



**Методичні поради
для кураторів 1-го курсу**

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ПРИДНІПРОВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ БУДІВНИЦТВА ТА
АРХІТЕКТУРИ»

КАФЕДРА ФІЛОСОФІЇ
ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА

**Методичні поради
для кураторів першого курсу**

Дніпро – 2019

Методичні поради для кураторів першого курсу / Автор-укладач: Складановська М.Г. – Дніпро: ДВНЗ ПДАБА, 2019. – _20_с.

Визначено характеристики процесу адаптації вчорашнього школяра до умов навчання у вищій школі, роль куратора у становленні особистості першокурсника. Подано поради психолога куратору щодо організації колективу студентської групи першого курсу.

Автор-укладач: Складановська М.Г., доктор філософії, керівник психологічної служби ДВНЗ ПДАБА.

Відповідальний за випуск: Білополий В.В., кандидат історичних наук, доцент, завідувач кафедри філософії ДВНЗ ПДАБА.

Рецензент: Іванцов С.В., кандидат технічних наук, проректор з науково-педагогічної, кадрової та виховної роботи ДВНЗ ПДАБА.

Затверджено на засіданні кафедри
філософії ДВНЗ ПДАБА,
протокол № 11 від 11.06.2019
Зав. кафедри Білополий В.В.

*З найбільшими та найважливішими
труднощами людське пізнання
зустрічається саме в тому розділі
науки, який говорить про виховання
й навчання.*

М.Монтень

Передмова

Ні для кого не секрет, що будь-яке навчання, а особливо професійне, - нелегка справа. Це пов'язано з численними причинами організаційного, методичного та психологічного характеру. Існують як загальні труднощі, типові для всіх курсів, так і особливі, характерні тільки для певних категорій студентів, наприклад стресові стани, що виникають під час семінарів.

Але особливо вразливими у багатьох відношеннях є студенти першого курсу. І від того, як здійснюється перехід від «школярства» до нормального студентського життя, залежить ефективність подальшого навчання і самопочуття першокурсника. Перший курс може стати точкою опори для студента, а може привести його до різних деформацій у поведінці, спілкуванні та навчанні. Великий відсоток відрахованих з першого курсу зовсім не обов'язково пов'язаний з тим, що студенти не мають достатніх інтелектуальних і творчих здібностей. Часто це трапляється зі студентами, які з об'єктивних чи суб'єктивних причин не змогли визначитися в нових умовах, не готові до самостійного життя, мають ідеалізовані уявлення про цей вид навчання, зі студентами, яким важко дається перехід до спілкування з

новими людьми. Першокурсники, які звертаються за допомогою, скаржаться на різні негативні переживання, пов'язані з труднощами в навчанні, в спілкуванні з новим колективом - групою і новими викладачами, іноді відзначають стан занепаду сил, заплутаності і нездатності вирішити, за що братися. Буває, що виникає бажання кинути навчання або ж змінити групу, тобто студент просто тікає від проблем замість того, щоб спробувати вирішити їх. І ми маємо допомогти йому з'ясувати причини ускладнень, знайти шляхи вирішення проблем і сприяти вдосконаленню особистості студента.

Перші кроки

Отже, вчорашній школяр став нарешті студентом. Стихає перша бурхлива радість з приводу зарахування, і він занурився в абсолютно нове життя, незнайоме, незвичне. Він знає, що студентське життя - дуже цікавий, насичений подіями час. Все так. Але цю «романтику» часто затуляють собою явища звичайні, з яких складається повсякденність.

Ломка динамічних стереотипів при переході від шкільної до системи навчання у вищій школі, зміна побутових умов для іногородніх студентів, нове соціальне середовище - усе це супроводжує першокурсника і вимагає формування психологічних механізмів адаптації особистості вчорашнього школяра до нових умов життя і діяльності. Цей процес найчастіше буває болісним, викликає стресові ситуації, занижену самооцінку або, навпаки, бажання

самоствердитися в новому колективі з проявами девіантної поведінки (розв'язність, зухвалість, алкоголь, нікотин, наркотики).

