

РЕКОМЕНДАЦИИ КУРАТОРУ

ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ СО СТУДЕНТАМИ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

Для куратора период адаптации — это «золотое время», когда можно заложить фундамент групповой идентичности. Если упустить первые 2–3 недели, группа распадётся на микрогруппы по интересам и переформатировать их будет крайне сложно.

Этап 2. «Общее дело» (1–2 неделя)

Сплочение происходит только через совместное преодоление малых трудностей.

- **Квест «Знакомство с корпусом»:** Разделите группу на 3–4 микрокоманды. Дайте задание найти самую старую аудиторию, сосчитать ступеньки на входе, сфоткать самого сурового преподавателя. Соревновательный момент и совместный поиск информации сближают быстрее.
- **Акция «Визитка группы»:** За 3 дня создать общий герб или флаг группы (физический, на ватмане). Каждый рисует свой символ в общем поле. Это даёт чувство сопричастности к общему результату.
- **Запрет на «умников»:** Пресекайте попытки отдельных студентов критиковать других за медлительность. Вводите правило: «Мы помогаем тем, кто слабее».

Этап 1. «Снятие неопределённости» (1–3 день)

Главный враг адаптации — страх и незнание правил. Сплочение начинается с безопасности.

- **Правило «Прозрачности»:** В первый же день выдайте не просто расписание, а «Карту навигатора»: где поесть, где копировать, где психолог, какие фразы нельзя говорить преподавателям (сленг), как оформлять пропуска. Когда базовые бытовые вопросы сняты, энергия идёт на общение, а не на тревогу.
- **Игра «Снежный ком»** (усложнённая): Не просто «назови имя и хобби», а пусть каждый второй называет имя предыдущего и своё. Это заставляет слушать, а не ждать своей очереди.
- **Кураторский «честный разговор»:** Расскажите 2 факта о себе: один профессиональный, один неловкий (про ваш страх на 1 курсе). Уязвимость куратора снижает барьер «преподаватель-студент» и создает эмпатию.

Этап 3. «Эмоциональный якорь» (3–4 неделя)

В это время наступает кризис — наваливается учебная нагрузка, появляются первые двойки.

- **Флешмоб «Комплимент»:** В конце каждой кураторской встречи каждый студент кидает в шляпу бумажку с комплиментом одногруппнику (не тому, с кем дружит, а тому, с кем ещё не говорил). Куратор зачитывает. Это мгновенно снимает напряжённость и повышает статус тихонь.
- **Контроль «Группового фона»:** Если видите, что двое поссорились, не разбирайте их наедине. Соберите всю группу на 5 минут и дайте задание, которое можно решить только в паре «обиженный + обидчик» (например, перенести стулья). Действие гасит конфликт быстрее слов.



КРИТИЧЕСКИЕ ОШИБКИ КУРАТОРА (ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ)

Сфера 1. Эмоционально-личностная (Самая опасная)

Ошибка 1. Гиперопека («Мамочка-куратор»).

Вы решаете за студентов все бытовые вопросы: бегаєте, восстанавливаете пароли, звоните родителям по поводу оценок, носите им справки.

- **Последствие:** Студенты инфантилизируются к концу первого семестра. Любая трудность вызывает у них ступор и агрессию на вас («Почему вы не предупредили?»). Вы формируете не студентов, а "вечных детей".

Ошибка 2. Панибратство («Свой парень»).

Вы добавляете в друзья в Instagram, обсуждаете других преподавателей на равных.

- **Последствие:** В момент, когда вам нужно будет сделать административное замечание (за пропуски или долги), они скажут: «Ты чё, мы же друзья? Ты нас сдаёшь?». Авторитет куратора падает, управлять группой станет невозможно — студенты начнут вами манипулировать через эмоциональную связь.

Ошибка 3. Игнорирование собственного выгорания.

Вы тащите все проблемы группы домой, не спите ночами, отвечая на тревожные сообщения в 00:00.

Последствие: В конце октября вы превращаетесь в "злого куратора". Срываетесь на студентах из-за пустяков. Группа чувствует вашу раздражённость и начинает защищаться (агрессия или игнор). Сплочение сменяется отчуждением, так как студенты видят, что куратор их "не вывозит".

Сфера 2. Коммуникативная (Как мы говорим)

Ошибка 4. Публичный разнос («Разбор полётов» при всех).

Вы при всех отчитываете студента за плохое поведение, глупый вопрос или невыполненное задание.

- **Последствие:** У студента включается психологическая защита «Терминатор». Он замыкается и перестаёт задавать вопросы вообще (даже по делу). В группе формируется устойчивая ассоциация: «Куратор = опасность, публичный позор». В итоге вы теряете канал обратной связи — проблемы замалчиваются, пока не становятся критическими (отчисление).

Ошибка 5. Использование общих фраз вместо конкретики.

Вместо точных указаний вы говорите: «Слушайте, ну будьте повнимательнее», «Постарайтесь лучше», «Вы же взрослые люди».

