

## «Поступающим на заметку»

Почти для каждого выпускника школы, будь то из 9 класса, будь то из 11, является актуальной тема переезда в другой, в большинстве случаев, незнакомый город. Мне, как совсем недавнишней выпускнице школы эта тема очень близка. Сейчас я живу и учусь в городе Екатеринбург, и каждый мой совет проверен мной лично.

Конечно, в первую очередь, при поступлении передо мной стоял животрепещущий вопрос: «Как же не испугаться самостоятельной и взрослой жизни, вдали от своего такого родного и такого привычного дома?»

Во-первых, по собственному опыту, я знаю, что немаловажную роль играет окружающая обстановка. Нужно обустроить свой уголок. Если вы живете в общежитии, или в своей квартире, вам надо поработать над тем, чтобы пространство было максимально уютно и комфортно для вас. Повесить какие-либо фото, с важными для вас людьми, или с запоминающихся моментов. Также, милые вещи, даже в виде ароматизированной свечки будут создавать определённую атмосферу.

Во-вторых, нужно правильно распределять своё время. Если дома, придя со школы, вас ждал горячий обед, приготовленный вашей мамой, то, придя из вашего учебного заведения вас ждет разочарование. Нужно распределять время на готовку, на выполнение заданий, на личное время. Тогда примерно вы будете понимать, что и когда будет сделано. Этот совет можно использовать несколько месяцев, пока происходит адаптация, позже, с этим уже будет проще.

В-третьих, обзаведитесь друзьями, хоть такими же приезжими, как и вы, хоть местными, совершенно неважно. Один из решающих факторов, насколько быстро вы адаптируетесь – это окружающие вас люди. Избегайте токсичных, злых и нерешительных людей. Всегда идите за теми, кто понимает вас и готов своим примером мотивировать.

В-четвертых, гулять по городу – необходимо! Конечно, лучше это делать с навигатором, или человеком, который более-менее знает местность. Так вы быстрее привыкните к городу, начнете запоминать, ориентироваться.

И, наконец, в-пятых, самое главное, ваша адаптация всегда идет изнутри. Она в голове. Если вы совершенно не готовы, если вы боитесь, то нужно

работать над внутренним состоянием, внутренним настроем. Не в коем случае нельзя настраивать себя на плохое, верьте в лучшее. Новая обстановка, новый город, смена образа жизни – это, в первую очередь, всегда новые открытия, знакомства, возможности. Нужно лишь помнить об этом и всегда настраиваться на лучшее. Осознавать, что взрослая жизнь не начнется, пока вы не выйдете из зоны комфорта, пока вы боитесь, пока вы под крылом своих родителей.

Никогда не бойтесь идти на встречу новому, вами не испытанному. Не только я, каждый, кто переезжал в другой город, боялся чего – либо, опасался, но нужно лишь верить в себя, и всё у вас получится!