

Воздушный раздел Рэм ИУНОВ

# С И Н У С — ЭТО...

ВЫПУСК ШЕСТОЙ



Рис. В. ИВАНОВА

## ИЗУЧАЕМ СЕБЯ

за театральными премьерами, книжными и музыкальными новинками.

— Что ж, свой опыт мы приобрели сами, — сказал член комитета комсомола института, председатель совета студентов-наставников Валерий Вакуленко. — Задумались как-то: вот, пришло новое поколение студентов. Многие поступившие приехали из маленьких городов, деревень и сел, как они чувствуют себя в таком крупном культурном центре, как Ленинград? И выяснилось, что большинство из них теряется от нахлынувшего потока информации — так хочется все успеть. Мы решили помочь им. Конечно, идея шефства старшекурсников над младшекурсниками не нова. Она существует давно, и называют таких студентов по-разному. В Ленинградском политехническом институте, например, действуют студенты-кураторы. Дело, конечно, не в названии. Анализируя практику их работы, мы убедились, что в основном шефство сводится к помощи в учебной работе. Но почему? Ведь многим нужен именно наставник — в широком смысле этого слова, то есть человек, к которому можно обратиться по любому поводу. Практика подсказала, что вопросы отнюдь не ограничиваются учебной программой.

Так появились у нас студенты-наставники, работу которых возглавил комсомольский совет. Для нашего вуза это было особенно актуально, потому что студенты младших курсов у нас учатся теперь все на одном общинженерном факультете, который даже «географически» помещается в другом месте — в Ульянке. Вот и встает о них там в собственном соку, как Нина К., приславшая в журнал письмо. Она признает, что именно старшекурсники помогли ей сделать первый шаг в познании мира. Но это было ведь случайно. А будь рядом с ней и дальше такой студент, она спрашивалась бы и с дальнейшими задачами,

например, поняла бы, как совместить занятия в вузе и серьезное самообразование. Почему я говорю с такой уверенностью? Потому что у нас уже есть, правда, еще небольшой, опыт такого плана. Многие первокурсники открыли для себя Золотой фонд Эрмитажа, богатства Русского музея не без участия наставников. Нет, это были не организованные походы, на которые и идти-то не очень хочется, а, если можно так сказать, «камерные» выходы по несколько человек, когда можно остановиться у той или иной картины, не боясь, что тебя осмеют за незнание, спросить наставника о том или другом художнике. Такие экскурсии не самоцель. Но они во многом способствуют созданию атмосферы взаимопонимания между студентами старших и младших курсов, доверия к наставнику, его советам. И тогда его опыт в организации учебы, досуга, приобретенный им за годы учебы, без сомнения, берется на вооружение первокурсниками. Естественно, критически оцененный. Как видите, польза от этого обобщалась. И старшекурсник вынужден по-другому посмотреть на свою учебу, на свой собственный опыт.

К сожалению, сегодня мы еще работаем на эмпирическом уровне. Но практика показывает — пора ценнее в работе наставников обобщать, рекомендовать другим, начинающим, шефам. Общественная «должность» наставника в нашем вузе пользуется большим авторитетом. Она — своеобразный показатель роста самих старшекурсников. И если ты именной стипендиат и не наставник, то это заставляет твоих сокурсников задуматься: а почему? Задаст себе такой же вопрос и «отличный» студент. Значит, не все у него в порядке.

Конечно, проблем у студенческого наставничества много. Не все сразу увидели в нем пользу. Некоторые боялись, что это будет дополнительное опекуничество, когда и так кураторы-педагоги в группах есть. Но практика показала, что все это не так и у студенческого наставничества большое будущее. Только если им будут заниматься люди, душой болеющие за это дело.

С уверенностью могу сказать: основная трудность первокурсников — не умение познать себя. И не каждый способен это сделать самостоятельно, да еще в короткие сроки, в неяркой обстановке. Но если рядом будет его коллега, почти ровесник, но более опытный в студенческой бытии, можно быть уверенным — задача будет решена.

Может, данный адрес пригодится нашим читателям, а идея студенческого наставничества кем-то будет взята на заметку. Во всяком случае, мы с удовольствием познакомясь с тем, пока действительно небольшим, опытом студентов-наставников Ленинградского кораблестроительного института. Наиболее интересные, на наш взгляд, советы предлагаем читателям.

