ФГБОУ ВО «Бурятская государственная сельскохозяйственная академия им. В.Р.Филиппова»

Социально-психологическая служба

**Адаптация первокурсников**

Методические рекомендации

 для кураторов

Улан-Удэ,

2019

**Содержание**

Введение……………………………………………….. …………………. 3

1. Что такое адаптация?............................................................5
2. Социально-психологические аспекты адаптации первокурсников……………………………………………………………7
3. Возрастные особенности…………………………………..16
4. Индивидуальная и групповая карты диагностики психосоциальной адаптированности студентов……………………………………..........................................25
5. Развитие адаптационных процессов в группе…………………………………………………………………….27
6. Рекомендации для куратора…………………..……………29
7. Мероприятия социально-психологической службы (по запросу кураторов)………………………………………………………53

**ВВЕДЕНИЕ**

Одним из первых официальных документов российской высшей школы, посвященных кураторской работе, является Инструкция для кураторов Томского технологического института, утвержденная в 1903 г. Императором Николаем II. В ней была обозначена основная функция куратора *«ходатайствовать перед академическими органами об удовлетворении уважительных и в законных формах заявленных нужд и потребностей студентов, … а также заботиться об удовлетворении духовных и материальных потребностей студентов, … в том числе устройства научных и литературных кружков, учреждения кружков для занятий искусствами, физическими упражнениями, организации студенческих библиотек и читален, столовых, чайных, кассы, приходить студентам на помощь при искании дешевых и здоровых квартир».*

Прошло более ста лет, но надобность в работе куратора не отпала, а, скорее возросла.

Вчерашний школьник, приходя в вуз, сталкивается с совершенно новой для него во всех отношениях системой образования. Эта система отличается от школьного обучения и организационно, и методически, и содержательно, и по своим основным целям и направлениям. Это, во-первых.

Во-вторых, меняется «качество территории». Теперь он находится не среди одноклассников, а в поточной аудитории, рассчитанной на 100–150 человек, что производит на вчерашних абитуриентов разное впечатление — от чувства восторга от новизны до ощущения потерянности.

Первый семестр первого года обучения — это период адаптации обучающегося к новой системе образования. Быстрая и успешная адаптация к жизни вуза студентов первого курса является залогом успешности овладения ими профессией — того, ради чего они пришли в университет, и того, ради чего работает вся система высшего образования. Существенная роль в адаптации студентов отводится кураторам академических групп.

В-третьих, содержание работы куратора значительно отличается от работы классного руководителя. Оно определяется, в том числе, и возрастными особенностями студентов-первокурсников. Это совершенно иной возраст со своими специфическими психологическими особенностями и возрастными интересами.

В этот возрастной период завершается формирование идентичности. На первый план выступает потребность в профессиональном самоопределении и принятии участия в экономической, политической и общественной жизни общества. Сегодня работа кураторов в академии — решение приоритетной задачи вузовского воспитания — создание оптимальных условий для саморазвития личности студента. Куратор участвует в решении этой задачи путем консультирования, ориентации и психологической поддержки студентов (самостоятельно или через сотрудничество с социально-психологической службой академии). Помимо этой задачи важным является, как уже было сказано:

* помощь в социальной адаптации обучающихся-первокурсников;
* приобщение к корпоративной культуре академии.

Проблема адаптации – одна из важнейших междисциплинарных проблем, которая в настоящее время широко и интенсивно исследуется на различных уровнях: медико-биологическом, социально – психологическом, психолого – педагогическом и многих других.

Данное методическое пособие предлагается в помощь кураторам учебных групп и включает в себя описание базовых научно обоснованных закономерностей процесса адаптации; практические рекомендации, которые можно использовать с целью оптимизации учебно-воспитательного процесса в вузе.

**I. Что такое адаптация?**

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 адаптации можно выделить две взаимосвязанные стороны – *адаптивность* (приспосабливаемость) личности, социальной группы и *адаптируемость* (приспособление, изменение) социальной среды. Тем самым преодолевается акцент на преимущественно пассивный характер адаптации субъекта к социальной среде. Активность субъекта закрепляется в получающей все большее распространение теории личности как «актора» (от англ. – to act – действовать). Активность рассматривается как атрибутивное, неотъемлемое качество для каждого человека (хотя степень его развития может быть различной). Адаптация выступает в форме согласования самооценок и притязаний личности с ее возможностями и с реальностью социальной среды, включающее как реальный уровень, так и потенциальные тенденции развития среды и субъекта. Это позволяет избежать гипертрофированного понимания активности личности. С другой стороны, взаимодействие и согласование установок и требований личности и социальной среды предстает не в статистике, а в динамике, что позволяет выделить еще один очень важный аспект адаптации – *процессуальность.*

Выход за рамки реального, нынешнего уровня взаимодействия к потенциальному (могущему развиваться в разных направлениях) превращает процесс социальной адаптации из стихийного в управляемый (в том числе – для организаторов учебной и внеучебной работы в вузе) и самоуправляемый (для конкретной личности, в нашем случае – для конкретного обучающегося).

Процессуальность предполагает разграничение между процессом (человек адаптируется) и результатом (человек адаптировался). Граница это весьма подвижна и – во многом – индивидуальна, что определяет разный во временном интервале темп адаптации.

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 субъект – субъектное взаимодействие студента и преподавателя. Учебная адаптация имеет свое инструментальное выражение в способах учебной деятельности. Именно они определяют ее основное содержание.

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.

Гораздо больше внимания уделяется исследованию различных проблем и трудностей, то есть *дезадаптации*. Безусловно, процессы адаптации и дезадаптации представляют собой два взаимосвязанных аспекта приспособления к учебной деятельности, к жизни в целом. Но каждый из них обладает собственной спецификой и именно поэтому недостаточное изучение адаптации сдерживает внедрение профилактических мероприятий, направленных на организацию оптимального приспособления студентов в вузе.

Дезадаптация, как правило, проявляется в виде затруднений в учебе, в межличностных контактах, в различных нервно-психических расстройствах ранее здоровых людей.

Выделяется 4 основных механизма возникновения процесса дезадаптации:

- избыточная информационная нагрузка и неправильная организация режима учебной деятельности;

- неэтичное поведение педагогов по отношению к студентам;

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

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

Субъективно состояние дезадаптации переживается в виде повышенной тревожности, негативных эмоций, депрессивного состояния, повышенной утомляемости и т.д.

Таким образом, процесс адаптации, являясь специфическим выражением общего процесса приспособления человека к жизненной среде, обладает научно доказанными закономерностями, которые можно использовать с целью оптимизации учебно-воспитательного процесса в вузе.

Данное методическое пособие предлагается в помощь кураторам учебных групп и включает в себя описание основных научно доказанных закономерностей процесса адаптации; практические рекомендации, которые можно использовать с целью оптимизации учебно-воспитательного процесса в вузе.

**II. Социально-психологические аспекты адаптации первокурсников**

В современной науке углубляется понимание социальной среды. Происходит определенная переориентация: от широкого понимания среды (то, что нас окружает, «среди» чего мы живем) – к более конкретному пониманию среды (подчеркивается взаимодействие человека и внешних условий его жизнедеятельности). В социальной среде выделяют разные компоненты: материально – вещественный и личностный (люди, группы, коллективы). В зависимости от характера взаимодействия (опосредованное или непосредственное) разграничиваются разные по масштабам виды социальной среды: макросреда и микросреда (среда ближайшего окружения). Но границы между ними весьма подвижны. Разные социальные институты могут выступать (или не выступать) компонентом микросреды человека – все зависит от его деятельности. Диапазон социальной среды зависит от человека. Такой подход – от человека – углубляет представления об адаптации как взаимодействии.

Уже потому, что разнообразны компоненты социальной среды и их составляющие, адаптация многогранна. Первокурсник, живший, в малом городе, а чаще, в селе, должен адаптироваться и к образу жизни в крупном городе.

Для выпускников учреждений начального или среднего профессионального образования по профилю вуза, адаптация к будущей профессии, специальности начинается до поступления в институт и потому, как правило, идет безболезненнее и быстрее.

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 (группе, специальности, факультету, институту) будет идти разными темпами и завершаться неодновременно.

Как же протекает адаптация первокурсника?

Мы опираемся на данные многочисленных опросов, которые проводились в студенческой среде в последние годы.

Оценки адаптационного процесса выпускниками общеобразовательных школ и колледжей, техникумов близки к средним. За всеми разговорами о растущем разрыве между средним и высшем образованием это разрыв (безусловно, увеличивающийся на информационно-образовательном уровне) на житейско-поведенческом уровне не так велик и не столь значим для вчерашних выпускников школ и колледжей. И в этом – позитивное последствие в целом узкой, односторонней ориентации средних учебных заведений и их выпускников только на высшее образование. 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.

Одним из дифференцирующих факторов является материальное положение семьи (готовность и возможность родителей помочь не только в оплате контракта, но, прежде всего, в решении сложнейших материально-бытовых проблем). Сегодня образование объективно становиться одной из самых затратных сфер социальной жизни. И весь вопрос в том, кто (государство, предприятия или фирмы, родители и родственники) и сколько платят за обучение?