У нашому дослідженні ми розглядали адаптацію першокурсника до вищого навчального закладу як багатовекторну модель, що складається, принаймні, з наступних складових:

- Організаційна;
- Академічна (дидактична);
- Соціально-психологічна.

Тривалість цього процесу не завжди обмежується першим роком навчання. Іноді адаптація студента до нових умов, створення колективу групи продовжується протягом і другого року навчання.

Організаційна складова процесу адаптації

Організаційна складова процесу адаптації пов'язана, перш за все, з одержанням студентом інформації про розклад занять, місце знаходження аудиторій, бібліотек, кабінетів і лабораторій, консультації викладачів, організацію навчального процесу і контролю (ці ускладнення в перші місяці навчання в університеті відзначили 95% опитаних).

Саме цю складову процесу адаптації першокурсника ми можемо оптимізувати зусиллями куратора, деканату і викладачів, що працюють з I курсом. Точність і своєчасність подачі даної інформації сприяє можливості організувати й спланувати свою діяльність тим студентам, у яких вже в період шкільного навчання були сформовані на рівні особистісних властивостей уміння планувати свою роботу,

організованість і відповідальність. Однак слід зазначити, що здатність людини до свідомої регуляції своєї поведінки в 17-18 років сформована не повною мірою, що ми і спостерігаємо у переважній більшості першокурсників. Навчання елементам самоменеджменту, плануванню своєї навчальної діяльності могли б виконувати куратори у співдружності з психологічною службою.

Найважче доводиться іногороднім студентам:

- якщо живуть в гуртожитку, то спільно або вчаться, або не вчаться, до того ж в кімнаті;

- на кілька осіб припадає одна зона для занять, і її якось доводиться ділити;

- якщо живуть на квартирі, то доводиться себе змушувати вчити, так як немає зовнішнього контролю батьків;

- до того ж іногороднім студентам доводиться частіше вирішувати побутові питання: варити, прати, прибирати, і на це теж йде багато часу і сил.

Ми пропонуємо кураторам зробити план розташування аудиторій і служб академії й надіслати всім першокурсникам. Не проходите повз зграйки «новоспечених» студентів, які непорозуміло озираються в коридорах в пошуках аудиторій, навіть якщо це не ваша група і не ваш факультет. Допоможіть, роз'ясніть!

Психологічна служба пропонує провести першу кураторську годину у форматі самопрезентації кожного зі студентів і куратора. Психолог може допомогти створити більш невимушену атмосферу, розповісти про закони першого враження, невербальну комунікацію.

Академічна (дидактична) складова адаптації

Найважливіші труднощі у навчанні на першому курсі – це обсяг навчального матеріалу, який значно перебільшує програму одного року в школі. Підручників, які повністю відповідають програмі, як правило, немає. Доводиться користуватися декількома джерелами, в яких до того ж окремі питання можуть бути викладені з використанням різних підходів. Основне значення набувають пошук, переробка і розуміння інформації. Найважливіший джерело інформації - це лекційний матеріал. Але на жаль, більшість першокурсників не мають навичок конспектування. І цьому треба вчитися.

Основні навички й уміння самостійної роботи повинні формуватися в середній школі, однак найчастіше цього не відбувається. Базові інтелектуальні уміння (розумові операції), необхідні для успішного навчання у вищому навчальному закладі, у багатьох першокурсників відсутні: способи змістовної переробки тексту, пошуку інформації, систематизації, класифікації, аналізу, порівняння, узагальнення. Високий рівень загального інтелектуального розвитку, пам'яті, мислення, сприйняття, уявлення, уваги також залишається ідеальною моделлю студента, що незначно корелює з реальним рівнем розвитку пізнавальних психічних процесів у першокурсників. Не володіючи цими вміннями, першокурсник не в змозі переробити запропонований обсяг інформації (особливо ту частину, що відведена на самостійне вивчення). Результати

дослідження свідчать, що завдяки зусиллям викладачів, матеріал лекції вважають зрозумілим 67% опитаних, 90% вважають, що вони вміють конспектувати лекцію, хоча в дійсності це виявляються записи під диктування в повільному темпі. Конспектувати ж матеріал першоджерела, писати реферати вміють, за їх власною оцінкою, 51% опитаних.

