

УТВЕРЖДЕНО
решением ученого совета ННГУ
протокол № от «» 2024 г.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал ННГУ

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В АРЗАМАССКОМ ФИЛИАЛЕ
ННГУ**

Н. Новгород

2024

Оглавление

Пояснительная записка

Раздел 1. Общие положения.

1.1. Концептуальные основы и принципы организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

1.2. Методологические подходы к организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

1.3 Цели и задачи комплексной программы психолого-педагогического сопровождения обучающихся Арзамасского филиала ННГУ.

1.4. Ожидаемые результаты комплексной программы психолого-педагогического сопровождения обучающихся Арзамасского филиала ННГУ

1.5. Формы работы.

1.6. Критерии механизма оценки результатов.

Раздел 2. Этапы реализации комплексной программы психолого-педагогического сопровождения обучающихся Арзамасского филиала ННГУ.

2.1. 1 этап – подготовительный;

2.2. 2 этап – входная диагностика;

2.3. 3 этап – психолого-педагогическая работа;

2.4. 4 этап – углубленная психокоррекционная и консультативная работа;

2.5. 5 этап – повторная диагностика;

2.6. 6 этап – оценки эффективности проделанной работы.

Раздел 3. Календарно-тематический план реализации комплексной программы психолого-педагогического сопровождения обучающихся Арзамасского филиала ННГУ.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения обучающихся в Арзамасском филиале ННГУ (далее – Программа) представляет собой ценностно-нормативную, методологическую, методическую и технологическую основу организации процесса психолого-педагогического сопровождения обучающихся Арзамасского филиала ННГУ (далее – Филиала).

Программа реализуется с помощью структурного подразделения отдела по воспитательной работе Арзамасского филиала ННГУ – Психолого-педагогической службы (далее – Служба).

Область применения Программы – образовательное и социокультурное пространство среды Филиала в их единстве и взаимосвязи.

Программа ориентирована на организацию психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного и воспитательного процессов.

Процесс психолого-педагогического сопровождения обучающихся в образовательной деятельности Филиала носит системный, плановый и непрерывный характер. Основным средством осуществления такой деятельности является воспитательная система и соответствующая ей Программа.

Филиал выстраивает психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в соответствии со спецификой профессиональной подготовки.

Психолого-педагогическое сопровождение – это динамический процесс и результат соотношения требований и возможностей среды и личности. Центральным понятием психолого-педагогического сопровождения обучающихся является их адаптация к условиям социальной среды вуза. Адаптация традиционно рассматривается, исходя из двух центральных процессов:

1. Психологическая адаптация как видоизменение моделей поведения, мотивационно-ценностной структуры и других индивидуально-психологических компонентов в соответствии с требованиями окружающей среды.

2. Социальная адаптация как усвоение требований, мотивов, способа деятельности и других характеристик социальных групп, а также приспособление к социальным условиям среды, формирование адекватной системы взаимоотношений и социально-ролевой пластичности.

Адаптация представляет собой целостный биологический, физиологический, психологический, социальный и педагогический процесс, который носит сугубо индивидуальный характер. Уровень адаптации обучающегося определяет множество факторов: социально-возрастные, индивидуально-психологические особенности, его личностные, деловые и поведенческие качества, ценностные ориентации, мировоззрение, академические умения и активность, состояние здоровья, социальное окружение, статус семьи и социально-демографические данные.

Студенческая жизнь в Филиале начинается с первого курса для обучающихся как высшего образования, так и для обучающихся по образовательным программам среднего профессионального образования.

Многие из обучающихся на первом курсе не достигли совершеннолетнего возраста, что требует усиленного наблюдения за их психологическим статусом и благополучием, учитывая изменения в образовательной траектории и переход на новую ступень образования.

Большинство обучающихся Филиала являются иногородними, что означает включение в задачи всех структурных подразделений Филиала, осуществляющих воспитательные функции, задач по осуществлению контроля за ними. Важно заметить, что обучающиеся, приехавшие из других регионов и государств, особенно остро нуждаются в поддержке во время процесса адаптации, так как сталкиваются с несоответствием организации окружающей среды с привычными для них представлениями, в культурном, социальном, академическом и других аспектах.

