

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»  
Социально-педагогическая и психологическая служба

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

для кураторов

### **«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ СТУДЕНТА-ПЕРВОКУРСНИКА В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД»**



Гродно  
2021

Методические рекомендации содержат теоретический материал, необходимый для работы кураторов академических групп в период адаптации студентов-первокурсников.

Составители: О.Н. Кедало, педагог-психолог I категории СППС  
Т.М. Минько, педагог-психолог II категории СППС  
Е.Ф. Аврукевич, социальный педагог I категории СППС

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| ВВЕДЕНИЕ.....  | 4  |
| Адаптация первокурсников к обучению в ВУЗе .....   | 5  |
| Особенности работы куратора с академической группой .....  | 8  |
| Учет акцентуаций характера личности студента в работе куратора .....   | 10 |
| Рекомендации по созданию благоприятного психологического климата в учебных группах.....                          | 16 |
| Рекомендации куратору учебной группы, направленные на повышение успеваемости студентов .....                     | 17 |
| Рекомендации кураторам по стратегии работы с различными группами студентов во время экзаменационной сессии ..... | 20 |
| С тревожными и неуверенными студентами .....   | 20 |
| С агрессивными студентами.....   | 20 |
| С гиперактивными студентами.....   | 21 |
| Со студентами меланхоличного типа темперамента .....   | 22 |
| Со студентами «перфекционистами» и «отличниками».....  | 22 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....   | 24 |

## ВВЕДЕНИЕ

Важнейшей педагогической задачей любого вуза является работа со студентами первого курса, направленная на успешную их адаптацию к новой системе обучения, к новой системе социальных отношений.

На протяжении первого года обучения происходит вхождение студента – первокурсника в студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к выбранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, развиваются и воспитываются профессионально значимые качества личности. Одна из ведущих ролей в этот период времени принадлежит кураторам студенческих групп.

Роль куратора группы заключается в создании условий, которые помогли бы студентам найти себя и свое место в студенческом коллективе и в социальной жизни. Куратор является организатором деятельности студентов в группе и координатором воспитательных воздействий. Именно он непосредственно взаимодействует как со студентами, так и с преподавателями.

Одной из основных задач работы куратора является сплочение студенческой группы, представляющей в начале учебного года лишь формальное образование: члены группы еще только начинают узнавать друг друга, между ними еще не установлены ни дружеские, ни деловые связи. И чтобы студенческая группа стала полноценным коллективом, куратору следует изучать личность студента, видеть его возможности, учитывать в работе общий уровень культуры студентов, направленность их интересов и потребностей, знать особенности формирования данного коллектива, складывающейся атмосферы и т.д.

Социально-педагогическая и психологическая служба предлагает сотрудничество и свою помощь кураторам, а именно: психологическое просвещение (лекции, беседы), психологические тренинги, изучение психологических свойств личности и группы.

Данные виды работ проводятся по запросу куратора, исходя из потребностей и ситуации в группе. Для этого необходимо заблаговременно связаться с сотрудниками социально-психологической службы, чтобы указать желаемую тему беседы, тренинга или вид диагностики.

## Адаптация первокурсников к обучению в ВУЗе

Студенческая жизнь начинается с первого курса и поэтому успешная адаптация первокурсника к жизни и учебе в вузе является залогом дальнейшего развития каждого студента как человека, будущего специалиста.

Процесс адаптации длительный и не всегда успешный, и у значительной части студентов первого года обучения возникают проблемы с адаптацией, что связано с личностными качествами самих студентов, отсутствием навыков к самостоятельной учебной деятельности, несформированностью профессионального самоопределения.

В современном словаре по психологии дается следующее определение понятия: «Адаптация – это приспособление строения и функций организма к условиям окружающей среды».

Адаптация человека подразделяется на биологическую и психологическую.

**Биологическая адаптация** включает в себя адаптацию организма к устойчивым и изменяющимся условиям среды, температуре, влажности, атмосферному давлению, холоду, жаре и другим физическим факторам.

**Психологическая адаптация** – это приспособление человека как социоиндивида, личности к определенным нормам, условиям, принципам, этикету в обществе в соответствии с требованиями самого общества, а также с учетом личностью своих собственных индивидуальных качеств, особенностей психики в целях адаптации, под воздействием требования самого общества в процессе коммуникации. Физиологическая адаптация протекает автоматически. Социально-психологическая же представляет собой процесс активного приспособления. В системе отношений «личность – среда» человек не только приспосабливается к данным социальным и природным условиям, но и изменяет, «приспосабливает» эти условия под себя, то есть преобразует среду в той мере, в какой это оказывается целесообразным для нормального функционирования человека.