Саме цей вектор процесу адаптації першокурсника є, на наш погляд, ключовою ланкою у формуванні цілісної соціально-професійної компетенції майбутнього фахівця, її інтелектуального й особистісного рівня.

Інакше здійснюється й контроль і оцінювання навчальної діяльності у вищі. Першокурсник поки що не знає конкретних вимог: як вчити, скільки вчити, що означає «знати матеріал».

Така постановка питання вимагає спеціальної програми навчання способом інтелектуальної діяльності, спеціальних завдань для розвитку розумових операцій, когнітивних процесів, організації своєї навчальної діяльності. Усе це може бути змістом навчальної дисципліни "Введення у вищу освіту", "Мистецтво учіння" (або з іншою назвою), обов'язкової для першокурсників в I семестрі. Перенесення центра тяжиння зі запам'ятовування інформації на її осмислення також є важливою задачею для викладачів, що працюють на I курсі. Особливо важливою є така організація контролю, яка має перенести акцент із репродуктивної форми відтворення матеріалу на продуктивну (маючи на увазі, що будь-який самостійний розумовий акт можна розглядати як продуктивну дію), на питання застосування отриманих знань у ситуаціях майбутньої професійної діяльності, аналіз і логіку доказів. В особистісному плані основним стає розвиток

рефлексії студента, усвідомлення себе суб'єктом діяльності. Психолого-педагогічною базою формування таких особистісних якостей є *посилення діалогічності навчання, застосування педагогом інтерактивних форм і методів навчання, протягом яких здійснюється зворотній зв'язок між студентами і викладачем, і студент має можливість відстоювати свої погляди (або вчитись цьому). Не меншу роль грає таке педагогічне спілкування, під час якого викладач демонструє довіру, доброзичливість, віру в можливості студента, готовність до підтримки, надання допомоги. Створення таких зовнішніх умов є з однієї сторони психологічною профілактикою стресу в студентському середовищі, а з іншого боку - знімає блокування інтелектуальних можливостей індивіда, створює позитивну мотивацію навчальної діяльності й особистісного розвитку.*

Психологічна служба пропонує провести семінари-тренінги розвитку пам'яті, уваги, мислення, інтелекту в кожній групі. Також ми запрошуємо на індивідуальні консультації як студентів, так і кураторів, щоб з'ясувати академічні проблеми і знайти дидактичні шляхи їх розв'язання.

Соціально-психологічна складова адаптації

Ця складова характеризується атмосферою, яка панує у стосунках студентів групи, спілкуванні з куратором і викладачами. Це комфортне чи дискомфортне самопочуття кожного студента, це створення колективу в групі.

Перший рік навчання - це етап цілісного розвитку особистості, входження в нову соціальну роль. Як показують наші дослідження, психічний стан першокурсника в цей період може характеризуватися: ейфорією від того, що він вступив до вищого навчального закладу (29%), тривожністю (59%), сумом про те, що поруч немає гарних друзів (15%), звичного шкільного оточення, однокласників (37%). Бажання стати повноцінним членом нового колективу може гальмуватися як особистісними особливостями (боязливість, невміння спілкуватися, відсутність ініціативи), так і браком інформованості про позааудиторні заходи, студентське самоврядування, роботу клубів, секцій, центрів.

Саме на куратора покладена відповідальна місія: допомогти створити колектив навчальної групи, виявити індивідуальні особливості студента, що допоможе включити його в нове коло спілкування, надасть можливість уникнути дезадаптаційного синдрому, зробити процес адаптації більш рівним і психологічно комфортним.

