**Рекомендации**

**по повышению самооценки** **у учащихся.**

1. Учащихся с заниженной самооценкой важно психологически поддерживать, создавая у них ощущение успеха, пусть небольшого.
2. Учащиеся должны быть уверены в том, что их ценят, и будут поддерживать, независимо от таких критериев, как успеваемость и физические возможности.
3. Уважение, забота, внимание и одобрение повышает чувство собственной ценности и приводит к формированию позитивной самооценки.
4. Критиковать при необходимости следует на фоне общей психологической поддержки.
5. Необходимо вовремя подсказывать учащемуся, что он умеет лучше других, что хуже, а что ему предстоит еще освоить.
6. Поощрять всякое проявление зрелого поведения, стремление учащегося к самопониманию и преодолению трудностей..
7. Одобряющие реакции со стороны преподавателей приводят к повышению успеваемости и тем самым повышают самооценку.
8. Уважение к личности - не снисходительность, а, прежде всего, разумная требовательность к ней.



**Рекомендации по взаимодействию с различными**

**типами темпераментов**

**САНГВИНИК -** необходим контроль над выполнением обязанностей; упражнения в планировании деятельности; доведение начатого дела до конца; работа в паре с холериком или флегматиком.

**ХОЛЕРИК -** поощрение выдержки, настойчивости; ограничение движений, силы и темпа речи; четкая требовательность; работа в паре с сангвиником или временная с флегматиком.

**ФЛЕГМАТИК -** упражнения в ограничении времени выполнения заданий; упражнения в быстрых движениях, упражнения в выразительной речи, контроль хода выполнения заданий.

**МЕЛАНХОЛИК -** дополнительное время к ответу, упражнения в волевых поступках, отсутствие применения жестких мер, предъявлять посильные требования.



**УО «Марьиногорский государственный ордена «Знак Почета» аграрно-технический колледж имени В.Е. Лобанка»**

**ПАМЯТКА ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**«Особенности адаптационного периода учащихся нового набора»**



**Подготовила педагог – психолог Кудрина Т.Г.**



Жизнь учащихся в колледже проходит на возрастном этапе в среднем 15-19 лет. Это период юношества, для которого характерно многое, в том числе:

1. развитие самосознания, рефлексии,
2. формирование интереса к другому человеку как личности,
3. развитие интереса к себе,
4. стремление разобраться в своих способностях, поступках,
5. выделение круга устойчивых интересов,
6. укрепление чувства взрослости,
7. утверждение самостоятельности,
8. развитие чувства собственного достоинства.

**Адаптация это приспособление организма человека к окружающим условиям среды.**

**В качестве основных причин, затрудняющих обучение учащихся в колледже на первом году обучения, могут являться:**

1. большие проблемы в знаниях,
2. низкие познавательные интересы,
3. недостаточная сформированность умений общения,
4. повышенная эмоциональная возбудимость,
5. тревожность,
6. недостаточно развитая рефлексия,
7. низкая организованность и дисциплина.

 **Главная задача на первом курсе** - оказание помощи

1. в преодолении отрицательных эмоций, связанных с отрывом от родительского дома,
2. адаптации в общежитии,
3. умения подчиняться режиму работы учебного заведения,
4. в адаптации к коллективу,
5. ориентирование на самопознание, на социальную успешность.

В связи с этим можно выделить ***основные причины, вызывающие затруднения в самом начале обучения:***

**во-первых**, в недостаточной профессиональной ориентированности учащихся (не сложившееся осознание необходимости усвоения знаний и умений для получения профессионального образования, несформированность умения учиться самостоятельно);

**во-вторых**, в разрушении старого и образованием нового динамического стереотипа (учащиеся осваивают новую организацию учебного процесса;
адаптируются к требовательности преподавательского состава в отношении усвоения уровня знаний);

**в-третьих**, ещё не сложившимся коллективом учебной группы, и, следовательно, недостаточно его влиянием на процесс адаптации учащихся

**в-четвертых**, необходимость решать проблему занятости в свободное время;

**в-пятых**, учащиеся получают знания более высокого уровня, чем в школе за короткий период времени.

Процесс обучения в колледже является новым этапом в жизни школьника и требует от него **большей самостоятельности и активности в получении и усвоении знаний на фоне возросшей информационной нагрузки, а также умения и способности быть психологически и социально адекватным к изменившимся условиям учебы и социального бытия**.

**Учащимся на первом году необходимы такие черты характера, которых не хватало в полной мере в старших классах школы - целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициативность, умение владеть собой.**

 **И здесь могут наблюдаются признаки дезадаптации.**

* Повышенная аффективная напряженность (душевное волнение, страсть)
* Высокая активность по разрешению кризисного состояния.
* Реакции тревоги.
* Реакции тоски
* Реакции обиды
* Апатия
* Бессилие
* Стремление к покою и уединению
* Чувство собственной ненужности
* Чувство собственной несостоятельности

Разработан комплект рекомендаций для преподавателей (у педагога-психолога), раскрывающих формы и методы учета индивидуальных особенностей учащихся во взаимодействии, куда вошли:

1. Правила оценки личности
2. Правила педагогического общения
3. Рекомендации психолога по профилактике девиантного поведения
4. По профилактической работе с трудными подростками
5. Приемы педагогического воздействия на трудных учащихся
6. Что необходимо помнить по работе со слабоуспевающими
7. Рекомендации по работе с агрессивными учащимися
8. Рекомендации по работе с застенчивыми учащимися
9. Рекомендации по работе с замкнутыми детьми
10. Рекомендации по работе с гиперактивными учащимися с истерическими реакциями
11. Рекомендации по работе с лидерами
12. Примерная программа индивидуального подхода к «трудным учащимся» (грубость, лень, замкнутость, склонность к правонарушениям)