Прослеживается четкая тенденция: чем благополучнее материальное положение родительской семьи, тем безболезненнее протекает процесс адаптации. Это – еще один важный аргумент против однозначной трактовки успешной адаптации, в пользу социальной защиты малообеспеченных студентов как весьма значимого для них адаптационного фактора. В условиях растущего социального расслоения студенчества аспект социальной защиты в адаптации должен быть в поле постоянного внимания администрации и профсоюзных организаций вуза.

В еще большей мере это относится к студентам, проживающим после поступления в вуз отдельно от родителей. Позитивный момент – в сравнении с исследованиями последних лет – заметно растущее значение общежития как важного адаптационного фактора.

Насколько студенты – первокурсники удовлетворены различными сторонами студенческой жизни?

С определенной долей условности можно говорить об удовлетворенности первокурсников самим фактом поступления в вуз, изменениями в их жизни – независимо от избранной профессии и специальности, престижности вуза, его территориальной расположенности. В молодежном сознании происходит возрождение престижности высшего образования, что при всех негативных последствиях социально-экономических и социально-политических реформ в нашей стране представляет позитивное и перспективное явление. Другое дело, что само понимание такой престижности, его место в системе ценностных установок и ориентаций студенчества достаточно разнородно.

Как связана адаптация первокурсника с его профессиональным самоопределением?

Профессиональное самоопределение – на уровне общества означает интеграцию молодежи в социально-профессиональную структуру. На индивидуальном уровне человек выбирает свой профессиональный путь – будущую профессию, специальность, вуз. Первокурсники уже осуществили выбор вуза и специальности, их свобода нового выбора ограничена. Возникает новая, непривычная социокультурная ситуация, требующая адаптации. Более свободный характер организации учебных занятий в вузе и ломка стереотипов школьного обучения также являются важными факторами кризиса профессионального самоопределения на первом курсе. Это может проявиться в сомнении о правильности сделанного выбора, в неудовлетворенности вузовской жизнью и т.д. Кризис самоопределения существенно тормозит процесс адаптации к студенчеству.

Существует *внутренняя и внешняя мотивации* поступления в данный вуз.

Внутренняя мотивация – ориентация на собственные побуждения, стремления, высокой степенью самостоятельности выбора, незначительным влиянием среды. К внутренней мотивации относятся следующие мотивы: интерес к профессии; наличие способностей в этой области; влияние учебы в специализированном классе, техникуме, лицее; семейная традиция, родители; советы учителей, специалистов по профориентации.

Внешняя мотивация – это стимулы извне, влияние среды, отсутствие собственных ценностных ориентиров при выборе вуза или специальности. К внешней, статусной, мотивации относятся следующие мотивы: перспектива найти хорошую работу после вуза; престиж вуза, нежелание идти в армию; продление беззаботного периода жизни; желание получить диплом.

Внутренние и внешние мотивы могут быть содержательными и статусными.

В содержательной мотивации основным мотиватором выступает само содержание, характер выбираемой специальности или будущей профессии.

Статусная мотивация предполагает выраженную социальную ориентацию, когда студент ориентирован на престиж, на повышение или сохранение социального статуса и т.д.

Помочь студенту адаптироваться к вузовской жизни возможно реально, когда есть основа, база для такой адаптации. Исследования показали: существует определенная часть первокурсников, либо не совсем, понимающих, зачем они вообще поступили в вуз, либо руководствующихся при поступлении случайными внешними мотивами. Присутствие подобного «случайного» контингента среди студенчества ставит задачу: как целенаправленно повлиять на мотивацию первокурсников и какими методами,- это актуальная проблема для кураторов, преподавателей и психологов.

Процесс адаптации первокурсников к выполнению новой для себя роли студента, его характер (модальность и скорость), трудности и проблемы во многом предопределяются ценностным сознанием молодых людей, их ценностными ориентациями.

 С какими трудностями приходиться сталкиваться первокурсникам?

Опросы выявили, что важными студенческими проблемами являются: недостаток свободного времени; перегруженность учебными занятиями, неудобное расписание; недостаток внимания со стороны декана, кураторов; недостаточный уровень довузовской подготовки; неумение организовать себя, нехватка материальных средств; отсутствие привычного круга общения; невозможность найти занятие по душе, интересное дело; низкая техническая оснащенность аудиторий, лабораторий; плохие санитарно – гигиенические условия; сложности в привыкании к новой обстановке, к новым людям

Главные трудности у первокурсников связаны с переходом от урочной системы преподавания в школе к лекционной в вузе. Этот переход требует определенных навыков (быстрое конспектирование, самостоятельный поиск нужной информации), без которых у первокурсника катастрофически не хватает свободного времени. Необходимо отметить, что неумение организовать себя в условиях отсутствия ежедневной проверки знаний и систематического контроля посещаемости в вузе является для первокурсников серьезной проблемой. Равноценной проблемой, особенно для иногородних, является неумение распределять и тратить деньги.

Чем определяется психологический комфорт или дискомфорт в жизни первокурсника?

Влияние ценностей «общества потребления». Ценность материальной достаточности на данный момент отчетливо заявляет о себе как одна из значимых, и это приводит к тому, что уже на первом курсе происходит четкое выстраивание «табеля о рангах» как в плане материальном, так и в плане успеваемости. Стремление уменьшить промежуточность общественного положения и обрести более реальную почву приводит к тому, что к концу первого курса студенты делают активные попытки устроиться подрабатывать, сочетая учебу и работу, и это приводит к дополнительной нагрузке на психику молодых людей. Таким образом, экономическое расслоение общества является еще одним источником социально-психологического дискомфорта ряда студентов-первокурсников.

Если в семье осуществлялось «попечительское воспитание», а студент оказывается в общежитии, то осознание факта, что он должен взять на себя ответственность и за результаты учебы, и за обеспечение быта при ограниченных материальных возможностях, то это вызывает состояние, близкое к отчаянию. В этих условиях иногда неплохую психологическую приспособляемость демонстрируют студенты, которых кроме учебы мало что интересует.

Другим источником социально-психологического дискомфорта студента – первокурсника являются новые требования, как к организации учебного процесса, так и к содержанию обучения. Использование школьных методик обучения по принципу «изложение – воспроизведение» в вузе встречается значительно реже. Ряд предметов вузовских программ требует самостоятельности мышления, все большее распространение получают активные методы обучения типа «case-stady», где нет готовых ответов. Для вчерашних школьников, многие из которых обучались по традиционным программам, это – ситуация высокой степени неопределенности, к которой они психологически не готовы. Причем тут они не могут прибегнуть к чьей- либо помощи – ни к помощи друзей, ни к помощи родителей. Многие студенты, особенно поступившие в институт из сельской местности, также переживают эмоциональный шок, связанный с огромным объемом информации, которая день за днем буквально обрушивается на них. Большое количество непонятных терминов, энциклопедическая эрудиция некоторых выпускников городских школ заставляют испытывать сильное чувство эмоционального напряжения. Отсюда неудовлетворенность во взаимоотношениях с однокурсниками.

Правда, есть и обнадеживающие тенденции. Cтремительно нарастает тенденция к самодостаточности и самоуважению среди студентов. Это приводит к мысли, что взаимодействия преподаватель – студент должны строиться таким образом, чтобы студенты ощущали себя коллегами в процессе обучения. В поле зрения оказывается проблема самореализации, самосовершенствования, на которую обращают внимание студенты – первокурсники. Она связана с проблемой поступления в вуз. Если студент по тем или иным причинам оказывается вынужденным заниматься тем, к чему нет склонности и способностей, тогда процесс обучения и адаптации к нему не может быть эффективным и будет способствовать социально – психологическому дискомфорту. Процесс обучения в таком случае пойдет по пути подражания, вызывая часто неосознаваемую внутреннюю неудовлетворенность преподавателями и однокурсниками.

Как помочь первокурснику быстрее привыкнуть к вузовской жизни?

Хорошие отношения с друзьями, в родительской семье и обретение собственного семейного счастья – важный ориентир для организации внеучебной работы с первокурсниками. Необходимые помощь и контроль со стороны взрослых, родителей в процессе адаптации к студенческой жизни могут реализовываться в более тесных контактах кураторов студенческих групп, руководства кафедр, деканата с родителями, участии родителей во внеучебных мероприятиях первокурсников и т.п.

Необходима и специальная работа по формированию благоприятного социально – психологического климата в студенческих группах. Во многом успешность студенческой социализации зависит от характера взаимоотношений первокурсников, наличия в группе референтных лиц – тех, с кем можно обсуждать самые сложные личные проблемы.

Слабая и низкая вовлеченность студентов в общую жизнь группы, факультета, вуза – одна из проблем для организаторов внеучебной работы с ними. Основные направления этой работы могут заключаться в увеличении числа внеучебных мероприятий, организации секций, кружков, клубов, привлечении студентов к научной работе.

Среди ценностных приоритетов студентов необходимо отметить низкую установку на научную деятельность в вузе. Организация НИРС – одно из необходимых направлений внеучебной работы со студентами, начиная с 1 курса, позволяющая лучше адаптироваться в новой среде.