Тривожним показником виявився той факт, що вже в 21% опитаних першокурсників з'явилися сумніви в правильності вибору фаху, що є свідченням недостатньої серйозності при виборі спеціальності. Основними причинами цього факту ми вважаємо, перш за все, недоліки в профорієнтаційній роботі і, як наслідок:

- неадекватність уявлень про обрану професію у випускників середніх шкіл і абітурієнтів характеру реальної професійної діяльності;

- незнання професійно значущих якостей, необхідних представнику тієї або іншої професії і невідповідність психологічних характеристик студента психологічним аспектам професійної діяльності;

- об'єктивний процес поглиблення і розширення професійних знань у процесі навчання, що висуває нові вимоги до способів інтелектуальних дій за умови їх недостатньої сформованості у студента.

Проте свою роль можуть грати і ті фактори, що знаходяться в компетенції викладацького складу вищого навчального закладу: освітні технології, що застосовуються в конкретній освітній системі, у даному навчальному закладі, особистість педагога-викладача, індивідуальний стиль педагогічної діяльності, неефективна організація студентської практики.

Психологічна служба рекомендує провести в групі тренінг-антистрес, тренінги спілкування, круглі столи «Я – цілий світ», «Психологія кохання», «Особливості чоловічої та жіночої психології», а також індивідуальні консультації психолога з особистих проблем.

В залежності від кількості студентів у групі куратор може ініціювати круглі столи в одній групі, або разом з іншою групою. Це надасть можливість першокурсникам познайомитися з однолітками іншого факультету або групи.

Розвиток творчої особистості

Необхідною умовою процесу адаптації першокурсника до вищого навчального закладу є розкриття творчого потенціалу кожного студента, розвиток його креативності. Ми розуміємо креативність як потенційні творчі здібності і можливості студента, не завжди вже виявлені в даний момент часу, у даній ситуації. Діагностика креативності залишається складним питанням навіть для професіоналів. Та психолого-педагогічні дослідження в цьому напрямку допомогли сформулювати ряд положень, що, на наш погляд, є основними в особистісно-орієнтованій концепції сучасної освіти: *установка і віра викладача у високий творчий потенціал особистості кожного студента; розвиток креативності студента в процесі діяльності: впровадження в процесі навчання таких прийомів, форм і методів його організації, що використовують проблемні ситуації, сприяють розвитку продуктивного, творчого мислення, творчої уяви; розвиток і формування особистісних аспектів креативності: інтелектуальної ініціативи, вольової саморегуляції, стійких емоційних станів задоволення від напруженої роботи, радості творчості.*

Особливо хочу відзначити, що сам процес творчості - могутній спосіб психологічного захисту особистості, профілактики негативних наслідків стресогенних ситуацій. Цей процес дає ні з чим не зрівняне емоційне задоволення, можливість відчувати той стан натхнення, який, відчувши одного разу, людина прагне повторити знову і знову. Творчість і творча діяльність - єдине ефективне щеплення проти епідемії культу споживання, що роз'їдає особистість.

І, нарешті, варто підкреслити, що всі інноваційні технології, активні методи і форми навчання повинні задовольняти головній умові: **бути здоров'язберігаючими**. Особливо важливе виконання цієї вимоги в роботі зі студентами 1-го і 2-го курсу. У цьому віці юнакам і дівчатам властива як неадекватна самооцінка, так і неадекватна оцінка цілей тієї або іншої навчально-виховної дії. Невміння оцінити наслідки антиприродних факторів, що впливають на власне здоров'я, спричиняє невідання організувати **здоровий спосіб життя**. Наслідком цього є неможливість ефективного протікання багатьох психічних процесів, що є базою навчальної пізнавальної діяльності. Це вкрай важливо для збереження як біологічного, так і психічного, психологічного здоров'я особистості. З психологічних і психофізіологічних факторів, що впливають на процес навчання, особливо треба підкреслити необхідні вимоги психогігієни інтелектуальної праці:

- заняття в непровітрених, задушливих приміщеннях не тільки неефективні, але й негативно впливають на протікання більшості психофізіологічних процесів;

- розкрити свої творчі можливості, сформувати позитивну пізнавальну мотивацію студент може тільки в доброзичливій спокійній атмосфері, відчуваючи зацікавленість у його вдосконаленні, прагнення до розуміння його емоційного стану, його роздумів, його проблем;

- естетичне сприйняття навколишнього оточення має не тільки стимулюючий вплив на процеси сприйняття, мислення, запам'ятовування, уяви, але і формує стійкий зв'язок морального і естетичного компонентів поведінкового репертуару особистості.