Психолого-педагогическое сопровождение является залогом дальнейшего развития каждого обучающегося как человека и будущего специалиста. От успешного течения процесса психолого-педагогического сопровождения зависят все аспекты дальнейшей образовательной деятельности. Эффективность психолого-педагогического сопровождения определяет способность обучающихся формировать комфортные отношения, отвечать требованиям, предъявляемым к обучающимся в Филиале и выстраивать образовательный процесс, нацеленный на личное и профессиональное самосовершенствование.

Нормативно-правовое обеспечение программы

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются следующие документы: Конституция Российской Федерации, Семейный кодекс Российской Федерации, Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральный закон от 30.12.2020 г. № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации», Федеральный закон от 23.06.2016 г. № 182-ФЗ «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации», Федеральный закон от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Федеральный закон от 17.07.1999 г. № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи», Концепция развития сети психологических служб в образовательных организациях высшего образования в Российской Федерации, утвержденной Минобрнауки России 29.08.2022 № ВФ/1-Кн (далее – Концепция развития сети психологических служб), иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере образования и молодежной политики, затрагивающие вопросы организации деятельности психологических служб в образовательных организациях высшего образования, Устав Университета, другие локальные нормативные акты Университета.

Раздел 1. Общие положения

1.1. Концептуальные основы и принципы организации психолого-педагогического сопровождения в Филиале

Разработка и реализация Программы обусловлена потребностью эффективной социализации будущих специалистов, спецификой адаптационного процесса в Филиале, необходимостью поиска путей активизации социально-психологических условий, способных обеспечить процесс адаптации обучающихся.

Адаптация обучающихся к образовательному пространству Филиала требует учёта объективных факторов – особенностей учреждения образования, учебного процесса, нового социального окружения, которые определяют возникающие при этом трудности:

- необходимость освоения культурных традиций, этических норм и правил поведения, делового общения, включения в общественную и досуговую деятельность;

- эмоциональный дискомфорт и напряжение, связанные с проявляющимся эффектом «дидактического барьера» (различие в методах, формах организации процесса обучения, большой объем информации и т.д.);

- плохо сформированные умения и навыки самостоятельной учебной работы;

- необходимость поддержания собственного физического и психического здоровья;

- несформированность культуры межличностных отношений;

- налаживание быта и самообслуживания при переходе из домашних условий в общежитие, поиск оптимального режима труда и отдыха;

- недостаточная определенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней.

Основные принципы реализации Программы:

- доступность – каждый обучающийся имеет равные и достаточные возможности участия в Программе;

- гуманность – Программа реализуется на основе равноправия и взаимоуважения субъектов образовательной деятельности, с учетом представлений о ценности личности;

- реалистичность – Программа реализуется с учетом особенностей образовательной организации;

- системность – Программа реализуется последовательно и системно, с учетом методических оснований реализации Программы и представлений о процессе адаптации личности;

- деятельностный подход – Программа реализуется через конкретную деятельность обучающихся в определённых формах;

- средовое воспитание – в Программе учтены принципы взаимодействия обучающихся и образовательной среды;

- научность – при разработке и реализации Программы учтены достижения современного уровня развития науки и техники, используется научно-

исследовательский и практический опыт повышения общего уровня и комфортности психолого-педагогического сопровождения обучающихся;

преемственность и последовательность – Программа учитывает объективно существующие этапы познания; преемственность касается содержания, форм и способов, стратегий и тактик взаимодействия субъектов учебного процесса, личностных новообразований обучающихся.