Напомним, что каждый вопрос — это не только вопрос ради вопроса. Это одновременно и совет, который каждый читатель должен оценить для себя. Если вы не знакомы или забыли условия нашей рубрики «СИНУС», посмотрите ее выпуски в № 4, 5, 9, 11 и 12 за 1979 год. Надеемся, что приведенные рекомендации будут вам полезны.

Уважаемая редакция!  
Внимательно слежу за вашей рубрикой «СИНУС». И написать решила, потому что затрагиваемые проблемы очень волнуют меня.

Немного о себе. Учусь на третьем курсе института бытового обслуживания. Мне 20 лет. В институт поступила после окончания сельской школы. Учась в школе хорошо, как тогда считала. Но теперь понимаю, что это далеко не так. Ведь в школе, кроме геометрии и алгебры, меня ничего больше не интересовало. И не потому, что мне не хотелось учиться, а потому, что я даже не подозревала, сколько вокруг необычного, интересного. Все, что я учила по литературе, истории, как-то проходило мимо. И книг почти не читала. Неинтересно было. Да и библиотека у нас в селе не такая уж богатая.

И вот я учусь в вузе. Помню, на первом курсе как-то с четверкурсниками я пошла в городскую библиотеку. Как я им призналась за это! После этого визита в целыми днями просиживала в читальном зале. Сразу же после занятий шла в библиотеку и работала там до вечера. Вот тогда я поняла, как можно было не знать Леонардо да Винчи, Рафаэля, Тициана, не читать классиков. Мне стало страшно и стыдно за себя. Я даже не могла ни с кем спорить, потому что ничего не знала. Только слушала, молчала и боялась выдать себя. А когда я обращалась с вопросом к кому-нибудь из старшекурсников, они говорили: «Ты хоть больше никого об этом не спрашивай!»

И вот теперь не знаю, за что хвататься: учиться или восполнять пробелы в своем образовании? Понимаю, что нужно делать и то, и другое, и, конечно же, все успевать. Но у меня не получается делать все сразу. Я не знаю, с чего начать, что мне делать? И не знаю, у кого спросить об этом? Может, мои вопросы покажутся сумбурными, но все-таки, что мне делать? Ведь я все же должна знать, каким образом достичь поставленной перед собой цели?

Нина К.

В нашей почте письма такого рода не исключение. Люди приходят в вуз. Для многих из них открываются несметные богатства знаний, и, естественно, глаза разбегаются. Хочется охватить как можно больше, увидеть самое интересное. Но как все это успеть? И вместе с тем ребята видят, что многие успевают, шагают семимильными шагами по необъятным просторам накопленных человечеством знаний. Как это им удается? Кто их этому научил, раскрыл свои секреты организации времени, умение ориентироваться в этом стремительном потоке нового, интересного?

С этим вопросом мы обратились к студентам Ленинградского кораблестроительного института, которые не только хорошо учатся, занимаются общественной работой, но и успевают познакомиться с Ленинградом, следят

СОВЕТ	ОЦЕНКА	
	Важность совета	Как я его выполняю

Нет интереснее объекта для исследования, чем ты сам. Попробуй составить программу самоанализа.

Посмотри, на что у тебя ежедневно уходит время. Сделай своей привычкой — составлять таблицы, которые будут учитывать все твои дела за день. Через месяц, как минимум, тщательно проанализируй их. Резервы времени очевидны? Как рациональнее его планировать — тоже понятно?

Доказано, что не только режим дня, но и рацион питания существенно влияют на работоспособность. Как питаешься ты? Что надо сделать, чтобы режим питания был нормальным? Кто, по-твоему, должен это сделать?

В организации учебы нет мелочей. Доказано, например, что производительность учебного труда студента и интенсивность нарастания утомления в значительной мере зависят... от рабочего места. Посмотри внимательно на свой письменный стол. Все ли здесь функционально значимо? Присутствует ли раз и навсегда заведенный порядок?