Психологічна служба успішно проводить тренінги креативності та тренінги-антистрес для тих, хто висловлює зацікавленість у своєму розвитку та вдосконаленні. Для викладачів також пропонуємо тренінги протидії емоційному вигорянню.

Оптимізація процесу адаптації першокурсника

Підсумуємо вищезазначене. Основна мета оптимізації процесу адаптації студента до вищого навчального закладу – це створення умов розвитку, самовдосконалення і розкриття творчого потенціалу особистості студента. Це основний критерій оцінювання організації освітянського процесу і діяльності всіх, хто безпосередньо спілкується зі студентами. Можливі шляхи мінімізації незадоволеності майбутньою професією, підвищення професійної мотивації в процесі навчання ми бачимо такі:

- впровадження науково обґрунтованих інноваційних технологій навчання, пошук нових форм, методів навчання та їх комбінація із традиційними відповідно до навчальних задач, психологічних особливостей студента і процесу навчання;

- індивідуалізація навчання (формування індивідуального стилю діяльності неможливо здійснити без знання вікових особливостей студента, можливостей його інтелектуального, емоційного, особистісного розвитку);

- посилення, як фундаментальності освіти, так і зв'язку навчальних дисциплін із прикладними задачами сучасної науки, культури, виробництва;

- створення в університеті атмосфери пріоритету знань, інтелекту, духовних цінностей, творчості як альтернативи споживацькій психології технократичної цивілізації;

- психологічне забезпечення методичної роботи у вищому навчальному закладі, вибору форм виховної роботи, процесу адаптації першокурсників, можливості індивідуальної роботи зі студентами для розв'язання проблемних ситуацій особистісного плану;

- ефективна інформація студентів про всі можливості, що надаються навчальним закладом і громадськими організаціями.

Підвищення мотивації і, як наслідок, зацікавленості і працездатності дозволяє компенсувати недостатній розвиток пізнавальних психічних процесів і інтелектуальних умінь учорашнього школяра. От чому **мотивація - перший і обов'язковий компонент у структурі навчальної діяльності** і перша вимога до планування й організації навчальних занять викладачем. Саме мотиви визначають особистісний зміст навчальної діяльності студента. Вони стають основним важелем підвищення ефективності навчальної діяльності, не виключаючи тих випадків, коли навчання для студента є засобом досягнення інших цілей (одержання престижної професії, конкурентноздатності на ринку професійних послуг і т.д.). Саме мотиваційний аспект стає першочерговим в конструктивній частині діяльності педагога в умовах різкого скорочення аудиторних годин на вивчення низки дисциплін, головним чином гуманітарних.

Таким чином, особистісно-діяльнісний, особистісно-орієнтований підхід вимагає використання в процесі навчання таких способів, активних форм і методів його організації, що застосовують проблемні ситуації, вправи на розвиток продуктивного і творчого мислення, індивідуалізацію рівня навчальних задач відповідно до границі зони найближчого розвитку і зони актуального розвитку студента.