Социальные исследования показывают, что при переходе в новое учебное заведение особенно тяжелыми являются первые 6-9 недель пребывания, которые характеризуются как время «острой адаптации».

От того, насколько успешно пройдет адаптация, зависит и успешность обучения, и в целом психологическое здоровье обучающегося.

Выделяют 4 группы трудностей в период адаптации, с которыми сталкиваются студенты первого курса:

- формальные трудности;
- социальные трудности;
- дидактические трудности;
- личные или психологические трудности.

Возникновение **формальных трудностей** связано с общей организацией образовательного процесса, с методикой организации учебного процесса, которая отличается от школьной, с уровнем преподавания, с новым типом взаимоотношений преподавателя и студента, с новыми обязанностями, с новой ролью – ролью студента, навыков преодоления которых у бывшего школьника нет, что нередко приводит к внутренним и внешним конфликтам. Именно это, в значительной степени, определяет профессиональный и психологический облик человека, который через несколько лет покинет стены университета.

Дополнительное напряжение вызывает наличие учебных нагрузок, содержание и формы организации учебной деятельности. Данное напряжение вызывают **дидактические трудности**. Чтобы преодолеть данные трудности студент должен очень быстро сориентироваться и с новых позиций освоить способы и методы учебной деятельности, разработать свою систему ценностей по отношению к учебе, предстоящей работе, преподавателям.

**Социальные трудности** связаны с общением внутри группы. Это и социализация иногородних студентов. Сложность в том, что иногородние студенты в одночасье становятся самостоятельными, им необходимо организовывать не только свою учебу, но и выделять время на решение бытовых проблем, некоторые из студентов бывают не готовы к этому. Кроме того, финансово-экономическое положение отдельных студентов может являться нестабильным.

Появление **личностных или психологических трудностей** связано со множеством факторов: от индивидуально-психологических особенностей студента, деловых и поведенческих качеств, ценностных ориентаций, здоровья, до социального окружения – все это приводит к личностным проблемам. Первокурсники как бы пытаются понять, «куда я попал» и «кто меня окружает», «мое это или нет», осваивают систему норм и правил жизнедеятельности в новых условиях (на учебных занятиях, в общении с сокурсниками, кураторами, преподавателями).

Главную роль в процессе успешной адаптации первокурсников играет куратор академической группы. Актуальной и важной деятельностью которого является поддержка и сопровождение студентов в данный период.

***Возможные пути поддержки и сопровождения студентов в период адаптации:***

- создать условия вчерашнему школьнику для вхождения в новую роль – роль студента, обозначить, что значит быть студентом;
- познакомить со спецификой образовательного процесса, с общими требованиями, предъявляемыми субъекту образования;
- рассмотреть со студентами возможные пути организации своей жизнедеятельности в университете (режим питания, режим сна, безболезненное сочетание учебной нагрузки и отдыха);
- консультировать по вопросу: как эффективно работать на лекциях и готовиться к семинарским занятиям, как научиться планировать свою деятельность;
- формировать систему ценностей по отношению к будущей профессиональной деятельности (на первом курсе, это, как правило, устойчивый интерес к выбранной специальности, позитивное отношение к будущей профессии);
- работать над гармонизацией отношений с преподавателями (профилактика такого явления, как «панибратство»), межличностных отношений в группе, минимизировать негативные явления (конфликты, явления «кучкования», реакции позиционерства, внушаемость к поведенческой линии лидеров группы, явление проявления профессионального инфантилизма – перекладывание ответственности на других, соответственно – воспитывать потребность нести ответственность).
- быть посредником в решении конкретной социальной проблемы студента;
- осуществлять сопровождение процесса адаптации, используя методы педагогического наблюдения, анкетирования, беседы.

## **Особенности работы куратора с академической группой**

С момента поступления в университет со студентами должна вестись интенсивная работа, т.к. именно первый семестр имеет важное значение для адаптации к обучению в университете. Изменяется обстановка, привычный уклад жизни, круг общения молодого человека. Поэтому задача куратора, воспитателя общежития, и других участников учебно-воспитательного процесса состоит в том, чтобы помочь студенту освоиться в университете и преодолеть проблемы, связанные с периодом адаптации.

