

Чек-лист для наставника

Что сделать?



Найти психолога, который всегда сможет поговорить со студентами из группы риска в индивидуальном и групповом формате (вашему подопечному в любой момент может понадобиться профессиональная психологическая помощь, которую вы не сможете оказать. Поэтому лучше заранее найти человека, к которому вы сразу же сможете обратиться).



Составить примерный план работы с подопечным: на какие мероприятия его пригласить, в какие проекты вовлечь (в дальнейшем вы можете корректировать этот план или отклоняться от него, но в начале пути вы должны понимать маршрут работы со студентом).



Вести дневник наставника (дневник поможет вам фиксировать результаты: какие ваши действия помогли наладить контакт со студентом, какие события вызвали у него положительные или отрицательные эмоции. Постоянный самоанализ и рефлексия работы позволят быстрее достичь нужных результатов).



Определить круг лиц вашего подопечного, которым он доверяет (наставничество — это работа не только с подопечным, но и его окружением. Близких ему людей нужно рассматривать как ваших союзников, которые помогут вам лучше понять его и помочь).

Что нужно постараться изменить?

- ☐ Обеспечить доступ к базовым жизненным потребностям (еда, чувство безопасности и др.).
- ☐ Повысить самооценку подопечного (добавить студенту уверенности в себе).
- ☐ Повысить уровень самоконтроля подопечного (контроль над выражением негативных эмоций).
- ☐ Снизить уровень воздействия деструктивных факторов.
- ☐ Помочь установить жизненные цели (формирование образа будущего).