1.2. Методологические подходы к организации психолого-педагогического сопровождения

Программа основана на комплексе методологических подходов, включающем:

личностный подход – человек – это не только субъект труда, но и личность, т.е. субъект социальных межличностных отношений, в которые он вступает, занимаясь какой-либо деятельностью;

системный подход – объект исследования рассматривается как целостное образование, система, которая имеет определенную структуру и функции, некие системные качества, обусловленные не только целостностью образования, но и включенностью в систему более высокого уровня;

структурный подход – изучается структура объекта, его составные части и взаимосвязи между ними, например, составные части интеллекта (вербальный, невербальный интеллект);

функциональный подход – изучаются функциональные возможности исследуемого объекта, анализируются особенности и механизмы его функционирования в различных условиях; например, функционирование интеллекта в предметно-практической, учебно-познавательной, коммуникативной, игровой деятельности и т.д.;

структурно-функциональный подход – изучается как структур, так и функционирование объекта;

феноменологический подход направлен на изучение внешних проявлений свойств и качеств, присущих объекту исследования; выделяются отдельные феномены, в которых выражаются сущностные характеристики объекта;

деятельностный подход – человек изучается как субъект деятельности, постоянно включенный в выполнение либо коммуникативной, либо игровой, либо интеллектуальной и иной деятельности.

1.3. Цель и задачи Программы

Цель Программы – создание условий для успешного и комфортного процесса психолого-педагогического сопровождения обучающихся, направленного на повышение мотивации к добросовестному освоению образовательных программ, к участию в воспитательной работе.

Задачи Программы:

осуществление социально-психологических системных мероприятий, способствующих успешной адаптации обучающихся к образовательно-воспитательному процессу в Филиале;

организационно-методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения обучающихся в новых условиях с учетом индивидуально-психологических особенностей обучающихся;

анализ и оценка особенностей адаптационных процессов в Филиале;
изучение проблемных областей процесса адаптации обучающихся и конкретных адаптационных трудностей;

развитие профессиональных компетенций, формирование и углубление знаний об особенностях и рисках процесса адаптации у субъектов образования;

повышение уровня психологической культуры и формирование адекватных социально-психологических представлений об эффективном и комфортном взаимодействии между субъектами в процессе образования в Филиале;

оказание помощи всем субъектам образования в преодолении трудностей психолого-педагогического сопровождения;

формирование комфортных и продуктивных взаимоотношений внутри учебных групп и на уровне взаимодействия «обучающийся – образовательная среда»;

формирование и развитие основных индивидуально-психологических качеств личности обучающегося, способствующих успешному и комфортному процессу адаптации;

содействие реализации основных потребностей субъектов образования (самореализации, самовыражения, самоутверждения и т.д.);

просвещение субъектов образования по вопросу особенностей организации обучения на новой ступени образования и в конкретном образовательном учреждении.

1.4. Ожидаемые результаты Программы:

успешная интеграция обучающихся в учебную и социальную среду;

создание информационно-аналитической базы обучающихся;

раскрытие интеллектуального и личностного потенциала обучающихся, осознание собственных возможностей и роли в профессиональном становлении;

снижение количества обучающихся группы риска;

предупреждение правонарушений.

1.5. Формы работы:

просветительская деятельность, направленная на повышение психологической культуры и развитие представлений об основных аспектах адаптационных процессов, осуществляемая в форме лекций, семинаров, круглых столов и т.д.;

психолого-педагогическая диагностика обучающихся;

психокоррекционное воздействие (при необходимости); социально-психологические тренинги для формирования и развития индивидуально-психологических качеств личности, способствующих успешной адаптации;

профилактическая деятельность;

индивидуальное консультирование по запросу.

1.6. Критерии механизма оценки результатов:

системность – реализация всех условий организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся;

результативность – снижение случаев проявления деструктивного поведения; привитие устойчивой внутренней мотивации к учебе;

социальная адаптивность:

снижение числа обучающихся, состоящих в группе риска;

увеличение числа обучающихся, вовлечённых в общественно-полезную и внеучебную деятельность;

конструктивность – снижение межличностных конфликтов, формирование конструктивных взаимоотношений, развитие способностей и интересов личности, защита ее прав.

Реализация Программы предполагает очный и дистанционный форматы.