Основная задача куратора – помочь студенту преодолеть трудный жизненный период и содействовать его адаптации в университете. Для ведения успешной работы со студентами куратор должен быть корректен, толерантен (терпим) и эмоционально устойчив. Он должен быть готов к первоначальному недоверию со стороны студента и уметь это недоверие преодолеть. Куратор должен занимать активную педагогическую позицию. Ведь зачастую студенты занимают «пассивную» позицию и ожидать инициативы от них не приходится. Поэтому куратору необходимо первым идти на контакт и самому стараться вовлечь студента в разного рода факультетские мероприятия или студенческие инициативы (иногда стоит просто привести студента туда «за руку»). С другой стороны, не стоит быть слишком навязчивым и держать его «под колпаком», т.к. студенчество - это особое социально-духовное состояние молодого человека, и слишком сильное посягательство на его свободу может иметь негативные последствия.

Важным этапом в работе со студентами-первокурсниками будет проведение первичной беседы, цель которой – сбор информации для определения направления и стратегии социально-педагогической работы.

Правила проведения беседы состоят из нескольких пунктов:

1. Беседа должна происходить в комфортной обстановке и при наличии достаточного количества свободного времени как со стороны куратора так и со стороны студента.

2. В начале беседы следует выяснить общее эмоциональное состояние студента, узнать о его первых впечатлениях от учебы в университете, о нынешнем социальном положении (поддерживает ли контакт с родителями, родственниками), после - спросить о трудностях и проблемах настоящего времени (особенности взаимодействия в группе, в общежитии, с преподавателями).

3. Ответить на возможные вопросы студента. При необходимости ознакомить студента с подробной информацией о правилах, установленных в

университете, об общественных организациях, функционирующих в университете.

Одним из главных принципов, которым должен руководствоваться куратор учебной группы в работе со студентами, является принцип «Не навреди».

По возможности каждый студент должен чувствовать себя полноценным членом студенческого коллектива. Поэтому:

1. Осуществлять контроль и содействовать в делах студенту стоит ненавязчиво и незаметно.

2. Не стоит акцентировать внимание на социальном статусе некоторых студентов.

Необходимо помнить, что одна из главных целей социально-педагогического процесса состоит в том, чтобы воспитать самостоятельного и ответственного человека, способного в будущем самостоятельно разрешать возникающие перед ним проблемы.

## Учет акцентуаций характера личности студента в работе куратора

Одним из существенных моментов юношеского возраста является наличие акцентуаций характера, которые обуславливают специфику взаимодействия с другими людьми.

Знание особенностей каждого из типов акцентуаций позволит кураторам найти индивидуальный подход к студенту.

**Акцентуация** – это усиление и заострение определенных черт характера. Присущие личности черты могут быть разделены на основные и дополнительные. Основные черты составляют ядро, стержень личности. В случае яркой выраженности (акцента) основные черты становятся акцентуациями характера. Соответственно личности, у которых основные черты ярко выражены, называются акцентуированными. Акцентуированные личности не следует рассматривать в качестве патологических, но в случае воздействия неблагоприятных факторов акцентуации могут приобретать патологический характер, разрушая структуру личности. Выделяют следующие типы акцентуаций.

### ***Демонстративный тип.***

Главные черты этого типа: ярко выраженный эгоцентризм, ненасытная жажда внимания, восхищения, удивления, сочувствия, иногда даже почитания по отношению к своей особе. Внимание окружающих предпочитает получать в «любом виде»: даже негодование или ненависть для такого человека лучше, чем безразличие и равнодушие. Гораздо страшнее перспектива остаться незамеченным.

Все, что приятно, что имеет определенные моральные выгоды, человек с демонстративным характером тщательно сохраняет, а все неприятное вытесняется из памяти и сознания. У демонстративной личности это становится основной формой поведения: она может лгать, не сознавая, что лжет.

Демонстративная личность глубоко вживается в требуемый ситуацией образ, ей присуща высокая артистичность в выражении любого чувства. Излюбленные образы, в которые перевоплощается демонстративная личность – невинная жертва; человек, которого не оценили, злоупотребили его доверием, использовали его редкие душевные и интеллектуальные качества и пр.

Отношение к учебе зависит не столько от содержания предмета, сколько от особенностей взаимодействия с преподавателем. Так, при развитом интеллекте успеваемость у таких подростков чаще всего хорошая, но избирательная, – лучше по тем предметам, преподаватели которых сумели

установить хорошие отношения с такими студентами (как правило, это выражается в повышенном внимании, которое так необходимо студентам с демонстративным характером).

Часто демонстративные студенты досаждают на занятиях своей болтливостью, комментированием сказанного и т. д.

