

## Как понять, что студент испытывает трудности в адаптации?

Динамизм современного времени порождает психоэмоциональное напряжение, что приводит к стрессу, неуверенности, чувству «ненужности», одиночеству и опустошению. В настоящее время участились случаи депрессии у молодых людей. Казалось бы, впереди целая жизнь, но не каждый хочет действовать в ней активно, преодолевать трудности.



***Обратите внимание на показатели адаптации.***

***К объективным относится:***

- Успеваемость, отсутствие академических задолженностей;
- Отсутствие или небольшое количество прогулов по уважительной причине;
- Отсутствие или небольшое количество прогулов без уважительной причины;
- Соблюдение дисциплины;
- Включенность во внеучебную деятельность.

***Субъективные показатели адаптации:***

- Отношения с одногруппниками, отсутствие конфликтов;
- Отношения с преподавателями, отсутствие конфликтов;
- Заинтересованность в получении профессионального образования;
- Заинтересованность в применении полученных навыков на практике.

Если вы замечаете у какого-либо студента недостаточную выраженность большинства показателей, стоит обратить на него более пристальное внимание. Ведь это могут быть признаки дезадаптации. В случае, когда вы не знаете чем помочь первокурснику или студентам других курсов, вы всегда можете обратиться к психологу. Ваши совместные усилия обязательно позволят решить возникшую проблему.