

Секреты для студентов,

или как быстро и легко освоиться в новом коллективе



1. В начале Вашего появления в новом коллективе о Вас формируется первое впечатление. По результатам многочисленных психологических исследований, первое впечатление формируется быстро: от 10 до 40 секунд, и оказывает сильное влияние на все последующее отношение к Вам. Если первое впечатление благоприятно, то учиться в коллективе будет легче. Если Вы напряжены и неприветливы, у коллектива сложится соответствующий образ.
2. Не ведите себя высокомерно. Смена места, обстановки – это всегда стресс. С первых дней в новом коллективе человек (особенно, если он стеснителен и застенчив), чаще всего склонен вести себя напряженно, избегать контактов, замыкаться в себе. Такое Ваше холодноватое отношение могут расценивать — как высокомерие. Поэтому, как бы не было трудно в первые дни, старайтесь не «закрывать» от людей, контактируйте, обращайтесь за помощью и улыбайтесь.
3. Проявляйте доброжелательность, терпимость, имейте чувство юмора. Старайтесь не обращать внимания на чью-то колкость, переводите всё в шутку, улыбнитесь.
4. Принимайте коллектив таким, каков он есть. Принимать людей такими, какие они есть процесс очень сложный. Хочется, чтобы люди были такими, какими мы их хотим видеть. А они разные – каждый со своим опытом и багажом проблем, со своим характером и темпераментом. Не злитесь и не огорчайтесь, и не стремитесь переделать человека – это невозможно. Учитесь терпимости, старайтесь понять окружающих вас людей.
5. Учитесь трудолюбию и не ленитесь.
Помните, Вы на виду у коллектива и его мнение о Вас может стоить Вам дорого или наоборот стать хорошим стартом для новых отношений.
6. Будьте готовы помогать другим.
Если вы видите, что у Вашего одногруппника есть проблемы, а у Вас есть свободное время, не стесняйтесь, предложите ему помощь. Это всегда положительно оценят Ваши одногруппники и преподаватели.
7. В сложных ситуациях не хитрите и не изворачивайтесь.
Помните, «всё тайное рано или поздно становится явным». Лучше вовремя сообщить об ошибке или сложившейся проблеме, чем со страхом ждать, что всё раскроется и вас накажут.
8. Не обсуждайте других. Следите за собой и своими словами.
Помните, что неосторожно брошенным словом можно сделать больно.
9. Если вы заметили, что в коллективе есть деление на отдельные группы, старайтесь не входить в них и общаться со всеми.
Этим Вы сможете избежать многих неприятностей.

- ✘ Основные трудности в годы учебы возникают у тех студентов, которые выбрали специальность не по своему желанию, а по велению родителей. У таких ребят возникают проблемы с успеваемостью, потом им трудно сдавать сессии. Выбранная профессия становится в тягость. Тут главное помнить, что ты не в ловушке. Ты волен выбирать, где и чему учиться. И если специальность тебя не устраивает, её можно поменять. Не загоняй себя в угол: берись за то, что тебе интересно!

- ✘ Другая трудность заключается в том, что, каких бы замечательных успехов ты ни добился на прежнем месте учебы, здесь ты новичок. Не старайся сразу же доказать всем, насколько ты «крутой» и как легко тебе все дается. Образование — не спринт, а марафон. Лучше осмотришься и познакомишься с местными правилами и традициями. Возможно, тебе придется немного подстроиться под них или поменять привычки и образ жизни. Не паникуй, если тебе будет неуютно! Так всегда бывает на новом месте. Главное — вдумчиво воспринимать происходящее вокруг, стараться правильно выбирать новые связи, ведь тебе придется на протяжении нескольких лет видеться с этими людьми. Также важно не поддаваться стадному инстинкту. Если тебе предстоит изменить образ жизни из-за учебы — это еще не повод стать таким же, как большинство окружающих тебя. Не бойся сохранять свою индивидуальность и выделяться из толпы. Не беда, что ты никого еще не знаешь. В первом же семестре следи за объявлениями и не пропускай ничего интересного.

- ✘ Не бойся принимать участие — не замыкайся и не стесняйся. Совместные занятия объединяют и помогают подружиться. Адаптация должна проходить спокойно, без спешки. На самом деле все зависит от темперамента человека: если флегматик, уединившись, будет сам разбирать, изучать методички, буклеты и прочее, то холерик моментально найдет себе единомышленника и с его помощью будет привыкать к студенческой жизни.

***Теперь, дорогой первокурсник,
можно с уверенностью сказать, что все точки над «і»
расставлены, и ты сможешь легко и безболезненно
адаптироваться в колледже!***