Действенным методом модификации поведения демонстративного студента является формирование у него понимания того, что наиболее надежным способом привлечения внимания к себе со стороны окружающих является социально ценная деятельность. Самым эффективным будет организация такой деятельности и включение в нее такого студента (например, деятельность старосты группы, профорга, членов актива группы и т.п. при условии достаточного развития у студента организаторских и коммуникативных способностей, а также соответствующей системы ценностей).

#### ***Педантичный тип.***

Характерные качества – пунктуальность, аккуратность, скрупулезность, добросовестность, усидчивость, особое внимание уделяет чистоте и порядку, не торопится в выполнении действий, присуща ориентация на высокое качество работы и особую аккуратность, имеется склонность к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы. Прежде чем начать действовать, хочет еще и еще раз убедиться, что лучшее решение найти просто невозможно, что более удачных вариантов не существует. Сомнения всегда доминируют, что тормозит действия. С охотой уступает лидерство другим людям.

Привлекательные черты личности – обязательность, ровное настроение, надежность, аккуратность, серьезность, порядочность.

#### ***Застревающий тип.***

Характеризуется умеренной общительностью, занудливостью, склонностью к нравоучениям, неразговорчивостью, принципиальностью. Характерно проявление настороженности и недоверчивости по отношению к людям, имеется повышенная чувствительность к обидам и огорчениям, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее. Характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые старается отстаивать с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется и проявляет большое упорство в достижении своих

целей, предъявляет высокие требования к себе, имеет крепкие устойчивые взгляды.

### ***Гипертимический тип.***

Основная черта этого типа – постоянное пребывание в хорошем настроении, которое лишь изредка омрачается вспышками агрессии в ответ на противодействие окружающих. Характерны также высокая контактность, словоохотливость, оживленная жестикуляция. Гипертимы подвижны жаждой деятельности, общения, впечатлений и развлечений. Склонны быть лидерами, весьма инициативны и оптимистичны. В конфликтные отношения вступают лишь в условиях жесткой дисциплины, монотонной деятельности.

Самый лучший способ взаимодействия со студентом, у которого выражена данная акцентуация – включение его в деятельность, где он мог бы проявить свои лидерские наклонности. Однако эту деятельность необходимо строить, учитывая особенности конкретного студента-гипертима: его интеллект, способности, склонности.

Важно знать, что для благоприятного развития характера у таких студентов одинаково нежелательны как условия жесткого контроля, что влечет за собой бурную реакцию протеста, так и попустительское к ним отношение (присущая им жажда приключений и впечатлений могут привести к печальным последствиям).

### ***Аффективно-экзальтированный тип.***

Особенность человека с таким характером состоит в периодическом (с фазой от нескольких недель до нескольких месяцев) колебании настроения и жизненного тонуса. Особенно нелегко приходится окружающим, да и самому человеку с данным типом акцентуации в период спада настроения, когда резко снижается контактность, проявляется пессимизм. Прежде активные студенты становятся унылыми домоседами. Ухудшается аппетит, возможны проявления бессонницы, а днем, наоборот, – сонливости. Мелкие неприятности и неудачи, которые учащаются из-за снижения работоспособности, переживаются крайне тяжело.

Необходимо учитывать, что студенты данного типа весьма уязвимы в ситуациях значимых для них перемен (например, смена места жительства и учебы). При этом серьезные неудачи и нарекания окружающих могут углубить депрессивное состояние или вызвать острую аффективную реакцию с возможными попытками к самоубийству.

Оптимальная позиция близких, а также куратора и преподавателей по отношению к студенту данного типа, находящемуся в депрессивной фазе – ненавязчивая забота и внимание, – для него очень важна в такой момент

возможность теплого контакта со значимым человеком. При этом категорически противопоказаны расспросы типа: «Ну почему у тебя плохое настроение?»). Необходимо по возможности уменьшить в этот период различные требования к такому студенту.

#### ***Аффективно-лабильный тип.***

Главная черта этого типа – крайняя изменчивость настроения у его представителей. От настроения в данный момент зависят и самочувствие, и аппетит, и трудоспособность и т. д. Так же меняется и отношение к будущему – оно то оптимистично, то, наоборот, унылое. Необходимо учитывать, что о наличии акцентуации этого типа можно говорить лишь тогда, когда настроение меняется слишком круто, а поводы для этих перемен ничтожны. Кем-то невзначай сказанное нелестное слово, неприветливый взгляд – подобные события способны погрузить человека с таким характером в унылое и мрачное расположение духа и даже довести до слез. И, наоборот, малозначительные, но приятные вещи (например, комплимент) существенно улучшают настроение.