**Ш. Возрастные особенности**

Процесс обучения в вузе для большинства молодых людей начинается кризисом 16-17 лет и заканчивается вступлением юношей и девушек в период молодости, временем прочного утверждения во взрослой жизни.

Кризис 16-17 лет возникает на рубеже привычной школьной жизни и новой взрослой жизни и является временем выбора жизненного пути.

Юность охватывает период от 16-17 лет до 18-19 лет и подчеркивает в человеке момент сознательного самоопределения (определение своего места в жизни и внутренней позиции, формирование мировоззрения, морального сознания и самосознания).

Центральное психологическое новообразование юношеского возраста – становление устойчивого самосознания и стабильного образа «Я». Это связано с усилением личностного контроля, самоуправления, новой стадией развития интеллекта. Главное приобретение ранней юности – открытие своего внутреннего мира, его эмансипация от взрослых. Юноши особенно чувствительны к своим внутренним психологическим проблемам, склонны переоценивать их значимость. В юношеском возрасте усиливается внимание к личностным, внутренним, собственно психологическим качествам людей. В это же время формируется устойчивые стремления прогнозировать интеллектуальные и волевые качества других, свойства их характера, жизненные планы и мечты с опорой на образец, идеал. Многие юноши считают себя весьма проницательными в этом плане и склонны делать далеко идущие выводы о людях на основе собственных впечатлений.

Возрастные сдвиги в восприятии других равным образом относятся и к самовосприятию, самосознанию. В это время отмечается тенденция подчеркнуть собственную индивидуальность, непохожесть на других. Вместе с этим приходит и осознание чувства одиночества. Юношеское «Я» еще нестабильно, диффузно, подвержено разным влияниям. Желаемое часто принимается за действительное, придуманное воспринимается как реальное. Психологически становление «Я» переживается как смутное беспокойство, ощущение внутренней пустоты, чувство неопределенного ожидания.

Отсюда – сильное нарастание потребности в общении с одновременным повышением избирательности общения, потому что далеко не каждому юноша может доверить свой внутренний мир.

В юношеских группах избирательность в общении проявляется в защите собственного «Я» от обезличивания и смешения. Отсюда – жестокость к «чужакам», отличающимся вкусами, способностями, манерами и т.д. Именно поэтому детали костюма, жаргон или жесты становятся знаками, отличающими «своих» от «чужих». Создавая замкнутые группы и клишируя собственное поведение, идеалы и «врагов», юноши не только помогают друг другу справиться с идентификацией, но и (таким извращенным способом!) проверяют друг друга на способность хранить верность.

В юношеском возрасте впервые в самосознание осознанно входит фактор времени. Прежде всего, с возрастом заметно ускоряется субъективная скорость течения времени. Эта тенденция, начавшись в юношестве, продолжается и во взрослом, и в пожилом возрасте. Развитие временных представлений связано с умственным развитием и изменением общей жизненной перспективы.

Важнейшими новообразованиями интеллектуальной сферы в юношеском возрасте становятся: развитие теоретического (гипотетико-дедуктивного, абстрактного) мышления, философская рефлексия; тяга к абстрагированию, широким обобщениям, поиску общих закономерностей и принципов, стоящих за частными фактами; склонность преувеличивать силу своего интеллекта, уровень знаний и самостоятельности. Увеличивается степень индивидуализации в интересах и способностях, формируется индивидуальный стиль умственной деятельности.

Становление личности включает в себя и становление относительно устойчивого образа «Я», т.е. целостного представления о себе. Меняется уровень и критерии самооценки; возрастают цельность личности, стабильность и ценность ее, а также уровень самоуважения.

Самоуважение – одна из важных психологических характеристик юношества. Юноши и девушки с низким самоуважением (неприятие себя, неудовлетворенность собой, презрение к себе, отрицательная самооценка и т.д.), как правило, менее самостоятельны, более внушаемы, более неприязненно относятся к окружающим, более ранимы и чувствительны к критике, насмешкам. Они в большей степени беспокоятся о том, что думают или говорят о них окружающие. Они тяжело переживают неуспехи в деятельности, особенно если это происходит на людях. Им свойственно стремление к психологической изоляции, уходу от действительности в мир мечты. Чем ниже уровень самоуважения, тем вероятнее, что человек страдает от одиночества. Пониженное самоуважение и трудности в общении сочетаются также со снижением социальной активности личности. Эти юноши и девушки реже участвуют в общественных мероприятиях, избегают руководящих обязанностей и соревнований.

Наоборот, юноши и девушки с высоким самоуважением (принятие и одобрение себя) более самостоятельны, контактны, открыты, легче «принимают» окружающих и их мнения, не скрывают свои слабости и неумения, проще переживают неуспехи, в них сильнее развит мотив достижения, соревновательности.

Степень расхождения реального и идеального «Я», определяющая уровень самоуважения, зависит от многих условий. В юношеском возрасте это расхождение может привести к неврозам и депрессиям, хотя чаще всего является нормальной ситуацией для юношеского возраста, поскольку свидетельствует о росте самосознания.

Самосознание юношества акцентировано на трех существенных для возраста моментах:

1) физический рост и половое созревание;

2) озабоченность тем, как юноша выглядит в глазах других, что он собой представляет;

3) необходимость найти свое профессиональное призвание, отвечающее приобретенным знаниям, индивидуальным способностям и требованиям общества.

Поэтому не удивительно, что одной из особенностей юношеского возраста является повышенная чувствительность к особенностям своего тела и внешности. У юношей и девушек вырабатываются определенные стандарты, идеалы, образцы «мужественности» и «женственности», которым они изо всех сил стремятся следовать в одежде, манерах, жаргоне. Часто эти эталоны завышены или противоречивы, что порождает множество внутренних конфликтов (повышенную тревожность, понижение уровня притязаний, трудности в общении, застенчивость).

Чем старше юноши и девушки становятся, тем меньше значения они придают внешности. На первый план постепенно выходят умственные способности, волевые и моральные качества. Самооценка к старшему юношескому возрасту становится более адекватной и продолжает выполнять функцию психологической защиты.

Дифференциально-психологические характеристики, устанавливающие различия в психической жизни юношей и девушек и типологические различия в силе «Я», не очень велики. В отношении умственных способностей, познавательных возможностей их нет совсем. Различия существуют в эмоциональных реакциях и самосознании: девушки более чувствительны к мнениям о них, более ранимы, более восприимчивы к критике, насмешке. Девушки более склонны к рефлексии, они более субъективны в своих оценках, чем юноши. Юноши более объективно относятся к неприятностям, менее тревожны, реже испытывают страх.

Юношеский возраст традиционно считается возрастом разворачивания проблемы отцов и детей. Если кризис идентичности благополучно преодолевается, то начинается интенсивное освоение «взрослых» ролей и форм социальной жизни. В этот период юноши стремятся быть со взрослыми на равных и хотят видеть в них друзей и советчиков, а не наставников. В то же время в юношестве нарастает стремление эмансипироваться, обособиться от влияния семьи, освободиться от зависимости. Поэтому неумение или нежелание родителей принять автономию своих детей часто приводит к конфликтам.

Проблемы взаимопонимания юношей и взрослых возникают не только в семье, но и в учебном заведении. Отношения к преподавателям и учебному заведению складываются из нескольких факторов:

1) от отношения к вузу (его престижности, специализации, содержанию образования и т.д.);

2) от отношения к будущей специальности, процессу обучения и знаниям;

3) от отношения к преподавателям и сокурсникам.

Профессиональное определение, прежде всего, формирует отношение юношей к преподавателям как профессионалам. Если подростки оценивают преподавателя по внешним факторам преподавания, занимательности предмета и наглядности формы обучения, то юноши делают акцент на его профессиональной компетентности и необходимости тех или иных знаний и умений для будущей профессиональной деятельности. На первое место в оценке преподавателя юноши ставят профессионально-педагогические качества преподавателя, на второе – человеческие качества. В целом юношеская установка на преподавателей более зрелая, хотя еще доминирует критическое отношение к людям вообще и преподавателям в частности.

Стремление к получению образования (высшего или среднего специального) характерно для всех социальных молодежных групп. Профессиональный выбор в молодости делается под влиянием различных факторов – мнения родителей, учителей, друзей, книг, телепередач, рекламы и т.д. Большинство родителей старшеклассников хотят видеть своих детей специалистами с высшим образованием, а высокий престиж труда специалистов создает соответствующие социальные установки в молодости и влияет на выбор профессии.

Одновременно здесь присутствуют важные противоречия:

1) отсутствие способностей или необходимого уровня образованности для получения желаемой профессии;

2) отсутствие в обществе потребности в специалистах того профиля, которым интересуется молодой человек и высокие конкурсы на наиболее престижные специальности;

3) отсутствие в семье материальной базы для продолжения образования.

При выборе профессии и процессе обучения важно ее индивидуальное насыщение личностными смыслами – понимание и переживание человеком, для чего он трудится, как работа связана с его убеждениями, ценностями, идеалами, мотивами. В любой профессии важны не только профессиональные умения и навыки, но и насыщение профессиональных действий социально-значимыми целями. Если таких целей нет, то даже самый престижный выбор специальности не способен обеспечить человеку стабильное и достойное место в жизни, обрести призвание.

