

Як стати «своїм»? Кілька порад першокурсникам.

Дослідження педагогів та психологів дають змогу виділити **головні труднощі, котрі виникають на шляху першокурсника:**

- переживання, пов'язані з перехідним періодом: від шкільного до дорослого життя;
- невизначеність мотивації вибору професії;
- недостатня психологічна підготовка до самостійного життя, необхідності приймати рішення, брати на себе відповідальність за власні дії і вчинки;
- невміння здійснювати психологічну саморегуляцію поведінки і діяльності, що підсилюється відсутністю звичного повсякденного контролю педагогів та батьків;
- нові умови діяльності студента у коледжі – це якісно інша система співвідношення відповідальності і залежності, де на перший план виступає необхідність самостійної регуляції своєї поведінки;
- пошук оптимального режиму праці і відпочинку в нових умовах;
- налагодження побуту і самообслуговування, особливо при переході до гуртожитку;
- відсутність навичок самостійної роботи та ін.

Усі ці труднощі різні за своїм походженням. Одні з них об'єктивно неминучі, інші носять суб'єктивний характер і пов'язані зі слабкою підготовкою, вадами виховання в родині і школі.

Якщо ти зіткнувся з однією чи кількома з них, ось тобі кілька дружніх порад:

1. Поводься природно

Не намагайся всім догодити, грати якусь роль, підлаштовуватись під когось або здаватися кращим, ніж ти є насправді. Справа невдячна. Студенти однаково не оцінять. А от від носіння «чужої» маски гірше буде лише тобі. Ризикуєш швидко одержати нервовий зрив.

2. Вчися спілкуватися з людьми, уникай конфліктів

За словами експертів, у людини, яка уміє знаходити спільну мову з іншими, тобто є сприятливою для колективу, більше шансів стати повноправним членом колективу, ніж у того, хто, на жаль, не вміє тримати себе в руках.

3. Удавай «сіру мишку»

Щоб «притертися» в колективі, намагайся не виділятися з натовпу. Якщо в компанії прийнятий строгий дрес-код, не ігноруй його. А якщо бачиш, що всі ходять у джинсах і майках, не приходь на заняття в розкішному костюмі.

4. Заведи дружбу

Налагодити довірчі стосунки з одним із одногрупників дуже важливо. При спілкуванні можна розпитати про правила, корпоративний дух групи, неформальних лідерів, стиль викладачів тощо.

5. Не обманюй

Намагайся залишатися поза конфліктами та плітками. У кожному колективі є люди, які обожають плести інтриги, брехати, обговорювати когось або провокувати скандали. Доклади максимум зусиль, щоб не піддаватися не провокації, і в жодному разі не підтакуй, коли тебе попросять «сказати своє фе» на адресу когось, особливо, якщо ти не знаєш цієї людини.