Частые перемены настроения сочетаются со значительной глубиной их переживания. На фоне колебаний настроения возможны конфликты с окружающими, после чего следует быстрое раскаяние и поиск путей примирения.

Во взаимодействии с такими студентами важно помнить, что они весьма болезненно переживают эмоциональное отвержение и чрезвычайно отзывчивы на доброту и поддержку (даже словом).

#### ***Эмотивный тип.***

Самые характерные черты – чрезвычайно высокая впечатлительность. Эмоции управляют поведением, любое событие, свой вклад в него переживаются необычайно глубоко и длительно; возможны изысканность чувств, склонность к состраданию и сочувствию, мягкость, участливость, альтруизм, желание помочь делом. Является чувствительным и впечатлительным человеком, отличается глубиной переживаний в области тонких эмоций. Весьма болезненно переносят любое изменение в жизни. Наиболее ранимы в сфере взаимоотношений с окружающими. Непереносимой для них оказывается ситуация, где они становятся объектом насмешек или подозрения в неблаговидных поступках, когда их подвергают несправедливым обвинениям и т. п.

Такие студенты учатся, как правило, старательно, но очень боятся всякого рода проверок, зачетов, экзаменов. Нередко выступление с докладом на аудитории для них – пытка. Следовательно, при взаимодействии с такими

студентами желательно свести к минимуму ситуации публичных выступлений, уделяя особое внимание индивидуальной работе.

Контактность ниже среднего, предпочитают узкий круг друзей. Редко конфликтуют, поскольку обычно занимают нейтральную позицию; обиды хранят в себе. Положительные черты: альтруистичность, сострадательность, умение радоваться удачам окружающих. Причем, чувство долга дополняется исполнительностью, что желательно учитывать куратору в своей работе.

***Тревожно-боязливый тип.***

Характеризуется нерешительностью, глубокому самоанализу, легкому возникновению навязчивых страхов. Страхи и опасения человека с таким характером целиком адресуются к возможному, хотя и маловероятному, в его будущем: как бы не случилось чего-то ужасного и непоправимого, как бы не произошло непредвиденного несчастья с ним самим и с его близкими, к которым, как правило, он обнаруживает большую привязанность.

Всякий самостоятельный выбор, как бы малозначим он ни был, может стать предметом долгих и мучительных колебаний.

Не рекомендуется поручать таким студентам дела, требующие общения и инициативы. Гораздо увереннее они чувствуют себя в условиях спокойной, размеренной работы, четко регламентированной, не требующей инициативы и многочисленных контактов.

***Дистимический (интровертированный) тип.***

Наиболее существенными чертами данного типа считаются замкнутость, отгороженность от окружающего мира, неспособность или нежелание устанавливать контакты, сниженная потребность в общении. Можно сказать, что иногда одиночество, в котором пребывает человек с такими особенностями характера, вовсе не тяготит его; он живет в своем мире.

Отгороженность интровертированного молодого человека от мира затрудняет его социализацию. Однако необходимо учитывать, что черты интровертированности лишь усиливаются, если окружающие чрезмерно контролируют и опекают его.

Привлекательные черты – серьезность, ответственность, добросовестность, пунктуальность, чувство справедливости.

В процессе взаимодействия с таким студентом можно использовать такую положительную черту как приверженность к интеллектуально-эстетическим увлечениям. Чтобы построить доверительные отношения с ним, немаловажно продемонстрировать искреннюю, компетентную заинтересованность его увлечением.

### ***Возбудимый тип.***

Склонность к пониженному настроению с раздражительностью, мрачностью, склонностью к агрессии – характерные черты человека с преобладанием возбудимого типа. Среди черт, которые препятствуют конструктивному взаимодействию с окружающими можно отметить также властность, стремление к подавлению сверстников, себялюбие.

Повод для агрессии может быть ничтожен, но он всегда сопряжен хотя бы с незначительным ущемлением прав и интересов этого человека.

В учебной деятельности такие студенты претендуют, как правило, на высокие оценки. Если эти претензии не совпадают с реальными возможностями, начинается борьба за высокие оценки самыми разными способами: от заискивания с преподавателем до конфликтов с ним. В этих условиях преподавателю необходимо, с одной стороны, постараться дать возможность возбудимому студенту действительно «заработать» хорошую оценку, а с другой стороны, доброжелательно и доказательно аргументировать выставление оценки, которая не удовлетворяет студента.

Очень важно также вообще не провоцировать конфликты или проявить выдержку, причем не только в конфликтной, но и в предконфликтной ситуации.