Юность занимает пограничное положение между подростковым возрастом и молодостью как ранней взрослостью. Юность можно назвать «вторым переходным» возрастом между детством и молодостью (ранней взрослостью).

Начало взрослого бытия внутренне воспринимается как положительное и ценностное чувство, исчезают сомнения и переживания временности юности; человек начинает осмысленно строить будущее, ориентируясь на всю возрастную перспективу в целом, а не только на овладение ценностями и целями ближайшего возрастного периода (как это было на предыдущих ступенях развития). Во всех сферах жизни (профессиональной, эмоциональной, личностной, социальной) обнаруживается сильное стремление к личностной экспансии, к самовыражению. В первую очередь эти тенденции отчетливо проявляются в выборе профессии, осуществлении профессионального самоопределения и начале самостоятельной профессиональной карьеры. Для мужчин начало профессиональной карьеры – главнейшая задача возраста. Для женщин на первое место выходит ответственность за создание собственного окружения – партнера, семьи, детей, хотя карьерные устремления свойственны современным женщинам в не меньшей степени, чем мужчинам. Если решение этих задач замедляется, то внутренне это переживается как дефицит, недостаток, и человек бросает все силы, чтобы от него избавиться. Это требует от возраста развития в себе творческих способностей.

Поиск партнера для жизни, отделение от родительской семьи, приобретение профессии и начало собственной профессиональной и личностной жизни – условия для выработки собственного индивидуального жизненного стиля. Одновременно это дает возможность обрести и реализовать индивидуальные смыслы жизни. Способность личности разрешать внутренние противоречия, выстраивать собственную систему ценностей, создавать жизненную перспективу и определять стратегические цели являются мерилом ее человеческой зрелости.

В молодости впервые выстраиваются жизненная стратегия, опирающаяся на рефлексию, и соотнесение своих индивидуальных способностей, статусных, возрастных и индивидуальных особенностей и притязаний с требованиями общества.

В эмоциональном плане для молодого человека самопринятие – важнейшее условие самореализации.

Для молодости особое значение имеет выстраивание системы личных нравственных, культурных, духовных ценностей – оно позволяет острее и полнее чувствовать свое «Я». Поэтому вера, мировоззрение, идеалы приобретают в молодости устойчивую форму.

В молодом возрасте оформляется способность и потребность в нравственной саморегуляции, т.е. совесть, поскольку никто другой (родители, учителя) теперь напрямую не контролируют поведение и способы удовлетворения потребностей личности – происходит передача ответственности самому человеку за самого себя.

В молодости особое значение имеет самоощущение, внутренняя душевная жизнь, которая приобретает отчетливые личные формы. У человека появляется новый интерес к самому себе не только как к индивиду или личности, но как к явлению.

Психологическое содержание стадии молодости составляет стремление организовать свою жизнь, включающее поиск партнера для жизни, приобретение жилья, освоение профессии и начало профессиональной жизни, стремление к признанию в референтных группах и к близким дружеским связям с другими людьми. Все вместе это определяет характер социальной активности в молодости.

Таким образом, время молодости для многих – это пора ученичества, время обретения профессии, начала трудовой деятельности и связанных с этим изменений социального статуса: начало самостоятельной трудовой деятельности создает основу для экономического отделения от родительской семьи, а реализация в выбранной профессии – возможность творческих достижений.

**IV. Индивидуальная и групповая карты первичной диагностики психосоциальной адаптированности студентов**

ИНСТРУКЦИЯ

по использованию методики составления индивидуальной и групповой карты первичной диагностики психосоциальной адаптированности студентов к вузу

Основное назначение собираемой информации для куратора – владеть ситуацией; знать, что происходит со студентами и в учебной группе; оказать поддержку в процессе адаптации к академии в нужное время и конкретным студентам, что уже предполагает произвольность в выборе формулировок в удобной для работы форме. Заполнение карты основано на внешнем наблюдении, знакомстве с личными обстоятельствами жизни и учебы студента, положением дел в учебной группе, опросе мнения студентов, оценки степени выраженности качества действия наблюдаемого в поведении. Для оценки развития адаптационных процессов в группе предлагается специальная шкала, по которой необходимо предварительно опросить студентов учебной группы.

При заполнении индивидуальной карты студента используется оценка степени выраженности качества (высокая, средняя, низкая; хорошие, удовлетворительные, неудовлетворительные; статус в группе – лидер предпочитаемый в общении, принятый в общении, изолированный), а так же допускается произвольная форма фиксирования проявления конкретного поведения (например, отношение к алкоголю может быть оценено как адекватное, безразличное, выраженная потребность в употреблении и другие варианты).

При заполнении карты учебной группы отражается степень выраженности среднестатистической тенденции, выявляемой на основании анализа и обобщения индивидуального и группового поведения студентов (высокая, средняя, низкая), фиксируются отдельные фамилии.

* 1. ОЦЕНКА ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ АДАПТИРОВАННОСТИ СТУДЕНТА

Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Условия проживания\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Оценка состояния здоровья\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отношение к учебе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Пропуски занятий без уважительной причины\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Инициативность\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Общительность\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Стремление к лидерству\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Статус в группе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отношения с одногруппниками\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Адекватность поведения:

Самоконтроль\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дисциплинированность\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Организованность\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Выдержка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Устойчивость поведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Конфликтность\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Реакция на конфликтную ситуацию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отношение к употреблению алкоголя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Преобладающий эмоциональный тон\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Эмоциональная устойчивость\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Агрессивность поведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Жалобы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* 1. ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ВУЗУ

Проживание студентов:

Дома\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В общежитии\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Снимают жилье\_\_\_\_\_\_\_

Отношение к учебе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Успеваемость:

Абсолютная\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Качественная\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Трудности в учебе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Пропуски занятий без уважительной причины\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Пропуски занятий по болезни\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Деловая активность группы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Взаимоотношения в группе

Общая оценка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Трудности в общении\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Студенты, не включенные в межличностные отношения группы\_\_\_\_\_\_

Актив группы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Конфликтность отношений\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Антисоциальное поведение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Проблемы группы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Состояние здоровья\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Жалобы студентов\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Профилактическая работа с группой, некоторыми студентами\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**V. Развитие адаптационных процессов в группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Особенности вхождения студента в учебный процесс вуза | Количество студентов | Примечание |
| 1.Степень информированности студентов об объеме самостоятельной работы, формах и сроках контроля заданий по дисциплинам.Имеют полную информацию.Частично информированы.2.Уверенность в правильности сделанного выбора факультета, специальности.Полностью разочарован в выборе факультета и специальности.Думаю, что сделал не самый лучший выбор.Я еще мало знаю о своей специальности.Думаю, что мой выбор скорее удачен, чем нет.Я уверен в правильности своего выбора.3. Как оценивают студенты вероятность сдачи предстоящей сессии.Наверняка не сдам.Наверное, не сдам.Надеюсь сдать.Скорее всего, сдам.Уверен, что сдам.4. Степень удовлетворенности студентов своим положением в группе.Не удовлетворен своим положением в группе (разные интересы, не с кем поговорить, не могу ни с кем найти контакт).Положение в группе скорее не устраивает, чем устраивает. К сожалению, контакт ограничен только деловыми отношениями.В моем отношении хороших и плохих сторон в группе примерно одинаково.В целом я доволен своим положением в группе.Я полностью удовлетворен своим положением в группе.5. Имеют ли место конфликты с преподавателями.Конфликты имеют место.Конфликтов нет. |  |  |

**VI. Рекомендации для куратора (социально-психологический аспект)**

***Основные принципы работы куратора с группой***

* Ответственность;
* Последовательность;
* Искренность порождает доверие;
* Интегрирование работы куратора в общий воспитательный процесс в вузе.

***Сценарий первого занятия***

**Встреча с куратором**

Тема занятия: Знакомство куратора с группой.

Цель занятия:

* Установление контакта куратора со студентами.
* Создание доверительной атмосферы в группе.
* Содействие сплочению группы.
* Содействие успешной адаптации студентов к вузу.

Для проведения занятия необходимы просторное помещение, стулья, бумага и ручки – по числу человек в группе, мяч, клубок вязальных ниток, мел, доска.

План занятия

1. Знакомство куратора с группой.
2. Ознакомление вкратце с планами работы в текущем семестре.
3. Ознакомление присутствующих с правилами проведения тренинговых занятий.
4. Выполнение тренинговых занятий.
5. Анализ индивидуальных особенностей студентов.
	* Создаем организационную структуру группы (студенты совместно с куратором).
	* Выбираем старосту, профорга, комитеты: спортивный, хозяйственный, культмассовый, пресс- центр группы, помощников в учебе, обозначаем обязанности.
	* Выбираем день группы, эмблему группы и девиз.
	* Ознакомление с правилами внутреннего распорядка

Основная часть

1. Знакомство

На первом занятии после представления куратора и ознакомления с правилами работы группы следует обязательно следить за выполнением этих правил, при необходимости комментируя их и разъясняя.

