных обучающихся с лидерскими качествами, которых в дальнейшем можно привлечь к общественной деятельности.

- Ознакомьте обучающихся с маршрутом от общежития до учреждения образования (можно пройти пешком или объяснить маршрут проезда общественным транспортом, указать номера троллейбусов, автобусов).

- При заселении в общежитие предложите несовершеннолетним заполнить анкету, которая содержит сведения о составе семьи, информацию о законных представителях, интересах и увлечениях обучающихся и другие необходимые сведения.

- Анализируя данные анкеты с целью профилактики буллинга в общежитии, предусмотрите наиболее благоприятное расселение первокурсников. С учетом анкетных данных можно помочь в организации занятости несовершеннолетних в свободное от учебы время.

- У первокурсников, в том числе детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, необходимо поинтересоваться о наличии предметов личной гигиены (зубная щетка и паста, мыло, шампунь, мочалка, расческа, носовые платки и т.д.), посуды для приготовления и приема пищи, сменного белья (не менее двух комплектов), сменной комнатной обуви, одежды, вешалок, обуви для занятий спортом (спортивный костюм, кроссовки), одежды и обуви по сезону (в том числе и на случай похолодания), зонта, письменных принадлежностей и др.

- Объясните обучающимся, что они должны бережно и внимательно относиться к своим вещам, следовать установленным правилам их хранения. Первокурсникам можно раздать буклеты с номерами телефонов специалистов, к которым они могут обратиться за помощью в случае необходимости. Например, телефон дежурного по общежитию, заведующего общежитием, педагога-психолога, педагога социального учреждения образования и др.

- В период адаптации первокурсников проведите опрос об удовлетворенности жилищно-бытовыми условиями проживания. По возможности контролируйте наведение порядка в комнатах, условия хранения продуктов питания, так как некоторые дети иногда не придают этому должного значения.

- Проводите групповые занятия в общежитии, направленные на формирование и поддержание комфортной психологической среды среди несовершеннолетних, в том числе с приглашением педагога-психолога.

- Приобщайте первокурсников к ведению здорового образа жизни, укреплению физического и психического здоровья через организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий, развитие клубной и досуговой деятельности, оказание помощи в организации занятости, улучшении жилищно-бытовых условий.





- Поощряйте развитие самостоятельности и ответственности обучающихся через создание специальных условий. Получая обратную связь, воспитатель может прогнозировать дальнейшее поведение первокурсников, проживающих в общежитии.

- С целью установления доверительных отношений рекомендуется давать поручения, которые первокурсники могут успешно выполнить. При достижении успехов в учебе, спорте желательно найти способ лично похвалить отличившихся учащихся. Можно отмечать достижения учащихся на собрании, в присутствии других проживающих в общежитии.

- Так как не менее важна работа по сплочению коллектива в микрогруппах (проживающих в комнатах, блоках), так и в группе, например, проживающих на одном этаже, используйте вспомогательные методы в сплочении коллектива:

- соблюдение традиций, например, 15-минутное вечернее общение по понедельникам, где каждый почувствует свою принадлежность к группе;

- проведение собраний, где присутствуют все, и каждый может высказать свое мнение в обсуждении вопросов, возникающих в период проживания в общежитии;

- размещение информации на стенде, сайте, где освещаются успехи, достижения, знаменательные события и даты, поздравления именинников, победителей соревнований, олимпиад;

- проведение совместных экскурсий, поездок, приключенческих квестов, организованных обучающимися старших курсов, например, ко дню студента;

- использование игровых техник, например, введение системы баллов, поощрений (конкурс «Самая уютная комната»).

- Обратите внимание на учащихся, у которых наблюдаются перепады настроения, изучите психологический климат в микрогруппах обучающихся, проживающих в одной комнате, так как эмоциональное состояние первокурсников в период адаптации может быть нестабильным. Для этого может быть проведено анкетирование (воспитатель, педагог социальный) или психологическое тестирование (с приглашением педагога-психолога). При необходимости следует обратиться за консультацией к педагогу-психологу учреждения образования или к педагогу социальному, куратору учебной группы.

- С целью профилактики зависимого поведения и развития навыков конструктивного общения рекомендуется приглашать педагога-психолога для проведения занятий с элементами тренинга.

- Поддерживайте связь с законными представителями обучающихся и с кураторами учебных групп с целью оказания им всесторонней помощи и поддержки. Для взаимодействия используйте современные формы связи (мессенджеры Viber, What'sApp, Telegram и др.).