Одним из способов снижения негативных поведенческих проявлений возбудимого студента является апелляция к их сознанию, анализ и оценка поведения в процессе индивидуальной беседы, в процессе которой необходимо, чтобы студент учился говорить о своих ощущениях, переживаниях, проблемах. Важное условие успешности такого общения – доверительные отношения.

## **Рекомендации по созданию благоприятного психологического климата в учебных группах**

1. Для создания благоприятных межличностных отношений в группе предпочтительно пользоваться следующими правилами поведения: отказаться от личного оценивания способностей одних и неудач других студентов; отказаться от прямого сопоставления студентов; не делать замечаний при всей группе, чаще разговаривать один на один, отмечать маленькие успехи у «слабых» и поощрять их; называть всех по именам и добиваться этого в отношениях между студентами; постоянно подчеркивать, что отношения в группе определяются не только благополучием, но и теми добрыми поступками, которые совершает человек для других; чаще общаться с замкнутыми, «неинтересными» студентами, чтобы вызвать к ним интерес группы; уважительно относиться ко всем личностным проявлениям студента; изучать особенности каждой личности как индивидуально, так и при помощи группового взаимодействия; определять мотивы и причины отклонений в поведении студента.

2. Для того чтобы завышенная самооценка студентов не стала причиной конфликта личности, потери контактов с группой, озлобленности, необходимо придерживаться следующей тактики общения: сдержанная похвала при успехах, достижениях, параллельно адекватное признание успехов других студентов в группе; в индивидуальных беседах подведение студентов к сопоставлению самооценки своего поведения, своих возможностей с оценкой тех, кто его окружает; написание «характеристики на самого себя»; организация взаимопроверок и самопроверок на занятиях; выставление оценки студенту преподавателем с последующим комментарием ее группой или студентами; целесообразен в этом плане опрос по ролям.

3. Тактика во взаимоотношениях со студентами с низкой самооценкой может быть следующей: организация отношений с этими студентами на личном уровне; не допускается сравнение со студентами группы; сравнение каждого студента только с самим собой; стимулировать желание студента учиться через сопоставление его успешных ответов (акцентируя на этом внимание) с его менее успешными ответами.

## **Рекомендации куратору учебной группы, направленные на повышение успеваемости студентов**

1. Беседы, направленные на снятие у части студентов состояний неуверенности, повышенного беспокойства. В ходе изучения студентов выясняется, что некоторые из них начинают переживать ситуацию провала экзамена еще задолго до сессии. Причем такие состояния нередко возникают и у ответственных, много работающих, по отзывам преподавателей, студентов. Тревожные мысли о возможном провале возникают у них в самых различных ситуациях. Такие состояния отвлекают от учебы, мешают собраться, сосредоточиться, лишают студентов уверенности в себе, в своих возможностях. Такие беседы следует проводить задолго до сессии.

2. Поощрение, подбадривание в ситуации экзаменов студентов с высокой неуверенностью в себе, снятие перед экзаменом состояния страха, который снижает их возможности, сковывает память, мышление; перед экзаменами таких студентов надо поощрить, вселить уверенность в своих силах. У ряда слабоуспевающих студентов в ситуации экзамена наблюдается ухудшение внимания, памяти, мышления, их возможности резко снижаются, знания забываются. По этой причине бывают низкие оценки в действительности способных студентов.

3. Беседы, направленные на преодоление излишней уверенности в себе (понижение уровня самооценки). В среде средних и даже слабых студентов есть категория лиц, явно переоценивающих свои возможности. У них нет ни выраженных сильных сторон, ни выраженного интереса к учебе. В процессе общения с ними куратору необходимо попытаться сформировать у них здоровую озабоченность перед предстоящей сессией, критичность по отношению к собственным возможностям, проиллюстрировать на ситуациях их учебной деятельности отсутствие у них оснований для высокой самооценки и чувства успокоенности.

4. Информирование первокурсников о том, что именно в начальном году обучения от них требуется максимальное сосредоточение на учебе, систематичность в занятиях.

5. Работа с пассивными студентами с целью преодоления их собственного стереотипа поведения. Такие студенты (не обязательно с низкими способностями, нередко просто запустившие учебу, неуверенные в себе) не решаются обратиться за помощью к преподавателям или товарищам по группе и поэтому накапливают непонятый материал. Проявить активность им мешают боязнь показать свою несообразительность, чувство неловкости. Таким студентам самим не

избавиться от привычки к пассивному поведению. Оно укоренилось, стало стереотипом. Им необходима помощь куратора.