Программа рассчитана на 1 учебный год, с сентября по май.

Раздел 2. Этапы реализации Программы

2.1. Первый этап – подготовительный.

Данный этап предполагает:

создание банка методических материалов по обеспечению успешного психолого-педагогического сопровождения обучающихся;

проведение курсов повышения квалификации для кураторов и классных руководителей по организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

проведение просветительской работы среди кураторов и классных руководителей в рамках «Школы кураторов». Чтение лекций, раскрывающих психологические и социально-психологические особенности обучающихся и возможные проблемы, которые могут возникнуть в процессе социально-психологической адаптации, проведение супервизий, балинтоновских групп и стратегических сессий по разбору проблемных ситуаций;

подготовка тьютеров-студентов по работе с обучающимися.

№	Тема	Категория и слушателей
1.	Курсы повышения квалификации: 1. Организация психолого-педагогического сопровождения студентов в работе кураторов групп в системе высшего образования. 2. Организация психолого-педагогического сопровождения иностранных студентов в работе кураторов групп в системе высшего образования. 3. Организация психолого-педагогического сопровождения студентов в работе кураторов групп в системе среднего профессионального образования.	Педагогические работники СПО и профессорско-преподавательский состав
2.	«Школа кураторов».	Кураторы, классные руководители
3.	Студенческая службы допсихологической	Тьюторы-студенты

№	Тема	Категория и слушателей
	помощи.	

2.2. Второй этап – входная диагностика.

Данный этап предполагает проведение социально-психологической диагностики с целью выявления проблемной области, актуальных запросов, связанных с адаптацией первокурсников и развитием мотивационной сферы обучающихся других курсов. На данном этапе проводится психодиагностическое обследование во всех группах первокурсников, с целью выявления обучающихся, испытывающих трудности в адаптации к новой образовательной и социальной среде. Через диагностирование выявляются особенности психологических проблем, затрудняющих адаптацию. Входная диагностика позволяет также выявить обучающихся, относящихся к группе риска. Также, на данном этапе проводится выборочная диагностика обучающихся разных курсов, направленная на изучение мотивационной сферы обучающихся.

Направленность исследования	Содержание работы	Диагностический инструментарий
Потребностно-мотивационные особенности личности	Изучение личностных ориентаций в сфере предполагаемой профессиональной деятельности, структуры мотивов получения образования, мотивов поведения. Анализ социально ориентированных мотивов.	Методика «Мотивация достижения успеха студентов в вузе» С. А. Пакулиной.
Индивидуальные особенности социально-психологической адаптации обучающегося	Диагностика социально-психологической адаптации обучающихся, симптомов дезадаптации. Диагностика особенностей эмоционально-волевой сферы личности.	Методика на определение мотивации учения (А.А.Реан и В.А.Якунин); Методика изучения самооценки (Дембо-Рубинштейн); Цветозапись эмоционально-психологического климата (А.Н. Лутошкин); Методика на определение типа акцентуации характера

Направленность исследования	Содержание работы	Диагностический инструментарий
		(К. Леонгард)

2.3. Третий этап – социально-психологическая работа.

Основной этап в реализации Программы. Предполагает проведение практико-ориентированной психологической работы, включающей в себя тренинговые занятия, группы встреч, ролевые, ситуативные, деловые игры. Проводятся в учебных группах обучающихся при тесном взаимодействии со старостами, тьюторами, кураторами.

2.4. Четвертый этап – углубленная психокоррекционная и консультативная работа.

Предполагает проведение более глубокой психологической работы, со обучающимися, имеющими низкий уровень адаптации после проведения социально-психологической работы, с обучающимися вошедшими в группы риска, а также по индивидуальному запросу от обучающихся.

Психокоррекционная и консультативная работа проводится по вопросам, связанным с трудностями прохождения адаптации, по вопросам индивидуально-личностных особенностей, таких как: тревожность и невротичность, агрессия и агрессивность в поведении, суицидальные наклонности. Прорабатываются также вопросы деструктивного и отклоняющегося поведения, обсуждаются мотивационные компоненты, что создаёт предпосылки для социальной адаптации обучающихся.