Для того, чтобы познакомиться и снять напряжение в группе можно выполнить те упражнения в игровой форме, которые приведены в главе «Элементы игротехники в работе куратора» в разделе «Упражнения и игры на знакомства».

Смысл проведения подобных упражнений:

* Участники сразу же запоминают друг друга;
* Каждый участник, называя себя позитивно, характеризуя свои положительные качества, уже попадает в атмосферу положительных эмоций и помогает сам ее создать.

2. Установление контакта куратора со студентами и студентов между собой.

Закончить тренинговое занятие можно упражнениями **«Куратор» и «Общий круг».**

**«Куратор».**

Каждый участник круга заканчивает следующие предложения, обращаясь к куратору:

- «Я могу обратиться к Вам за помощью, когда (если)…»,

- «Я пока еще не могу обратиться к Вам за помощью, в случае…».

Куратор группы без комментариев выслушивает и благодарит каждого.

**«Общий круг».**

Каждому участнику предлагается вспомнить сегодняшнюю работу в группе и продолжить следующие фразы:

- Я понял…

- Меня удивило…

- Думаю…

- Сегодня меня раздражало…

- Мне очень понравилось…

Упражнение на выход из тренинга «Связующая нить».

Участники тренинга, сидя в общем кругу, передают друг другу клубок ниток, сопровождая это высказываниями типа «Я благодарен тебе за то, что…», «Я рад знакомству с тобой, потому, что…». Когда клубок вернется к тому, кто начинал упражнение, участникам группы следует натянуть нить, закрыть глаза и почувствовать, связующее их пространство.

3. Создаем организационную структуру группы

(студенты совместно с куратором)

Для чего это нужно? Студенты первого курса, как правило, ничем, кроме подготовки к учебным занятиям, не занимаются. На кружки и в клубы по интересам они не могут ходить, иногда просто психологически, потому что бояться не успеть сделать что-то по учебе. А если организовать внеучебную работу в группе, каждому найдется дело в соответствии с его интересами, способностями. А главное, это способствует тому, что на третьем курсе, когда студенты уже полностью осваиваются в вузе, они будут ощущать потребность в кружковой, клубной работе, что, в свою очередь, расширяет кругозор.

После того, как все познакомились, узнали немного об интересах друг друга, можно приступить к организации структуры группы.

Выбираем старосту, профорга, комитеты: спортивный, хозяйственный, культмассовый, пресс- центр группы, помощников учебе, обозначаем обязанности.

Выбираем день группы, эмблему группы и девиз. Девиз группы предлагается сформулировать в таком ключе: «чего мы хотим от жизни и как будем этого добиваться».

4 Ознакомление с правилами внутреннего распорядка ДВГУПС.

Вот теперь, когда все познакомились, решены организационные вопросы, нужно рассказать студентам о правилах по которым «играют» ДВГУПС, т.е. вкратце ознакомить со структурой вуза, уставом, правилами внутреннего распорядка в вузе, основными положениями рейтинговой системы.

1. Завершение занятия.

Завершение занятия должно происходить всегда позитивно. Необходимо донести до ребят, что со всеми трудностями они справятся, а куратор им в этом поможет. Прощание.

**Роль куратора в формировании личностных качеств будущих специалистов**

Реальное становление рыночных отношений в обществе сопровождается сложным и многогранным процессом адаптации молодого поколения к среде обитания во всех ее проявлениях: в экономической жизни, в сфере творчества, деловой активности или межличностного общения, при столкновении с действиями власти.

Возрастающая конкуренция за «место под солнцем» требует от молодежи решения сложной проблемы сохранения собственного Я и формирования у себя черт, способствующих не только сбережению созданного предыдущими поколениями, но и переосмыслению представлений о системе ценностей, сути и целях научного, экономического и социального прогресса. Все эти аспекты касаются, прежде всего, профессионально- нравственной культуры студента, под которой, по мнению ряда ученых, понимается система профессионально- нравственных ценностей, совокупность норм, принципов, способов и средств жизнедеятельности личности, обеспечивающая оптимальную реализацию задач и целей данной социальной группы.

Профессионально- нравственная культура не появляется сама по себе, ее необходимо воспитывать, внедрять в сознание молодежи. И в этом процессе ведущую роль играет куратор (прикрепленный преподаватель) группы – ибо это первый человек, преподаватель и старший товарищ, с которым сталкиваются бывшие абитуриенты, ставшие студентами первого курса. От того, насколько куратор сам по себе личность, от того, насколько серьезно он относится к своей дополнительной нагрузке, зависит очень и очень много. Только за тем кто может увлечь; кто достоин уважения; кто постоянно, на деле демонстрирует образец профессионально нравственной культуры, студенты пойдут. Из уст такого человека объяснения, разъяснения, не будет восприниматься «в штыки». Деятельность должна опираться, по нашему мнению, на ряд принципов:

**1. «Уважай»**. Основной принцип межличностного общения, основанный на восприятии любого (даже самого нерадивого или недисциплинированного) студента как самостоятельной и сформировавшейся личности. Критика действий студентов должна быть аргументированной; нельзя и недопустимо унижать их достоинство; терпение, такт и желание помочь должны стоять на первом месте;

**2. «Обучай»**. В данном случае речь не идет о том, чтобы назначенный кафедрой куратор обязательно вел занятия в группе на 1 курсе, хотя это – самый желательный вариант. Дело в том, что принцип «обучай» включает в себя следующее:

Информирование студентов (на 1 курсе это особенно важно!) о практических сторонах жизни и деятельности ДВГУПС: о расположении корпусов и система взаимосвязи между ними, индексации учебных аудиторий и т.п.; о службах, которые есть в институте, и том, в каких случаях к ним можно и нужно обращаться; о структуре факультета и его руководстве.

Формирование морально-психологического климата в группе - прививание традиций ДВГУПС, обучение правилам достойного поведения и элементарным основам культуры поведения, внедрение навыков общения.

**3. «Доверяй, но проверяй».** Студент высшей школы отличается от школьника более широкими рамками свободы. Куратор не обязан выполнять «полицейские» функции, но, доверяя студентам в вопросах организации их собственного рабочего времени, наставник, прежде всего, должен донести до сознания каждого понятие «дисциплины». Понятно, что достигается это достаточно жестким контролем.

**4. «Формируй».**Этот принцип работы куратора имеет долговременный, стратегический характер. Куратор выступает здесь активным фактором воздействия на студента:- на базе изучения личности необходимо подсказать, над чем конкретно надо работать студенту, чтобы он стал полноценным специалистом; постараться сгладить негативные стороны проявления некоторых черт характера; сориентировать студентов на достижение реальных целей; научить реально оценивать свой потенциал.

В то же самое время куратор обязан помогать студентам в трудных обстоятельствах, показывая возможные пути решения проблем.

Действенным средством формирования профессионально- нравственной культуры является работа куратора по побуждению участия студентов во внеучебной работе в любом ее направлении.

Постоянная систематическая занятость в различных формах внеучебной работы позволяет выработать некоторые профессиональные качества будущих специалистов, соответствующие новому уровню требований культуры.

4.1. Проведение любого внеучебного мероприятия требует четкости, разработанности, умения проявить инициативу, принимать решения.

4.2. Возникновение альтернативных предложений, их обсуждение, поиск наиболее приемлемого варианта неизбежно вызывает споры, противостояние мнений – отсюда необходимость выработки навыков разрешения конфликтных ситуаций, умения находить компромисс, аргументировать свою точку зрения.

4.3. Внеучебная работа требует от студента высокой личной организованности, умения распределять свое время таким образом, чтобы получить удовлетворение от проведения мероприятий с наименьшими потерями, не снижая качества обучения.

4.4. Выработка концепции внеучебного мероприятия, разработка плана его реализации, методов и способов проведения мероприятия в значительной мере приучает к творческому отношению к порученному делу. Момент творчества не только имеет самостоятельное значение, но и развивает личность, служит стимулом активной деятельности.

4.5. Реализация любого мероприятия по внеучебной работе развивает организаторские способности: от умения найти необходимых людей до создания условий для их слаженной работы. Кроме того, анализ ошибок и упущений, сделанных во время подготовки и проведения мероприятия, дает необходимый опыт объективного отношения к оценке результатов своей деятельности.

4.6. Подготовка и проведение внеучебных мероприятий, входящих в план внеучебной работы, заставляет студентов вырабатывать в себе такие качества, как обязательность, ответственность, дисциплинированность: успех любого дела зависит от четкой взаимосвязи и взаимозависимости участников мероприятия, от того, насколько они могут надеяться друг на друга.

4.7. Совместная творческая работа развивает в участниках дух коллективизма (корпоративности), здорового и позитивного патриотизма, которые основаны на объективной оценке их деятельности со стороны окружающих. Чувство локтя, единства с товарищами приносит глубокое моральное удовлетворение. Кроме того, заслуженная и обоснованная гордость за результаты своего труда и труда своих товарищей значительно сказывается на чувстве собственного достоинства – немаловажный фактор для самоутверждения личности.

