## [Если не поступил…](http://www.kem.by/psihology/%D0%B5%D1%81%D0%BB%D0%B8-%D0%BD%D0%B5-%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%83%D0%BF%D0%B8%D0%BB/)



**Поступление – один из самых важных этапов в жизни, во время которого нужно уметь торопиться медленно. Многие спешат перейти на следующий этап и хотят поскорее стать студентом, но во время вступительной кампании может возникнуть всякое: не покорится ЦТ, внутренние экзамены окажутся не такими уж простыми, не хватит какой-нибудь справки… Поэтому необходимо быть готовыми к любым вариантам развития событий.**
**Что же делать тем, кому не удалось поступить в этом году?**

Вступительная кампания – пора серьезных испытаний, во время которых проверяются не только знания, но и стрессоустойчивость, выносливость, рассудительность и многие другие качества, которые в это время необходимо активизировать на все 100 %. Вполне нормально, что некоторым это не удается.

Конечно, любая осечка больно бьет по самолюбию и уверенности в собственных силах, но это испытание необходимо выдержать для того, чтобы собственноручно не сломать себе жизнь. Не надо отчаиваться. Поступление в вуз или колледж – это не единственное важное событие в жизни. Конечно, бросаться из крайности в крайность не стоит: не убеждайте ни себя, ни окружающих в том, что случившаяся неудача вас совершенно не волнует. Вместо отчаяния и самобичевания проанализируйте свои промахи и наметьте новые пути достижения поставленной цели.

И самое главное — не переживайте, ведь жизнь всегда дает новый шанс осуществить задуманное. Есть множество полезных занятий, которыми можно увлечь себя, если вы не смогли поступить.

### **Не расстраиваться и взять себя в руки**

Самое главное действие, если вы не поступили, – это ни в коем случае не опускать руки! Самопринятие – самая эффективная стратегия в борьбе с неудачами. Восприятие себя таким, какой вы есть, со всеми вашими достоинствами и недостатками, намного упрощает процесс переживания неудач.

Если вы не поступили, примите это как факт. Если у вас это получится, то вы подниметесь на первую ступеньку к взрослению. Прекратить себя ругать может быть тяжело, но насколько это результативно? Любую, даже кажущуюся неблагоприятной ситуацию, необходимо рассматривать как возможность для саморазвития и самообразования. От того, что вы лишний раз себя поругаете, ничего не изменится. А вот если прекратите страдать и наметите для себя план действий на ближайшее время, пользы будет гораздо больше.

### **Попробовать поступить на платное отделение**

Если вдруг вы не поступили на бюджетное отделение, не сбрасывайте со счетов и такой вариант, как платное обучение. В данном случае все упирается в вашу платежеспособность или финансовую обеспеченность вашей семьи. Сопоставьте все возможности и примите то решение, которое будет для вас оптимальным.

### **Пойти работать**

Вы, наверное, знаете, что на западе практически многие студенты работают, чтобы оплачивать свое обучение. Их можно встретить где угодно: в магазинах, кафе, на стройках… Некоторые работают несколько лет после школы, чтобы накопить на обучение. Работу не бросают, даже поступив в учебное заведение. Целое лето, а нередко и во время учебного года, студенты трудятся по-настоящему. В нашей стране это не так распространено, однако это не повод забыть об этой затее.

На рынке труда сегодня представлено огромное количество специальностей, не требующих высшего или среднего специального образования. Выбрав один из таких вариантов, можно пережить трудный год и подзаработать денег. Можно устроиться официантом, оператором call-центра, консультантом в магазине, курьером, охранником, уборщиком, промоутером или другим работником. Кроме этого, если у вас есть какие-либо навыки, позволяющие вам работать удаленно, вы можете активно заняться фрилансом.

Вакансии можно найти в интернете либо отделе трудоустройства по месту жительства. Для этого нужно зарегистрироваться там и получить направление на работу на предприятие, которое нуждается в вашей помощи.

Если вы хотите в следующем году снова поступать, не ставьте работу на первое место. Работа должна помочь вам не отвыкнуть от графика, стать источником дохода и местом закомства с новыми друзьями. Кроме этого, на работе вы можете получить тот практический опыт, который, возможно, пригодится вам в будущем. Постарайтесь искать такую работу, которая будет касаться той сферы деятельности, которую вы хотите освоить в колледже или университете. Это поможет вам узнать, что представляет собой работа специалиста в этой области.