- **Последствие:** Для первокурсников, которые ещё не знают "правил игры" в вузе, это фоновый шум. Они не понимают, что именно нужно делать. Это порождает тревогу и чувство вины без причины. Группа начинает считать куратора некомпетентным и абстрактным болтуном.

Ошибка 6. Сравнение с предыдущими («А вот в прошлом году...»).

Последствие: Группа получает посыл: «Вы хуже, мы вас не любим». Это убивает чувство уникальности и коллективное достоинство. Вместо того чтобы сплотиться против трудностей, группа сплывается **против вас**. Формируется «групповая оппозиция», которая делает всё назло.



КРИТИЧЕСКИЕ ОШИБКИ КУРАТОРА (ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ)

Сфера 3. Организационно-структурная (Системные ошибки)

Ошибка 7. Отсутствие "Первых трёх дней".

Вы не даёте чёткого навигатора (кто есть кто в деканате, где какие кабинеты, как писать заявки) в первый день, надеясь, что они разберутся сами.

- **Последствие:** Хаос. Самые "шустрые" находят информацию и становятся неформальными лидерами, но часто выдают искаженные данные. "Тихие" теряются и чувствуют себя брошенными. К концу недели у вас будет очередь из 10 человек с одним и тем же вопросом, и вы потратите на рутину в 10 раз больше времени, чем сэкономили.

Ошибка 8. Формальный кураторский час («Зачитывание приказов»).

Вы используете единственный час общения в неделю только для оглашения расписания, приказов и профсоюзных взносов.

Последствие: Студенты записывают вас в разряд «скучный чиновник». На ваши собрания перестают ходить (или сидят в телефонах). Вы теряете **единственное легальное время**, когда можете транслировать ценности и снимать тревожность. Группа остаётся без эмоциональной «прививки» и начинает паниковать по любому мелкому поводу.

Сфера 4. Стратегическая (Ошибки на вырост)

Ошибка 9. Игнорирование неформальных лидеров.

Вы общаетесь только со старостой и не замечаете студентов, за которыми фактически идёт вся группа.

Последствие: Вы теряете рычаги влияния. Если вы не "подружили" лидера с собой, он уведёт группу в оппозицию. Любой ваш приказ будет саботироваться через этого лидера. Вместо того, чтобы управлять группой через лидера, вы начинаете воевать с группой.



Ошибка 10. Тактика "Спасательного круга" в конфликте.

При первой же ссоре между студентами вы вызываете обоих на ковёр и начинаете их мирить, выяснять, кто прав, кто виноват.

Последствие: Вы берёте на себя ответственность за их взрослые отношения. Теперь при любом конфликте они будут бежать к вам с жалобами, вместо того чтобы договариваться самим. Вместо сплочения вы формируете иждивенческую модель решения споров.



ЗОЛОТАЯ ФОРМУЛА ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ОШИБОК

**«МЯГКОЕ СЕРДЦЕ, ТВЁРДЫЕ ГРАНИЦЫ,
ЯСНЫЕ ИНСТРУКЦИИ».**

Период адаптации — это не время для дружбы и не время для диктатуры. Это время **контракта**. Вы говорите студентам: «Я даю вам карту, вы несёте ответственность за свой маршрут. Если свернёте в лес — я приду с фонариком, но выкарабкиваться из болота будете сами. И это нормально. Я в вас верю». Эта позиция исключает 90% перечисленных ошибок.

ИТОГОВЫЙ РЕЦЕПТ СПЛОЧЕНИЯ

Сплоченная группа = Общая цель (сдать сессию, получить диплом) + **Общие ритуалы** (приветствие, фишки) + **Общие трудности** (решенные вместе).

Ваша ключевая фраза в период адаптации:

«Я ЗДЕСЬ НЕ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ВАС КОНТРОЛИРОВАТЬ. Я ЗДЕСЬ, ЧТОБЫ ВЫ НЕ БОЯЛИСЬ ОШИБАТЬСЯ В БЛИЖАЙШИЕ МЕСЯЦЫ. ОШИБАТЬСЯ БУДЕМ ВМЕСТЕ, ИСПРАВЛЯТЬ — ТОЖЕ».

Это снимает перфекционизм и разрешает студентам быть уязвимыми друг перед другом, а это и есть база доверия.

Предыдущие рекомендации делали акцент на **сплочении группы** (горизонтальные связи).

Теперь сфокусируемся **на вертикали**: ваше прямое взаимодействие «**Куратор → Студент**» и «**Куратор → Группа**» в период адаптации.

Здесь главное — найти тонкий баланс между «надёжной опорой» и «постепенным отпусканием».

Дальше— тактическая матрица взаимодействия.



ТАКТИЧЕСКАЯ МАТРИЦА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

БЛОК 1. СТРАТЕГИЯ «ТРЁХ РОЛЕЙ» (ПЕРЕКЛЮЧАЙТЕСЬ)

В первую неделю студенты видят в вас Родителя (спасателя). На второй — Полицейского (контролёра). Ваша задача — сознательно занять роль Наставника-Эксперта.