Рабочее место. Что входит в это понятие у тебя? Перечисли составляющие его компоненты. Письменный стол? Но только ли? Словари, учебники, справочники, оперативные необходимые книги, журналы. Где они находятся? На расстоянии вытянутой руки или за ними надо постоянно вставать, идти куда-то, искать. Может, удобнее сделать для них полки над столом или поставить рядком, на книжный шкаф или этажерку? Что еще можно усовершенствовать, чтобы рабочее место было действительно рабочим, удобным, любимым? Подумай!

Раньше многие считали обязательным условием высокой производительности труда тишину. Теперь появились возражения. Дескать, музыка, пенки куда больше способствуют производительности труда. Не увлекайся этими модными течениями без разбора. Лучше попробуй заниматься под «сопровождение». И все-таки убедись, что старая тишина для работы лучше, чем «аккомпанемент» телевизора. Впрочем, не будем настаивать. Экспериментируй!

Тишина, тишина! Это, конечно, хорошо, но как реально добиться этой самой тишины? Шум за окном, а об общежитии и говорить не приходится. Даже если живешь дома, не заставишь же всех замолчать только потому, что ты работаешь! Где выход? Подумай! Самый надежный — научить себя не слышать этот шум. Как? Тренировкой внимания и самовоспитанием сосредоточенности.

Планируя свою работу, попробуй один день вне зависимости от нагрузки в вузе отвести делам домашним, отдыху, прогулке по городу или за город, в музей или театр. Короче, устрой себе выходной. Сначала покажется, что ни к чему хорошему это не приведет. Но задай себе этот же вопрос — о пользе

СОВЕТ	ОЦЕНКА	
	Важность совета	Как я его выполняю

выходного дня — спустя несколько месяцев. Какое теперь твоё мнение?

Теперь возьми лист бумаги и начни считать оставшееся время шести рабочих дней. Сон, еда, учитывая, что в столовой, даже студенческой, непременно есть очередь, зарядки и тому подобные «мелочи» жизни заберут часов десять. Так! Другое бытовые трудности. Сколько времени они занимают? Час, два, пять! Дорога. Посчитай время, которое она съедает за неделю. Теперь смотри, что у тебя осталось на учебу. Думай, как быть с оставшимся временем дальше!

Кстати, о дороге. Таким ли уж непродуктивным может быть это время? Может, его тоже можно использовать? Читать художественную литературу по программе и вне ее, обдумывать предстоящую работу и т. п.?

Твоя самостоятельная работа, походы в театр, кино, чтение книг находятся в прямой зависимости от того, как ты работал в институте. Удачно — меньше времени на самостоятельную работу и больше свободного времени. Прикинь для себя оптимальный вариант этого соотношения.

Стимул — великая вещь в любом начинании. И в организации своей учебы. Придумай себе «приз» за удачно, в своем представлении, прожитую неделю. «Подари» себе хороший выходной день. Непросто держать себя все время в узде. Ограничивать, контролировать, считать, проверять. Но это возможно. Не получается — обратись за помощью к тем, кто реально может тебе помочь в познании самого себя.

Совет об учителе не из простых. Им может стать любой человек, встретившийся на твоём пути: педагог, воспитатель общежития, библиотекарь, твой товарищ по группе, курсу, старшекурсники и вообще люди, не связанные с вузом. Но ты должен им обязательно доверять, считаться с их мнением.

Психологи утверждают, что, когда ставится задача, человек может сам принять то или иное решение. Но когда речь идет об обсуждении решения, лучше если рядом будет требовательный, но справедливый критик. Друг, учитель, наставник. Есть ли рядом с тобой такой человек?

Итак, сегодняшний разговор завершен. Хочется верить, что он заставит задуматься наших читателей, поможет им начать наступление на свое время, найти в нем резервы для самостоятельного познания удивительного и прекрасного мира, который нас окружает. Нам хотелось бы, чтобы читатели поделились секретами организации своего времени, учебы, труда и отдыха. Чтобы рассказали, как можно в 24 часа суток вместить самую разнообразную деятельность, которая дает в итоге чувство удовлетворения своим трудом, радостью от сделанного. Ждем писем, адреса интересного опыта.

Журнал по «лаборатории» Д. КОЗАНОВА