Мета створення середовища, що впливає на формування ієрархії ціннісних орієнтацій особистості студента – це **створення атмосфери**, яку відчуває (або не відчуває) колишній школяр, здобувши нову якість – студент вищого навчального закладу. *В цьому процесі багато складових: що вважають найвищими цінностями викладачі, керівництво факультету, університету; як спілкуються зі студентом усі, з ким він зустрічається у вищому навчальному закладі; що вважається престижним, цікавим у студентському середовищі.* Але є і інший аспект. Навколишнє середовище завжди містить більше інформації, ніж ми здатні свідомо зареєструвати і зрозуміти, але впливає воно як єдине ціле. Символічні значення середовища передають нам і мотиваційну інформацію, що може стати відправною точкою в прийнятті рішень. Чистота і естетично витончене оформлення приміщень, форми і види альтернативних занять, творчих об'єднань, мистецьких, спортивних секцій і головне: чи дотримується університет в повсякденному житті тих принципів, що були задекларовані – *пріоритет гуманістичних цінностей, суб'єкт-суб'єктних відносин в педагогічному процесі, відповідальність за виконання основних цілей освітянського процесу і культури спілкування.* А університет – це ми, всі, хто тут вчиться і працює. Отже, немає дрібниць в створенні в університеті атмосфери

пріоритету духовних цінностей, знань, інтелекту, творчості, інтелігентності.

Отже, ми бачимо такі шляхи вирішення зазначених проблем:

- психолого-педагогічна підготовка кураторів студентських груп;
- впровадження інноваційних технологій в педагогічному процесі;
- підвищення психолого-педагогічної кваліфікації викладацького складу вищого навчального закладу;
- робота з обдарованою молоддю, розвиток креативності студентів в процесі навчання;
- розвиток студентської ініціативи і самоврядування;
- психологічне забезпечення методичної і навчально-виховної роботи у вищому навчальному закладі;
- психологічне супроводження розвитку особистості студента в процесі навчання: опанування навичок самостійної роботи, комунікативних навичок, розкриття психологічних особливостей розвитку власного творчого потенціалу, розв'язування особистісних проблем.

Література

1. Складановська М.Г. Інноваційне навчання: активізація пізнавальної діяльності студентів: навч. посіб. [Текст] / М.Г. Складановська. – 2-е вид., доп. – Д.: ПДАБА, 2012. – 108 с.

2. Складановська М.Г. Поліфункціональна модель оптимізації процесу адаптації студента до вищого навчального закладу. [Текст] / М.Г. Складановська. – Вісник ДНУ. Педагогіка і психологія. 2007

Додаток

Основні психологічні особливості юнацького віку (за Л.Д.Столяренко)

Ранній юнацький вік (14-18 років)

- Формується самосвідомість – уявлення про себе, самооцінка своєї зовнішності, розумових, моральних та вольових якостей;
- Відбувається співвіднесення себе з ідеалом, з'являється можливість самовиховання;
- Зростає вольова регуляція;
- Зростають концентрація уваги, об'єм пам'яті, сформовано абстрактно-логічне мислення;
- Формується власне світосприйняття як цілісна система поглядів, переконань, знань;
- Максималізм суджень, створення власних теорій життя, кохання, політики;
- Прагнення до ствердження своєї незалежності, оригінальності;
- Нехтування порадами дорослих;
- Критицизм;
- Прагнення здобути професію;
- Схильність до впливу однолітків, конформізм;
- Закінчується статеве дозрівання;
- Виникають почуття першого кохання, дружби;

- Відбувається істотна перебудова емоційної сфери;
- Недостатнє усвідомлення наслідків своїх вчинків.

Пізній юнацький вік (18-25 років)

- Зрілість у розумовому та моральному відношенні;
- Відчуття нового;
- Сміливість, рішучість;
- Здатність до тривалого захоплення;
- Оптимізм;
- Самостійність;
- Прямолінійність;
- Сформоване світосприйняття;
- Критичність і самокритичність, суперечлива самооцінка;
- Скептичне, іронічне відношення до викладачів і режиму навчального закладу;
- Зберігаються максималізм та критичність, негативне ставлення до думки дорослих;
- Неприйняття лицемірства, брутальність;
- Пік інтелектуальних, пізнавальних можливостей;
- Прийняття відповідальних рішень: вибір та оволодіння професією, вибір стиля і місця в житті;
- Вибір супутника життя, створення своєї сім'ї, активність в сексуальній сфері.