### **Подать документы в колледж**

Если вы не поступили в вуз, подумайте о колледже. И если вы хотите обязательно получить высшее образование, учтите, что после колледжа можно поступить в вуз на то же направление на сокращенный срок обучения.

При выборе колледжа обратите внимание на отзывы учащихся и выпускников, не стесняйтесь поговорить с ними. Учащиеся без прикрас опишут те перспективы и проблемы, которые вас ожидают во время обучения и после окончания обучения. О жизни учебного заведения можно также узнать на Днях открытых дверей или в интернете.

Средние специальные учебные заведения позволяют получить знания и умения, с которыми поступить в вуз, а позже – работать будет значительно проще. Кроме того, после окончания колледжа вы будете квалифицированным специалистом, у которого будет гораздо меньше проблем с трудоустройством, чем у человека без образования.

### **Готовиться к поступлению в следующем году**

Начинайте готовиться к поступлению сразу же после того, как проанализировали все варианты ваших действий с обучением и работой. Теперь у вас есть год на подготовку.

Запишитесь на подготовительные курсы. Это поможет вам не забыть ту информацию и знания, которые у вас уже есть, а также значительно лучше узнать, что вас ждет на централизованном тестировании, внутренних экзаменах и в процессе обучения.

Усиленно занимайтесь самостоятельно, ведь ни один педагог и репетитор не сможет «положить» вам знания в голову.

Если монотонность обучения очень быстро вас утомляет, попробуйте вместо целенаправленного заучивания материала читать и повторять его каждый день. Не стоит спешить, однако откладывать обучение «на потом» будет тоже неправильно.

Помните, что у вас уже есть опыт прохождения через вступительные испытания, поэтому проанализируйте свои слабые места и работайте над ними. Так вступительная кампания пройдет для вас гораздо проще.

### **Пойти учиться на курсы**

Это позволит подтянуть знания по нужным для поступления дисциплинам или овладеть на базовом уровне какой-то специальностью, которую можно будет далее использовать в качестве временного источника заработка. Можно изучить веб-дизайн, парикмахерское мастерство, фотоискусство и пр.

### **Развиваться**

Если вы не поступили в учебное заведение, это не значит, что вы не можете учиться самостоятельно. Жизнь полна возможностей! Можно ставить перед собой цели, узнавать новое и развиваться – вот что по-настоящему замечательно. Кроме того, это поможет вам расти в профессиональном плане. Читайте книги, на которые не было времени из-за подготовки к поступлению, посещайте различные мероприятия и интеллектуальные клубы, пройдите онлайн-курсы по тем направлениям, которые вам интересны (сейчас есть много бесплатных вариантов), знакомьтесь с интересными людьми, которые наверняка с удовольствием поделятся опытом, поменьше грустите и побольше думайте о том, что весь мир открыт перед вами.

### **Пожить для себя**

Если все вышеперечисленные варианты действий вам не подходят, тогда, скорее всего, вам нужно сделать жизненный перерыв: пожить для себя.

Если вы можете себе позволить, отправьтесь в путешествие. После того, как вы отдохнете, у вас появятся силы. Возможно, путешествия помогут вам расставить приоритеты и понять, чем заниматься дальше.

На Западе многие абитуриенты охотно берут так называемый gap year (в переводе с английского «год перерыва»), чтобы отдохнуть от учебы и попутешествовать (как правило, они занимаются волонтерством). Считается, что это позволяет узнать больше об окружающем мире, повзрослеть и начать осознанно относиться к получению образования.

Даже если вы не поступили в этом году, не стоит отчаиваться! Взрослая жизнь – это череда побед и поражений. Поступление в вуз или колледж – лишь один из таких трудных этапов. Поверьте, вы найдете в себе силы преодолеть эти трудности! Подумайте о том, что в будущем вы можете столкнуться с более сложными проблемами, поэтому не стоит сдаваться в самом начале своего большого жизненного пути.

Помните, все преграды можно преодолеть, если есть желание учиться. Главное: не расстраиваться и стремиться к достижению намеченной цели.

**Екатерина ДАВИДОВСКАЯ,
психолог**