«Спасатель»: включать только в экстренных случаях (потерял документы, истерика, здоровье). «Я решаю этот вопрос сейчас, но в следующий раз ты знаешь алгоритм...»

«Администратор»: включать безэмоционально при срыве дедлайнов, пропусках. «Факт нарушения зафиксирован. Последствия — согласно регламенту».

«Наставник» (основной): включать 80% времени. Обсуждение выбора, карьеры, лайфхаков. «Я не скажу тебе правильный ответ, но я покажу, где искать и какие вопросы задать преподавателю».



БЛОК 2. ПРИНЦИП «ОТКРЫТОГО ОКНА» (ДОСТУПНОСТЬ БЕЗ ВТОРЖЕНИЯ)

Студенты боятся идти к куратору, потому что думают: «Я отвлекаю его по пустякам».

- **Правило 15 минут:** Объявите публично: «Я всегда на связи в мессенджере, но на сложные вопросы отвечаю в личном кабинете/аудитории каждую среду с 16:00 до 16:30, без записи. Приходите с любым вопросом, даже если он кажется глупым».
- **Эффект «Лифта»:** Если вы встретили студента в коридоре, не спрашивайте «Как дела?». Спросите конкретно: «Как успехи по биохимии? Итог сдал?». Это показывает, что вы помните их учебную траекторию.



БЛОК 3. ТЕХНИКА «АКТИВНОГО СЛУШАНИЯ» (КАК РАБОТАТЬ С ТРЕВОГОЙ)

Адаптация — это паника от непонимания требований системы. Не давайте советов, пока не выслушаете.

- **Пауза:** Когда студент жалуется («Препод зверь»), не обесценивайте. Скажите: «Я слышу твоё раздражение. Это действительно сложный предмет. Что именно в его требованиях вызывает ступор?».
- **Парафраз:** Пересказывайте жалобу своими словами. «Правильно ли я понял, что ты боишься не сдать, потому что там устный опрос, а ты не высыпался?». Когда студент слышит свою проблему в чужом пересказе, он начинает видеть решение сам.

БЛОК 4. ПРАВИЛО «ТРЁХ КАСАНИЙ» (ПЕРСОНАЛЬНЫЙ КОНТАКТ)

В период адаптации каждый студент должен получить от вас

3 персональных касания (не публичных):

Касание 1 (Сила): «Саша, я видела твоё школьное портфолио с эссе. На кафедре социально-гуманитарных наук это очень пригодится, не бросай».

Касание 2 (Забота): «Лена, ты сегодня бледная. Если хочешь, после пары я дам тебе номер врача в поликлинике, не стесняйся».

Касание 3 (Вызов): «Дима, я заметил, что ты быстро решаешь тесты. Может, попробуешь себя в олимпиаде? Я дам ссылку».

Эти три фразы (сказанные в коридоре за 30 секунд) работают сильнее, чем часовая нотация на собрании.

БЛОК 5. РАБОТА С «ТИХИМИ» И «ГРОМКИМИ» (ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ)

В группе есть экстраверты, которые постоянно пишут в чат, и интроверты, которые молчат и в чате, и в жизни.

- **Для «Громких»:** Давайте им публичные поручения (ответственный за культмасс). Но строго пресекайте, если они перебивают других на ваших встречах. Фраза: «Спасибо, Петя, теперь давай слушаем тех, кто ещё не высказывался».
- **Для «Тихих»:** Взаимодействуйте только в письменном виде (личные сообщения) или наедине. Не вызывайте их публично к доске при всей группе в период адаптации — это травма. Спросите: «Тебе удобнее, если я буду присылать важное тебе лично, или тебе ок в общем чате?». Дайте им право выбора канала связи.

ПОДГОТОВЛЕНО СППС ОЦВР

ТАКТИЧЕСКАЯ МАТРИЦА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ



БЛОК 6. ГРАНИЦЫ: «ЭМПАТИЯ, НО НЕ ДРУЖБА»

Самая частая ошибка молодых кураторов — стать «своим парнем».

- **Жёсткое правило:** Не добавляйте студентов в друзья в личных соцсетях до конца первого семестра. Создайте отдельный рабочий аккаунт или чат.

Фраза-якорь: «Я всегда на вашей стороне, но моя задача — чтобы вы прошли этот путь самостоятельно. Поэтому иногда я буду говорить "нет" вашим просьбам. Это не потому, что я злая, это потому, что так надо для вашего роста».

- Когда вы **говорите «нет»** (например, на просьбу отмазать от пары), делайте это **максимально сухо и кратко**, без объяснений. Объяснения порождают торг.

ГЛАВНЫЙ ПРИНЦИП – ИТоговый

«ЖЁСТКОСТЬ В СИСТЕМЕ, МЯГКОСТЬ В ОБЩЕНИИ».

У вас должны быть железные регламенты (по срокам сдачи, пропускам, форме одежды), но в момент личной беседы ваше лицо должно выражать **принятие**.

Сплочение через вас происходит тогда, когда студент знает: «Куратор меня не бросит в беде, но и не потащит на себе — он даст мне весло и покажет, куда грести».