6. Информирование студентов младших курсов о том, что в их среде, возможно, есть лица, которые на начальных этапах обучения могут учиться удовлетворительно или даже плохо, но у которых, тем не менее, имеются специальные способности, проявляющиеся на старших курсах. Эти студенты могут отличаться пассивностью, отсутствием интереса к неспециальным предметам, но могут обладать ярко выраженными специальными способностями. В процессе работы с такими студентами куратору необходимо:

а) помочь проявиться их сильным сторонам (можно, в частности, давать конкретные поручения, при выполнении которых проявились бы соответствующие способности студентов, и на этой основе изменилось бы отношение к ним внутри группы, повысился их статус среди сокурсников);

б) провести серию бесед с целью убеждения этих студентов в необходимости более заинтересованно относиться к приобретению знаний на младших курсах (с точки зрения требований будущей специальности);

в) осуществлять систематический контроль за распределением этими студентами своего свободного времени.

7. Введение слабого студента в коллектив группы, налаживание контакта с товарищами по учебе. По целому ряду причин некоторые слабые студенты оказываются изолированными от сокурсников, что уводит их в сторону от группы (а значит, и от учебы). Друзья у них оказываются вне группы, поэтому повлиять на них через группу довольно сложно. В целях налаживания связей таких студентов с коллегами по учебе куратору необходимо подобрать для них такие поручения, в которых могли бы проявиться их специальные способности (малоочевидные для членов группы). Это повысит авторитет слабых студентов и укрепит их связь с товарищами по группе.

8. Информирование студентов о целесообразности их объединения в микрогруппы для самостоятельной работы над учебным материалом (объединение должно осуществляться на базе взаимного тяготения студентов друг к другу). Такое мышление в микрогруппах пробуждает интерес студентов к изучаемому предмету и улучшает его усвоение.

9. Информирование студентов о рациональных приемах организации учебной деятельности.

10. Осуществление организующей функции по сплочению коллектива курируемой студенческой группы, изучение структуры межличностных отношений и психологического климата в студенческой группе.

11. Обеспечить тесное взаимодействие с теми преподавателями, которые ведут лекционные и практические занятия в курируемой группе, с целью снизить такие недостатки учебного процесса, как излишне быстрый темп изложения учебного материала на некоторых лекциях, недостаточная его конкретность, малое число примеров и т. д. В связи с этим преподавателям могут быть даны советы - снизить темп изложения нового материала, осуществлять поиск более эффективных форм чтения лекций, конкретизировать материал, увеличить число примеров и т. д. Практическая работа по изучению студентов и управлению ими должна осуществляться совместно с преподавателем, который ведет практические занятия по предмету, дающему на 1 курсе наибольший отсев.

## **Рекомендации кураторам по стратегии работы с различными группами студентов во время экзаменационной сессии**

### **С тревожными и неуверенными студентами**

#### ***Краткая психологическая характеристика.***

- Склонны воспринимать любую ситуацию, связанную с учебой, как опасную. Особую тревогу вызывает у них проверка знаний в любом виде (семинарское занятие, зачет, экзамен (устный, письменный)).
- Часто перепроверяют уже сделанное, постоянно исправляют написанное, причем это может и не вести к существенному улучшению качества работы, при устном ответе возвращаются к сказанному и вносят поправки-уточнения.
- При устном ответе они, как правило, пристально наблюдают за реакциями экзаменатора. Обычно задают много уточняющих вопросов, часто переспрашивают преподавателя, проверяя, правильно ли они его поняли.
- При выполнении индивидуального задания всегда просят посмотреть, правильно ли они его сделали.
- Манипулируют предметами: часто грызут ручку, теребят волосы или пальцы и одежду и т.д.
- Наиболее трудной стороной во время сдачи экзамена для тревожных и неуверенных студентов является отсутствие эмоционального контакта с преподавателем.

#### ***Стратегия поведения преподавателя.***

- Для тревожных студентов особенно важно создание ситуации эмоционального комфорта на предэкзаменационном этапе. Задача взрослого – поощрение, поддержка.
- Не нагнетайте обстановку, напоминая о серьезности предстоящего экзамена и значимости его результатов.
- Обеспечьте ощущение эмоциональной поддержки на самом экзамене: это можно сделать различными невербальными способами – посмотреть, улыбнуться и т.д.

### **С агрессивными студентами**

#### ***Краткая психологическая характеристика.***

- Эмоциональная грубость, озлобленность, как против одноклассников, так и против экзаменатора.
- Страх перед широкими социальными контактами, неумение находить выход из трудных ситуаций, преобладание защитных механизмов.

