

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ НОВОГО НАБОРУ

Шановні юнаки та дівчата! Проблема адаптації особистості до нових умов життя є надзвичайно актуальною.

З досвіду минулих років відомо, що вступаючи до нашого навчального закладу, студенти зустрічаються з рядом проблем, що пов'язані з недостатньою психологічною готовністю до нових умов навчання, з руйнуванням роками вироблених установок, навичок, звичок, ціннісних орієнтацій вихованців середньої школи. Перші кроки вчорашнього школяра вимагають від вас не тільки старання та загальної підготовки, але й значних якісних змін.

Психологічну адаптацію розглядають як процес пристосування індивідуальних та особистісних якостей до життя й діяльності людини в змінених умовах існування.

Адаптація першокурсника полягає в здатності відповідати вимогам і нормам навчального закладу, а також в умінні розвиватися в новому для себе середовищі, реалізувати свої здібності та потреби, не вступаючи із цим середовищем у протиріччя.

Не очікуйте опіки, натомість розраховуйте на дружню підтримку оточуючих, яка надасть Вам відчуття рівності, потрібності та незалежності, тому:

- Зверніться за допомогою до старших для того, щоб вільно орієнтуватися на території коледжу;
- Не допускайте зайвої опіки, намагайтесь стати самостійним в щоденній діяльності;
- Прагніть виконувати посильну і цікаву роботу, підтримуйте охайність і порядок на робочому місці в коледжі, у гуртожитку;
- Активніше добивайтесь отримання потрібної Вам інформації та нових знань;
- Не створюйте емоційну напругу у відносинах із одногрупниками, намагайтесь завжди бути приязним і доброзичливим;
- Змістовно проводьте свій вільний час із іншими студентами, набувайте хороших друзів;
- Будьте оптимістом, вірте у свої можливості і пам'ятайте, що Ви потрібні іншим людям;
- При виникненні непорозумінь зверніться до класного керівника, психолога чи адміністрації коледжу. Ми вам з радістю допоможемо!;
- Радійте кожному дню, проведеному в Черкаському фаховому коледжі харчових технологій та бізнесу, адже цей період – неповторний!

Шановні студенти! Щиро вітаємо Вас з початком нового навчального року! Нехай Черкаський фаховий коледж харчових технологій та бізнесу стане для Вас рідною домівкою, а роки навчання – найщасливішими у житті!

Успіхів Вам! Нових досягнень! Вірних друзів!

Практичний психолог
Олексій БАШЕЙ