Так как в Филиале получают образование представители различных национальностей, затрагиваются вопросы толерантности, принятия других культур и интеграции разных культурных традиций, прорабатывается проблема ксенофобии.

Аспект разрешения конфликтов затрагивает консультативная работа, выступающая для каждого обратившегося в качестве медиаторской службы.

Основная работа, направленная на коррекционную и консультативную деятельность, на данном этапе отводится Службе. Углубленная психокоррекционная и консультативная работа Службы строится на основе принципов:

- индивидуального подхода к каждому;
- конфиденциальности информации и процесса в целом;
- уважения к личности и безоценочности суждений в отношении каждого обратившегося;
- профессионализма;
- разграничения личных и профессиональных отношений;
- посредничества;
- ориентации на нормы и ценности обратившегося за психологической помощью.

2.5. Пятый этап – повторная диагностика.

На указанном этапе производится оценка эффективности проведения психолого-педагогической работы: заключительное социально-

психологическое обследование обучающихся первого курса после проведения психокоррекционных мероприятий, при необходимости и выявлении психологических проблем целесообразно возвращение к предыдущему этапу для более глубокой и детальной психологической проработки.

Диагностический инструментарий, используемый на данном этапе:

1. 16 факторный личностный опросник Реймонда Бернара Кеттелла;
2. Схема наблюдения за адаптацией и эффективностью учебной деятельности студентов (Е.С. Еськина, Т.Л. Больбот).

Для обучающихся, которые после прохождения Программы по-прежнему имеют низкий уровень адаптации, учебной мотивации, высокий уровень тревожности, предполагается углубленная психокоррекционная и консультативная работа.

2.6. Шестой этап – оценка эффективности проделанной работы.

Данный этап является заключительным этапом Программы и включает в себя работу по трем направлениям:

1. с обучающимися;
2. с тьюторами и кураторами;
3. внутри Службы.

Направление работы	Форма проведения
Работа с обучающимися	Заключительное тренинговое занятие на тему «Что изменилось во мне?» Цель: обобщение полученных навыков, вербализация приобретенных ЗУН, получение обратной связи об эффективности прохождения Программы.
Работа с тьюторами, кураторами	Круглый стол с темой обсуждения: «Готовность обучающихся к профессиональному самоопределению, позволяющую им успешно адаптироваться в социальных условиях современного общества и наиболее полно реализовать себя в предстоящей профессиональной деятельности».
Работа Службы	Интервизия.

Раздел 3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
Методическая деятельность	Создание банка методических материалов по обеспечению успешного психолого-педагогического сопровождения студентов.	Сентябрь
	Разработка тренинговых занятий,	Сентябрь

Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
	направленных на повышение адаптивных свойств личности и сплочение групп первокурсников по факультетам.	
	Разработка рекомендаций для кураторов и классных руководителей Филиала по успешной социально-психологической адаптации обучающихся первого курса.	Ноябрь
Просветительская деятельность	Курсы повышения квалификации: Организация психолого-педагогического сопровождения студентов в работе кураторов групп в системе высшего образования.	Сентябрь, октябрь
	Курсы повышения квалификации: Организация психолого-педагогического сопровождения иностранных студентов в работе кураторов групп в системе высшего образования.	Сентябрь, октябрь
	Курсы повышения квалификации: Организация психолого-педагогического сопровождения студентов в работе кураторов групп в системе среднего профессионального образования.	Сентябрь, октябрь
	Лекция для тьюторов-студентов «Навыки первичной диагностики эмоционального состояния».	Сентябрь
	Лекция для тьюторов-студентов «Создание условий для психологической поддержки на равных».	Октябрь
	Лекция для тьюторов-студентов «Группы психологического риска и методы работы с ними».	Ноябрь
	Школа кураторов: Специфика деятельности куратора в рамках воспитательной работы в вузе (Стратегическая сессия, проблемная дискуссия, Open Space).	Октябрь
	Школа кураторов:	Ноябрь

Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
	Профессиональная устойчивость куратора. Вопросы профессионального выгорания (World safe – стратегическая сессия).	
	Школа кураторов: Ораторское искусство и навыки самопрезентации куратора. Основы эффективной коммуникации. Мотивационное общение (Pecha Kucha – обмен опытом в формате коротких презентаций).	Декабрь
	Школа кураторов: Управление групповой динамикой в студенческой группе (Тренинг, СПТ).	Январь
	Школа кураторов: Работа по сплочению студенческой группы. Применение методов командных сессий (Фейл-конференция, тренинг, СПТ).	Февраль
	Школа кураторов: Ивент-менеджмент. Как подготовить хорошее мероприятие? (Pecha Kucha, дидактические игры)	Март
	Школа кураторов: Навыки оказания первой психологической помощи. Панические атаки и панические расстройства (Дидактические игры, ролевые/деловые игры, беседа-практикум).	Апрель
	Школа кураторов: Медиация в работе куратора при разрешении конфликтов (Обучающий семинар, стратегическая сессия, ролевые/деловые игры).	Май
	Школа кураторов: Круглый стол: «Готовность обучающихся к профессиональному самоопределению,	Июнь

Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
	позволяющую им успешно адаптироваться в социальных условиях современного общества и наиболее полно реализовать себя в предстоящей профессиональной деятельности».	
Диагностическая деятельность	Методика на определение мотивации учения (А.А.Резан и В.А.Якунин); Методика изучения самооценки (Дембо-Рубинштейн); Цветозапись эмоционально-психологического климата (А.Н. Лутошкин); Методика на определение типа акцентуации характера (К. Леонгард).	Сентябрь, октябрь
	Методика «Мотивация достижения успеха студентов в вузе» С. А. Пакулиной.	Ноябрь, декабрь
	16 факторный личностный опросник Реймонда Бернара Кеттелла.	Апрель, май
	Схема наблюдения за адаптацией и эффективностью учебной деятельности студентов (Е.С. Еськина, Т.Л. Больбот).	Сентябрь, октябрь, февраль, март
Развивающая психолого-педагогическая деятельность	Тренинговое занятие «Будем знакомы!».	Сентябрь
	Тренинговое занятие, направленное на формирование этнической идентичности и развитие толерантности «Ковер мира».	Октябрь
	Тренинговое занятие, направленное на устранение эмоционального дискомфорта в условиях дистанционного обучения (проводится в онлайн формате) «Новая реальность».	Ноябрь
	Тренинговое занятие, направленное на развитие коммуникативных навыков «Общайтесь – это полезно!».	Декабрь
	Тренинговое занятие, направленное на развитие межличностного общения в социальных сетях.	Январь
	Тренинговое занятие, направленное на развитие личности «Лучшая версия себя».	Январь
	Тренинговое занятие, направленное на повышение самооценки «Я лучшее,	Февраль

Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
	что есть у меня».	
	Тренинговое занятие «Эмоциональный интеллект. Эмоции в гармонии».	Март
	Тренинговое занятие по отработке психоэмоционального напряжения «Найди свое спокойствие».	Апрель
	Заключительное тренинговое занятие «Что изменилось во мне?».	Май
Профилактическая работа	Тренинговое занятие по профилактике буллинга «Мы вместе».	Ноябрь
	Тренинговое занятие «Понятие о стрессе. Как справиться со стрессом на экзамене».	Декабрь
	Тренинговое занятие по профилактике зависимостей «Верный выбор сделай сам!».	Январь
	Тренинговое занятие по проблеме стресса во время сессии «Стоит ли оно того?».	Май
Индивидуальные консультации	Осуществляются по запросу.	В течение учебного года

4. Заключительные положения

4.1. Настоящая Программа вступает в силу с момента ее принятия ученым советом Филиала.

4.2. Изменения и дополнения в настоящую Программу рассматриваются и принимаются ученым советом Филиала.