Вышесказанное не означает, что некоторые из профессиональных качеств, указанных выше, вырабатываются только при участии студентов во внеучебной работе. Конечно, нет – в учебном процессе эти черты специалистов тоже развиваются; однако следует признать, что эффективность приобретения любых навыков зависит от формы: активной или пассивной. А в этом смысле внеучебная работа – форма активная и, следовательно, результативная. Идеален вариант, когда куратор не только стимулирует участие во внеучебной работе, но и проявляет действительный интерес к ее результатам, более того, сам участвует в этой работе.

И, наконец, еще одно направление деятельности куратора – вовлечение студентов в художественное творчество. Это позволяет раскрываться личности студента, раскрепощает его, позволяет приобретать качества личности, которые затем будут обслуживаться в практической деятельности и способствовать карьерному и профессиональному росту:

- умение «проявить себя»: выбор сферы творчества, любимого занятия, хобби и желание получить общественную оценку своего выбора, прежде всего, заставляет молодых людей определять свои возможности и способности, учит критически относиться к себе, объективно выявлять свои «плюсы» и «минусы». Без реального участия в общественных мероприятиях навык «проявить себя» не дает о себе знать. Кроме того, зачастую студенты даже не нацелены на выявление всех своих способностей: рыночная экономика жестко детерминирует узкую специализацию и прагматичную деловитость, сужая поле самоопределения личности;

- умение «подать себя» (заявить о себе): чаще всего это умение вырабатывается методом проб и ошибок, когда личность определяет ту линию поведения, которая наилучшим способом соответствует ей, адекватно выражая устремления. Необходимо иметь в виду. Что желание заявить о себе, обратить на себя внимание окружающих – активное начало деятельности и важный мотиватор, ведь пассивное ожидание (тебя сами заметят) непродуктивно. Кроме того, это умение «подать себя» учит внимательно относиться к партнерам (другим людям), предвидеть ответную реакцию на конкретные действия. Внимательное и уважительное отношение к другим – важный момент социально- активного поведения.

Без сомнения, выработка умений «подать себя» и «проявлять себя» требует, в свою очередь, умелого руководства со стороны старшего поколения: роль куратора сводиться не только к стимулированию художественного творчества, но и к критической оценки проявлений этого творчества не только со стороны «старшего поколения», но и со стороны сокурсников.

**Элементы игротехники в работе куратора с группой**

Студенческая группа (на первом этапе существования) – еще не коллектив, чтобы им стать группе потребуется от 6 месяцев до 1 года.

Уже на первом этапе работы с группой необходимо создать в группее атмосферу сплоченности и доверия, раскрыть творческий потенциал участников, сформировать толерантное отношение ко всем членам группы. Задать ориентиры, утолить информационный голод и снять имеющееся напряжение. Необходимо пробудить в участниках группы любопытство, поэтому нельзя надолго откладывать начало практической работы.

По мнению психологов, когда в группе создан комфортный микроклимат, ее участники обретают уверенность, стремятся учиться и творить. Игры - один из эффективных способов создания такой атмосферы. Игры дают возможность куратору использовать психологическую энергию игры в запланированных учебных целях.

Игры могут значительно усилить мотивацию участников, они способствуют пониманию сложных взаимосвязей, помогают социализации и развитию личности участников и дают возможность проверить на практике, развить и интегрировать различные убеждения, навыки и способности.

На создание работоспособной и сплоченной группы влияет шесть основополагающих элементов:

- знакомство;

- доверие;

- общение;

- кооперация;

- готовность учиться;

- удовольствие.

Рассмотрим рекомендации психологов по каждому элементу.

***Знакомство.***

Каждый член группы должен быстрее запомнить имена всех остальных, только это позволит начать общаться непринужденно.

На этапе знакомства, у членов группы должно появиться возможность представить себя, охарактеризовать свою личность, предпочтения, слабые и сильные стороны, жизненные обстоятельства и т.д.

Знакомясь с членами группы, каждый участник прежде всего желает быть принятым со всеми своими личностными особенностями.

Поэтому каждый надеется, что куратор и участники примут его особенности и дадут ему почувствовать, что он «вполне хорош».

Каждый член группы пытается выяснить, в чем он схож с другими и чем отличается от них. Как правило, мы радуемся, если некоторые члены группы чем-то похожи на нас, имеют схожий жизненный опыт, ставят аналогичные задачи.

Различия поначалу воспринимаются как вызов. Только со временем группа начинает понимать, что различия создают больше возможностей для успешного обучения. Сильно отличающиеся от нас участники могут пробудить интерес, вдохновение (эффект «свежая кровь»).

***Доверие.***

Доверие – «магический» ключик», открывающий возможности живого обучения. Оно разрушает опасение быть осмеянным или остаться в изоляции. Доверие позволяет участникам открыться, показать свои истинные чувства и мысли. Дает мужество пойти на риск, попробовать применить новые приемы и идеи, зная, что другие члены групп готовы поддержать необычные реакции. Доверие позволяет преодолеть страх ошибок. Дает возможность вести себя естественно.

Важно, чтобы студенты поверили своему куратору. Куратор должен стать примером. Необходимо обратить внимание, чтобы в группе не появились аутсайдеры, мнение меньшинства уважали, а скептиков воспринимали всерьез.

Создавая атмосферу доверия, необходимо показать группе, что куратор заинтересован во мнении участников, готов отойти на второй план. Это позволит создать группу с высоким чувством ответственности и самостоятельности.

***Общение.***

Для достижения общей цели необходимо уметь находить общий язык, делиться опытом, выражать чувства, полемизировать. Общение - проводит в соответствие индивидуальные цели с групповыми. Коллективная работа означает нечто большее, чем просто способность действовать в группе. Необходимо, чтобы имелась некая задача, результат которой зависит от совместных действий, и общая цель, при которой успех каждого члена группы напрямую зависит от успеха действий всей команды.

Важен способ общения. Юмор и тепло всегда более действенны, чем холодный деловой стиль. Если вы хотите открытости в общении, необходимо стать хорошим слушателем. Внимательно слушайте, что говорят студенты, покажите, что их вопросы, комментарии и предложения интересны.

Прежде, чем начинать, поинтересуйтесь, все ли поняли правила. Практикуйте такой способ общения, которого от вас ждут. Члены группы многому учатся, наблюдая за куратором и делая из этого выводы.

***Кооперация.***

Все игры должны быть построены на совместных действиях и сотрудничестве. Цель куратора - создать такую обстановку, в которой каждый мог бы внести свой вклад в общее дело группы и ощутить себя ее полноправной частью. В такой обстановке рождается инициатива, генерируется множество идей.

Необходима атмосфера соревнования. Соревнование дает возможность выйти за рамки привычного, найти новые способы и варианты решения проблемы, превзойти собственные достижения.

Но! Соревнование и конкуренция – не одно и тоже. Конкуренция предполагает наличие победителя и побежденного и оставляет неприятный осадок у проигравшего. Акцент при соревновании в том, что мы сражаемся по большей части с самим собой, расстаемся с неудобными привычками, проверяем предубеждения и проверяем вызовы.

Если члены группы будут воспринимать идею соревнования таким образом, то они не станут рассматривать друг друга как конкурентов.

***Готовность учиться.***

Каждый куратор группы хочет, чтобы участники интенсивно учились и продуктивно работали. Однако не следует поддаваться искушению – искусственно ускорять процесс изменения, провоцировать участников, оказывать на них давление.

Попробуйте оставить в стороне традиционную авторитарную модель управления группой, обратите внимание на следующее - куратор группы не решает все проблемы, не дает ответа на все вопросы, в первую очередь участники группы учатся друг у друга.

Используйте более демократичный стиль, и помогайте только тогда, когда это уместно.

Позаботьтесь о том, чтобы члены группы часто сталкивались с ситуацией, в которой требуется идти на риск и использовать собственные творческие возможности. Нужно найти общий ритм с группой.

***Удовольствие.***

Существует определенный стереотип, что удовольствие и игра хороши для обучения детей, а не взрослых. Для некоторых людей удовольствие – это синоним досуга, но никак не элемент процесса обучения. Однако на практике широко зарекомендовали себя игры, позволяющие обучаться играючи.

Игры в равной степени затрагивают разум и чувства человека, отвечают его потребности в движении, но самое главное – они доставляют участникам удовольствие. А удовольствие – лучший ответ на вопрос мотивации. Если рассматривать удовольствие как основополагающий педагогический принцип, суть которого – что «человек делает все, на что способен с максимальной отдачей, если работает с радостью и интересом». В этом отношении, игры – это энергия, фантазия, коммуникабельность, готовность к риску и импровизации – все то, чему работа в группе становиться более спонтанной, концентрированной и творческой.

К сожалению, в работе со студенческой группой удовольствию обычно отводится слишком мало места. А ведь определить, доставляет ли совместная деятельность радость – нетрудно! Если уровень положительных эмоций достаточно высок, участники группы достаточно оживлены, охотно проводят время вместе, общаются между собой, уважают друг друга и приходят на помощь. А также формируют готовность разбираться с неизбежными трудностями, возникающими в группе – конфликтами, проблемами власти и влияния, страхами и опасениями.

