

Советы психолога при поступлении

Советы абитуриенту.

Подготовка к поступлению должна начинаться задолго до самого поступления. В этом вам может помочь консультация специалиста по профориентации, у которого вы получите информацию по любой профессии и сопоставите свои возможности с необходимыми требованиями.

Используйте, как можно больше источников информации о профессии, включая родителей и знакомых, СМИ, интернет-ресурсы.

Выбирая профессию, следует знать ее содержание, плюсы и минусы будущей работы. Для получения более объективной информации полезны встречи с несколькими специалистами этой профессии.

Получите заранее как можно больше информации об учебном заведении, в которое вы собираетесь поступать.

Ложитесь спать перед днем проведения тестирования раньше, чтобы выспаться. В противном случае уставший мозг будет просто не способен актуализировать всю информацию при написании тестов.

Следите за своим здоровьем! Нужно пить витамины, двигаться, дышать свежим воздухом и выспаться.

Не пейте ради спокойствия успокоительные таблетки или лекарства. Реакция может быть противоположной: в голове – «туман и пустота», руки и ноги трясутся. Никогда не знаешь, как медикаменты сработают в сочетании с недосыпанием и волнением.

Не злоупотребляйте советами, которые дают вам товарищи по сдаче тестов или знакомые студенты. Это рискованно. Ведь у каждого из нас свое видение ситуации и свое отношение к ней.

Советы родителям абитуриентов.

Начните готовить своего ребенка к столь серьезному шагу как поступление заблаговременно, где-то за год. В таком деле превентивность мероприятий важна, чтобы не получилось, что ваш ребенок поступил, как говорится, не туда. Для этого он может пройти тестирование у психолога по вопросам профориентации.

Можете выступить как эксперт и поделиться той информацией, которой владеете: рассказать, что представляет собой та или иная профессия, где можно найти работу, какие ограничения она накладывает. Следует представить эту информацию в нейтральной форме, чтобы ребенок сделал выводы самостоятельно.

Не навязывайте ребенку свои взгляды, не морализируйте. Не забывайте, что ваш ребенок уже взрослый и на определенном этапе происходит отделение от родительской опеки, начинается самостоятельная жизнь, в которой решения принимает он сам.

Не будьте навязчивыми. Ребенка могут раздражать излишние хлопоты родителей. Если ваша помощь будет нужна, то дети попросят о ней и обратятся к вам.