

# Рекомендации куратору учебной группы по оптимизации процесса адаптации студентов первого курса

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ КУРАТОРА по формированию успешной адаптации студентов:

- Подготовка первокурсников к новым условиям обучения.
- Установление и поддержание социального статуса первокурсников в новом коллективе.
- Формирование у первокурсников позитивных учебных мотивов.
- Предупреждение и снятие у первокурсников психологического и физического дискомфорта, связанного с новой образовательной средой.

На первых кураторских часах ознакомить студентов с системой обучения в УВО, требованиям к уровню знаний, специфике и ее отличиях от школьной. Ознакомить с Памятками для первокурсников (по адаптации, по выстраиванию эффективной коммуникации, по выполнению самостоятельной работы, как слушать и записывать лекции, телефонами педагогов-психологов УВО, экстренной психологической помощи и др.). Информацию можно получить в ОБРМ, на информационных стендах факультетов, в общежитиях и на сайте БГТУ.

Для успешной адаптации необходимо обеспечить возможность студентам занять достойное место в коллективе (через поручения, поощрение успехов, развитие способностей и т.д.). Проявляйте и подтверждайте свое доверие к студенту, доверив ответственное поручение или выступление от лица коллектива, с ориентацией на возможности студента.

Очень важно в каждом студенте видеть **ЛИЧНОСТЬ**, учитывать особенности цифрового поколения, сформировавшийся характер, личностные особенности, представления и ценности. Демонстрировать корректность, толерантность и эмоциональную устойчивость. Изучив студента, предложить занятие во внеучебное время для каждого, где раскроются его способности (клубы, кружки, спортивные секции, волонтерская деятельность и прочее). Вовлекать студентов в общественную жизнь УВО, в работу по самоуправлению.

Проводить совместные мероприятия в группе во внеучебное время, нацеленные на сплочение группы, создание комфортной и безопасной психологической среды в студенческом коллективе и облегчение процесса адаптации студентов к новым для них социальным условиям.

С целью формирования и поддержания профессиональной мотивации создавать у студентов адекватное представление о выбранной профессии, осознание общественной значимости профессии и формирование положительного отношения к ней.

Особое внимание обратить на **«изолированных»** студентов, поручать им значимые и ответственные дела, которые позволят проявить себя и повысить статус в группе. Видеть студентов, нуждающихся в психологической помощи и поддержке и доводить информацию до сведения психолога.

В заключение хочется отметить, что одним из важных условий эффективной адаптации студентов к обучению в вузе является спланированная целенаправленная работа куратора. Сочетание индивидуальной и активной коллективной работы в адаптационный период способствует более быстрому достижению психофизического комфорта первокурсников.

Уважаемые кураторы!

В 2022-2023 учебном году предлагаю следующие темы встреч в рамках проекта

**«Диалог с куратором»:**

- Моделирование образовательной среды как средство формирования личности и профессиональных качеств студента.
- Цифровое поколение! Как его обучать!?
- Особенности коммуникации цифрового поколения.
- Конфликты в группе. Куратор-медиатор.
- Буллинг, причины, последствия, помощь.
- Эмоциональное выгорание педагогов. Пути восстановления (тренинг).
- Диагностика эмоционального выгорания В.Бойко (исследование).
- Результаты исследования адаптации первокурсников. Вопросы дезадаптации.
- Педагогическое сопровождение дезадаптированной личности.

Ваш педагог-психолог Елена Баранова

тел. 8(017)363-60-88

моб. тел. 8(025)615-61-88