Далее куратору предлагаются на выбор использовать следующие упражнения и игры, которые проверены на практике и отвечают вышеизложенным принципам организации психологических игр. Эти психологические упражнения и игры рекомендуются провести в первые встречи куратора с группой.

* 1. **Упражнения и игры на знакомство**

*«Здравствуйте, я…»*

Для этого упражнения потребуется обычный резиновый мячик ( мяч- является универсальным педагогическим инструментом, поэтому куратор должен иметь его в своем арсенале). Запускаем мяч по рукам. Каждый, кому он приходит в руки встает и говорит «здравствуйте, я - …(называет свое имя и фамилию)», и отвечает на вопрос, заранее сформулированный до запуска мяча. Можно предложить каждому из участников один из вопросов (Что мне нравится, что я делаю в свободное от учебы время, что я умею, чем бы мне хотелось заниматься и чему научиться и т. д.). После того как мяч пройдет по всем участникам группы, можно повторить игру с новым вопросом.

*«Снежный ком»*

Участники группы садятся по кругу. Куратор тоже может сидеть среди участников. Участник, с которого все начинается, встает и называет только свое имя, и садиться. Теперь встает следующий участник, называет имя предыдущего участника, затем свое имя, и тоже садится. Встает следующий участник, называет имена предыдущих участников, называет свое имя, и садится, передавая эстафету следующему участнику. Так из имен образуется «снежный ком». Когда закончится цикл (имена произнесет замыкающий участник), следует его сдвинуть (поменять первого участника), и начать новый цикл.

*«Дело в шляпе»*

Попросите группу вооружиться листочком бумаги (хватит половинки тетрадного листа). Предложите каждому подумать над проблемой, которая может возникнуть в процессе обучения и попросите ее записать на листочке, но никому не показывать. Листочки следует собрать и разложить на столе в виде экзаменационных билетов (или сложить их в «шапку», и вытягивать из нее). Теперь вызывайте по одному каждого студента, он должен вытянуть себе один из билетов, прочитать его вслух всей группе и также вслух предложить собственное решение проблемы. Если достался свой билет, его следует поменять. Куратор, выслушав все ответы, может прокомментировать их, исходя из своего опыта. Дать совет по наиболее часто встречающимся проблемам.

*«Имена прилагательные»*

Каждый участник выбирает себе имя прилагательное, характеризующее его положительно. Имя прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя самого участника. Первый участник называет свое имя в сочетании с именем прилагательным (Например, Веселая Валентина). Второй участник вначале называет первого участника, затем свое имя, также в сочетании с именем прилагательным и т.д. по схеме упражнения «Снежный ком».

* 1. **Упражнения и игры на сплочение, творческую активизацию и сотрудничество**

*Разделение команды*

Для большинства игр и упражнений потребуется разделять участников на команды. Это можно сделать следующим образом, взяв несколько разных почтовых открыток по количеству команд (т.е. если три команды, то три открытки), разрезать каждую на такое количество частей, сколько требуется членов команд. Перемешать открытки в «шапке», и предложить каждому вытянуть себе одну часть открытки. Далее студенты, собирая по своим частям открытки, разбиваются по командам. В первую команду входят студенты, собравшие из частей первую открытку, во вторую – студенты, собравшие вторую открытку, и т.д.

«Строим башню»

Для проведения этой игры необходимо разделить участников группы на несколько команд по 6-8 человек. Каждой команде раздать 2 чистых листа формата А4, клей для бумаги и ножницы. Теперь необходимо озвучить задание: цель данной игры – из имеющихся материалов построить башню, любую, но она должна получиться выше чем у соперников и стоять вертикально, без посторонней помощи. Перед тем как начать, дайте каждой команде пять минут на то, чтобы они продумали вариант постройки, и только после этого давайте команду старт. Предупредите участников, что время не ограничено, поэтому скорость постройки роли не играет, важно, чтобы башня стояла и была как можно выше. Поэтому игру нельзя останавливать до тех пор, пока не закончит последняя команда. Как правило, на всю игру достаточно 20 минут. В ходе этой игры, куратор, наблюдая за деятельностью участников каждой команды, легко определит наиболее активных студентов – лидеров. После этого каждая команда должна выбрать одного участника, который расскажет про свою башню, а также попробует высказать свое мнение почему башня получилась выше или ниже.

*«Коллективный рисунок»*

Для этого упражнения потребуется разбить участников на несколько команд по 4-6 человек. Каждой команде раздать один чистый лист формата А4. далее попросить участников каждой команды рассчитаться по номерам (1, 2, 3, 4…). Теперь озвучиваем задание: цель упражнения – нарисовать коллективный рисунок на тему (она может быть либо одна общая для всех команд, либо, как вариант, тема рисунка дается каждой команде разная). Он рисуется по очереди, сначала рисует 1-й участник, потом2-й, потом 3-й, и т.д. Каждый участник может рисовать только свою определенную фигуру, местоположение и размер фигуры на рисунке определяется этим участником самостоятельно. Предлагаемые фигуры могут быть такими – 1-й участник имеет право рисовать круг, 2-й участник – прямоугольник, 3-й участник – треугольник, 4-й участник – рисует только прямую, 5-й участник – рисует только кривую и т.д. Для этого упражнения достаточно15-20 минут. После этого, когда все коллективные рисунки завершены, куратор предлагает каждой команде объяснить, что они нарисовали, а остальные участники размышляют, чей рисунок получился искреннее и почему.

*«Необитаемый остров»*

В этом упражнении участников необходимо разделить на 3 команды по 8-12 человек. Каждой команде раздать 1-2 листа формата А 4. задача должна звучать так: представьте, что вы всей своей командой попали на необитаемый остров, вам на нем жить, и поэтому вы должны придумать кодекс необитаемого острова – основные правила проживания на острове. На это задание необходимо дать студентам 20-25 минут. Далее каждая команда презентует свой кодекс. После этого проводится обсуждение каждого кодекса и следует выйти на один – суммирующий все самые приемлемые правила.

*«Мозговая атака»*

Суть этого упражнения заключается в ответе на вопрос: «Какие качества привлекают меня в друзьях?» Каждый участник называет качества, которые привлекают его в друзьях (позитивные качества). На плакате или доске ведущий записывает качества по порядку их называния. Говорить необходимо не оценивая, то есть по первому порыву. Затем, когда список составлен, все участники выбирают по три наиболее значимых с их точки зрения варианта, отмечая свои выборы на доске. Таким образом, в результате выявиться картина групповых предпочтений. Качество, набравшее наибольшее количество предпочтений, считается наиболее уважаемым, предпочитаемым группой, остальные располагаются по мере убывания. Каждый член группы может сравнить свои выборы с общегрупповыми предпочтениями и, осмыслив ситуацию, осуществить коррекцию собственного поведения в группе.

*«Позитивное представление»*

Участники разбиваются на пары. Можно использовать следующий прием для того, чтобы выбор был максимально произвольным: участникам в случайном порядке раздаются карточки, на которых написано одно из следующих слов: гром, молния, Москва, Кремль, Волга, Россия, Дездемона, Отелло, любовь, Купидон, Буратино, Мальвина, весна, капель, дуэль, Пушкин и т.д. После этого обладатели карточек, связанных общей темой, составляют пары. В течение пяти минут каждый участник имеет возможность рассказать своему партнеру о том, какой он замечательный, какими прекрасными качествами обладает, похвалиться своими успехами в различных областях жизни. Это не столько беседа, сколько активное слушание. Прослушавший предельно внимательно рассказ партнера, второй участник должен пересказать то, что он услышал как можно более точно и детально, доказав тем самым свое уважение и сосредоточенность. Если он что-то упустил или рассказал недостаточно точно, его можно поправить. После этого наступает очередь второго участника. Предыдущая работа воспроизводиться в том же алгоритме.

Затем возможны два варианта: объединение двух соседних пар для дальнейшей работы – представления по очереди своих партнеров другим участникам или представление партнеров в кругу всем участникам тренинга.

*«Вопрос группе»*

Студенты на отдельных листках пишут вопросы группе, куратор собирает вопросы, перемешивает и раздает. Студенты отвечают на попавшиеся вопросы.

*«Чемодан в дорогу»*

Каждый студент предлагает что-то в общий «чемодан», который группа возьмет с собой в «дорогу». Более ценятся качества, которые помогут группе быть успешной.

*«Записки с пожеланиями»*

Каждый студент пишет записку с пожеланием для каждого члена группы и подписывает – кому, вслух послания не зачитываются.

*«Знаки внимания»*

Все участники группы образуют два круга, внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Стоящие лицом друг к другу образуют пару. Первый член пары оказывает искренний знак внимания партнеру, стоящему напротив, говорит ему что-либо приятное. Тот отвечает: «Да, конечно, но кроме того, я еще и…» (называет то, что он в себе ценит и считает, что заслуживает за это знаков внимания). Знак внимания – это высказывание или действие, обращенное к человеку и призванное улучшить его самочувствие и вызвать радость. Знаками внимания могут быть отмечены поступки, навыки, внешность и т. п. затем партнеры меняются ролями, после чего делают шаг влево и таким образом образуют новые пары. Все повторяется до тех пор, пока не будет сделан полный круг.