- Агрессивность выступает средством поднятия престижа, демонстрация своей самостоятельности, взрослости.

- Нахождение по отношению к администрации факультета в некоторой оппозиции, выражающейся в их подчёркнутой независимости от преподавателя, принимающего экзамен.

Мстительны, иногда годами ждут, чтобы отомстить, поэтому лучше их не отвергать.

#### ***Стратегия поведения преподавателя.***

- Никогда не позволяйте себе оскорблять студента.
- Не используйте сленг во время комментария устного ответа – это не даст ему права демонстрировать в поведении все, на что он способен.

- Избегайте открытой вопросно-ответной борьбы, так как это усугубит отношения.

- Останавливайте студента спокойно, с невозмутимым лицом во время изложения материала.

### **С гиперактивными студентами**

#### ***Краткая психологическая характеристика.***

- Быстрые, энергичные, активные.
- Высокий темп деятельности, могут сделать множество дел за короткое время, импульсивны и порой несдержанны.

- Быстро выполняя задание, зачастую делают это небрежно, не проверяют себя и не видят собственных ошибок.

- Испытывают затруднения в ходе работы, требующей высокой тщательности, собранности и аккуратности, зато прекрасно справляются с заданиями, требующими высокой мобильности и переключаемости.

- Невысокая значимость учебных достижений, сниженная учебная мотивация, не расстраиваются из-за плохих оценок.

#### ***Стратегия поведения преподавателя.***

- Руководствоваться основным принципом: «Сделал – проверь». Преподавателю важно подвести студента к анализу собственного ответа до его изложения.

- Не пытаться изменить темп деятельности, особенно с помощью инструкции типа «не торопись». Студент все равно будет работать в том темпе, в котором ему комфортно.

- Создать ощущение важности ситуации экзамена. Нужно со всей серьезностью разъяснить, какое огромное значение имеют результаты экзамена.

- Напоминать мягко и ненавязчиво о необходимости самоконтроля.
- Рассадить так, чтобы возможность с кем-то общаться у них была минимальна.

### **Со студентами меланхоличного типа темперамента**

#### ***Краткая психологическая характеристика.***

- Низкая подвижность, низкая лабильность психических функций, с трудом переключаются с одного задания на другое.
- Долго настраиваются и вникают при выполнении каждого задания. Если таких студентов начинают торопить, темп их деятельности снижается еще больше.
- Основательны и зачастую медлительны, практически никогда не укладываются в отведенное время.

#### ***Стратегия поведения преподавателя.***

- Предупредить студента о лимите времени и необходимости пользоваться часами для того, чтобы определять время, необходимое для каждого экзаменационного задания.
- На экзамене по мере возможности мягко и ненавязчиво помогать таким студентам переключаться на следующее задание, если они подолгу раздумывают над каждым.
- Ни в коем случае нельзя их торопить, от этого темп деятельности только снижается.

### **Со студентами «перфекционистами» и «отличниками»**

#### ***Краткая психологическая характеристика.***

- Высокая успеваемость, ответственность, организованность, исполнительность.
- Если они выполняют задание, то стремятся сделать его лучше всех или быстрее остальных использовать дополнительный материал.
- Очень чувствительны к похвале и вообще к любой оценке своей деятельности.
- Для того, чтобы чувствовать себя хорошими, им нужно не просто успевать, а быть лучшими.
- На экзамене возможный камень преткновения для них – необходимость пропустить задание, если они не могут с ним справиться.

***Стратегия поведения преподавателя.***

- Скорректировать их ожидания и помочь осознать разницу между «достаточным» и «превосходным». Помочь понять, что для получения отличной оценки нет необходимости выполнять все задания.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Одной из важнейших педагогических задач любого вуза является работа со студентами первого курса, направленная на более быструю и успешную их адаптацию к новой системе обучения, к новой системе социальных отношений, на освоение ими новой роли студентов. Предложенные рекомендации носят практикоориентированный характер и помогут куратору оказать квалифицированную помощь в решении некоторых психологических проблем студентов в период адаптации.

Данные вопросы освещены нами, исходя из основных теоретических положений психологической науки с опорой на практический опыт. Однако данное пособие не предполагает разрешение всего комплекса вопросов, возникающих в работе куратора со студентами. Каждая возникающая ситуация своеобразна и для эффективного ее разрешения необходимо взаимодействие кураторов и сотрудников социально-психологической службы Центра охраны здоровья.

Методические рекомендации могут стать базовой основой при организации работы кураторов учебных групп.