*«Вырази себя в жесте»*

Каждый из участников показывает жестом и мимикой свою реакцию на заданную ситуацию: «Что бы произошло, если бы в вузе в один прекрасный день исчезли бы все преподаватели»; «Что произошло бы, если бы в вузе отменили все экзамены и зачеты».

*«Поддержка»*

Каждый выбирает участника группы, от которого он хотел бы получить поддержку во время тренинга, заручиться согласием, представить его на общем круге. Работа в микрогруппах поддержки. «Мои самые трудные препятствия». Партнеры по очереди заканчивают фразы: «Я доверяю тебе…,ценю в тебе…». В каких ситуациях я нуждаюсь в поддержке. Какую поддержку я хотел бы получать. Рассказать партнеру, какие 2 «препятствия» студенческой жизни могут быть для рассказчика самыми трудными. Куратор рассказывает о том, что представляет для него особые трудности в работе с группой. После рассказа каждого из партнеров они совместно ищут ресурсы для успешного «прохождения препятствий». Каждый участник записывает на листе бумаги свое самое трудное препятствие (не подписывая имени) и сдает листок ведущему. Ведущий зачитывает список самых трудных препятствий членов группы. (Сбор тем для дальнейшей проработки, для дискуссии по этим темам).

*«Общественная характеристика»*

Каждый участник группы на листке бумаги пишет свое имя и передает соседу справа. Тот записывает на нем одну черту характера, которая в наибольшей степени присуща личности характеризуемого, и передает листок следующему. Каждый листок проходит круг и возвращается к своему хозяину.

Критерием эффективности проведения данных психологических упражнений и игр являются два показателя: разделение студентом норм и ценностей группы; высокий (удовлетворяющий студента) статус в группе. Именно на эти показатели, в конечном счете, сориентированы рекомендованные упражнения.

**Психологические аспекты коммуникативной культуры куратора**

Многочисленные исследования показали, что оценка источника по двум параметрам – доброжелательность и авторитетность определяет степень доверия к информации и восприятие ее отдельных характеристик.

В ходе взаимодействия куратор как эффективный коммуникатор должен решать одновременно две задачи:

- генерировать информацию;

- формировать впечатления о себе как о доброжелательном и авторитетном субъекте.

Обе задачи решаются при помощи вербальных и невербальных коммуникативных средств.

Вербальная информация, которую мы генерируем произвольно и на которую делаем основную ставку в решении своих коммуникативных задач, в силу ее высокой контролируемости производит на партнера весьма ограниченное влияние.

Вербальные приемы и вербальные средства также могут использоваться для формирования впечатления и воздействия на потребности человека.

Предоставление выбора – формулирование сообщения в форме, предоставляющей возможность выбора, поскольку право выбора предоставлено самому студенту, у него нет оснований приписывать источнику информации враждебные или корыстные замыслы. Чтобы склонить студентов к ожидаемой Вами альтернативе, последняя «маркируется» жестом, паузой, громкостью голоса, интонацией, эта маркировка придает на бессознательном уровне большую ценность «помеченной» альтернативе и подталкивает собеседника к нужному выбору.

Связывание противоположностей – предполагает объединение в одном предложении двух независимых и даже взаимоисключающих друг друга событий, одно из которых ясно осознается собеседником, а другое представляет собой желательный вариант поведения.

«Чтение мыслей» - предполагает использование высказываний, подразумевающих, что Вам известно о всех привычках, способностях или внутренних переживаниях партнера: «Я знаю, что вы любопытны».

Ложный выбор – партнеру предлагается две одинаковые для Вас альтернативы, предварительно предполагается, что отвергание обеих альтернатив обсуждению не подлежит. Смещение акцента на выбор между альтернативами маскирует категоричность и не создает ощущения давления или принуждения.

Предварительное предположение – позволяет скрыть побудительный характер высказываний, одновременно решая задачи, непосредственно связанные с развитием личности высказывание формулируется так, чтобы вопрос о выполнении не подлежал сомнению.

Предписание осознания – смещение акцента на осознание или понимание студентом своих достижений.

Невербальная информация, которой мы почти не уделяем внимания, фактически без препятствий входит в его правое полушарие. С ее помощью можно непосредственно влиять на потребности, не опасаясь критического контроля, формировать нужное представление о себе, повышая тем самым доверие к вербальной информации.

Невербальные феномены

Личное пространство – часть территории вокруг тела, которую человек считает своей и вторжение в которую на бессознательном уровне расценивается как агрессия, порождая чувство тревоги. Личное пространство имеет овальную форму (вытянуто вперед и сплюснуто по бокам) и состоит из четырех зон.

Важнейшей является интимная зона, находящаяся приблизительно на расстоянии 45 см от тела человека (расстояние вытянутой руки). Только очень немногие люди, относящиеся к интимному кругу и вызывающие абсолютное доверие, могут вторгаться в нее, не вызывая тревоги. Вторгаться в интимную зону человека можно только по его разрешению, если партнер по общению при разговоре с Вами несколько отстраняется, - значит Вы нарушили его личную интимную зону, не нужно сокращать дистанцию при взаимодействии, он сам ее установит такой, какая для него комфортна.

Персональная зона – от 45 до 150 см. размещение в этой зоне означает личную, персональную обращенность к партнеру: он воспринимается нами как уникальное существо, которое не может быть заменено кем-то другим. Использование персональной зоны при взаимодействии со студентом позволяет избежать риска, связанного с вторжением в интимную зону, подчеркивает личную значимость студента, позволяет удовлетворить его потребность в уважении.

Социальная зона – от 150 до 400 см. размещение в социальной зоне «навязывает» партнеру другую социальную роль, нивелируя его индивидуальные качества и ваши персональные отношения.

Публичная зона – начинается непосредственно за социальной и не имеет границ. Размещенный в ней партнер партнером не воспринимается – только часть публики. Диалог на таком расстоянии просто невозможен, остается только вещать. Вероятно, это гарантирует безопасность, но и только.

Личная территория – пространство вокруг человека, существующее независимо от того, присутствует на ней человек или нет. На работе, дома, на улице мы постоянно присваиваем себе такие территории. Место за обеденным столом, любимый уголок в доме, рабочий стол – это далеко не полный перечень тех мест, на которые распространяются наши территориальные притязания. Территория отмечается, «помечается» различными способами: властными жестами, перемещением в пространстве, личными вещами, голосом и другими. Овладение личной территорией в ситуации педагогического взаимодействия дает немало преимуществ. Прохаживаясь по территории, мы не только повышаем свою авторитетность, но и решаем ряд других задач: во-первых, разрушаем иллюзию сидящих «на галерке» относительно того, что эта часть аудитории является их личной территорией, и, значит, можно вести себя на ней как заблагорассудится; во-вторых, уменьшаем количество учащихся, оказавшихся в публичной зоне; в-третьих, получаем возможность использовать персональную и интимную зоны при взаимодействии с учащимися. Единственное, чего нужно избегать – это «захвата» уже принадлежащей партнеру территории. В этом случае ваши действия могут быть восприняты как недоброжелательные, что фрустрирует потребность в безопасности и даже вызывает встречную агрессию. Вспомните, какие чувства вызывает у Вас пассажир, который в полупустом автобусе при наличии большого числа свободных мест усаживается рядом с Вами.

Жесты. Благоприятствуют, создают впечатление доброжелательности горизонтально расположенные жесты, симметричные, кругообразные, шарообразные, демонстрация открытых ладоней. Препятствуют коммуникации барьерные жесты, символизирующие закрытость, агрессивные, властные жесты, как правило, располагаются в вертикальной плоскости, создающие впечатление недоброжелательности.

Мимика. Впечатление доброжелательности создает симметричная мимика, улыбка, открытый взгляд

Организация пространства коммуникации. Самые простые правила эффективной организации пространства – это в диалоговом режиме диагональное размещение, недопустимость расположение напротив друг друга, что приводит к естественному противостоянию мнений; в ситуации группового взаимодействия главным является условие: чтобы каждый видел каждого.

Важным фактором эффективности куратора является его умение влиять на состояние мотивационно-потребностной сферы студента.

**VII. Мероприятий социально-психологической службы, с предоставлением практических рекомендаций (по запросу кураторов).**

Предлагаемые темы:

* изучение особенностей социально-психологического климата, специфики взаимоотношений в студенческих группах;
* выяснение ожиданий и представлений студентов по поводу кураторской работы;
* изучение склонности к девиантному поведению;
* изучение адаптации студентов к обучению в ВУЗе (для первокурсников).

*Помощь в разрешении проблемных ситуаций во взаимодействии со студентами:*

* предоставление психологических рекомендаций по оптимизации стиля взаимоотношений с группой;
* предоставление психологических рекомендаций по оптимизации психологической атмосферы и повышению сплоченности студенческих групп;
* психологические консультации для студентов испытывающих трудности адаптации к условиям проживания в городе, обучения в ВУЗе, трудности, связанные с процессом обучения, взаимодействием в группе у студентов, совершивших дисциплинарные нарушения и т.д.

 **По всем возникающим вопросам вы можете обратиться в Социально-психологическую службу, ауд 412. Телефон: 441920.**