

Jak przeżyć pierwszy rok studiów

W KSIĘGARNIACH MAMY OGROMNY WYBÓR RÓŻNYCH PORADNIKÓW OD TAKICH, KTÓRE INSTRUJĄ JAK NAUCZYĆ SIĘ PŁYWAĆ, AŻ PO TAKIE, KTÓRE RADZĄ JAK ZNALEŹĆ DRUGĄ POŁÓWKĘ. TYMCZASEM NIE SPOSÓB DOSZUKAĆ SIĘ ŻADNEGO, KTÓRY MÓWIŁBY JAK PORADZIĆ SOBIE ROZPOCZYNAJĄC STUDIA.

Mówi się, że kto ma informacje ten ma „ogarniętą” sytuację wie czego może się spodziewać i nie dopuszcza do sytuacji kryzysowych. Na początku studiów takich informacji do przyswojenia jest wiele. A najważniejsze z nich to: **regulamin studiów, harmonogram roku akademickiego, procedury postępowania w różnych sytuacjach np. starania się o stypendia, przy wyborze przedmiotów dodatkowych czy specjalności.** Dokładnie znać trzeba także plan zajęć oraz zasady na tych zajęciach obowiązujące, które umożliwią zaliczenie przedmiotu. Warto także sprawdzić dokładnie, co dodatkowego, poza obowiązkowymi zajęciami, oferuje uczelnia, z czego można skorzystać. Prof. UE dr hab. Wojciech Dyduch, prorektor Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach, pokazuje takie atrakcyjne możliwości: – *Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach oferuje pomoc materialną, w tym dla najlepszych studentów, dla tych, którzy aktywnie działają na rzecz uczelni, dla piszących najlepsze prace dyplomowe. Studentów wysyłamy także na staże krajowe do renomowanych firm, gdzie często już zostają jako pracownicy. Co roku chętnych wysyłamy też na studia i praktyki zagraniczne do naszych partnerskich uczelni i pracodawców.*

Na uczelni nie tylko „pisane” zasady są ważne, liczą się również zwyczaje akademickie, tradycyjne uroczystości, takie jak inauguracja roku akademickiego, bale czy święta uczelniane. Tegoroczna absolwentka kierunku Dziennikarstwo i komunikacja społeczna na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach **Marzena Gorgoń radzi:** – *Przede wszystkim należy dobrze poznać wymogi, jakie obowiązują na studiach. Różnią się one trochę od systemu, który był np. w liceum. Nie jest to jednak takie straszne, a dla mnie okazało się nawet łatwiejsze. Należy dobrze rozplanować sobie czas i uczyć się na zajęciach. Wtedy z pewnością nie*

będzie żadnego problemu z zaliczeniem roku. A jej koleżanka z II roku, **Aleksandra Florczak** dodaje: *Zarówno ja, jak i spora część moich kolegów i koleżanek, przetrwała na pierwszym roku dzięki osobom z Parlamentu Studenckiego. Objaśniał jak pokonać trudności i przebrnąć przez różne uczelniane procedury. Wyjaśniali, do kogo należy się udać, w jakiej sprawie i bardzo chętnie odpowiadali na wszelkie nasze pytania.*

OSWOJENIE MIEJSCA

Nowe są nie tylko zasady, procedury i przepisy. Nowa jest także przestrzeń uczelni. Chodzi o dojazd do uczelni i układ kampusu, to jak trafić do poszczególnych budynków i sal, nie tylko na wykłady, ale także na odpowiednie zajęcia z wychowania fizycznego. Jak dotrzeć do biblioteki uczelnianej i jakie zasady korzystania z niej obowiązują. Gdzie podczas przerwy zjeść coś smacznego, w przystępnej cenie i szybko, żeby zdążyć na kolejne zajęcia.

Większość uczelni stara się, by nowi studenci już od samego początku poczuli się komfortowo, wchodząc do społeczności akademickiej organizując dni adaptacyjne. Studenci uzyskują niezbędne informacje na temat uczelni, otrzymują także (np. w UE w Katowicach) funkcjonalny kalendarz z informatorem. Jest to organizator, zawierający niezbędne informacje, w tym kontakty do poszczególnych jednostek uczelni i mapę kampusu. Warto dodać, że mapa jest także dostępna w wersji elektronicznej, w różnych punktach uczelni, wystarczy zeskanować QR kod. Mapa naprawdę się przydaje, ponieważ kampusy uczelni to zazwyczaj takie miasta w mieście, np. kampus katowickiej UE to 12 dużych budynków, w tym kompleks sporty czy klub studencki. Nowi studenci mają także możliwość wyjazdu na tzw. adaptaki, czyli obozy, które łączą dawkę wiedzy o uczelni z dobrą zabawą i integracją.

CZUJĘ, WIĘC JESTEM

Warto zadbać, aby nadmierny stres czy strach nie hamował nas przed zadawaniem pytań starszym studentom, a nadmierna euforia nie podpowiadała nam, że każda nowopoznana osoba to nasz przyjaciel. **Ważne też, żeby od początkowej postawy obserwatora życia studenckiego, w każdym jego wymiarze, stać się jego aktywnym uczestnikiem.** No i grunt to pozytywne nastawienie, co potwierdza **Szymon Kępka**, student trzeciego roku katowickiej UE: – *Nie mówmy tutaj o przetrwaniu. Uczelnia to przecież żadna dzika puszcza czy pustynia, a miejsce gdzie edukacja musi sprawiać możliwie dużą przyjemność i satysfakcję. Inaczej studia stają się bezsensowne. Uzupełnieniem, tego jest to, by zdobywać praktykę. Moje odbyłem w „Dzienniku Zachodnim” i Rozgłośnia Polskiego Radia w Katowicach, te zajęcia zajmowały mi dużo czasu, nie dając możliwości robienia „studenckich głupot”... albo może, nie wszystkich – dodaje ze śmiechem Szymon Kępka.*

Poza pozytywnym nastawieniem i zdobywaniem doświadczenia zawodowego, pomoc może zaangażowanie w działania organizacji studenckich, takich jak samorząd, koła naukowe czy parlament studencki.

Nie można poddać się negatywnym emocjom i strachowi przed brakiem akceptacji ze strony innych studentów czy nieumiejętnością odnalezienia się w nowej sytuacji. Prawie każda osoba, która rozpoczyna studia, właśnie tego się obawia, bo przecież także szuka takiej akceptacji i dobrych znajomych. Kluczową postawą będzie nie poddawanie się i nie zrażanie mniejszymi i większymi wpadkami i porażkami, tylko wyciąganie z nich konstruktywnych wniosków na przyszłość. Pamiętajmy, ważne to wierzyć w siebie, bo nikt nie jest idealny, a człowiek przecież uczy się i doskonali przez całe życie.

CZŁOWIEK ISTOTA SPOŁECZNA

Spotkamy interesujące osoby z różnych stron Polski i świata, ze zróżnicowanych środowisk, więc jest bardzo dużo szansa, że poznamy osoby, które podzielą nasze poglądy. Tegoroczny absolwent UE w Katowicach **Michał Jankowski** podpowiada: – *Trzeba jak najszybciej znaleźć sobie dobrych znajomych*

w grupie i na roku. Na ogół już w ciągu pierwszego tygodnia nawiązuje się znajomości. Czasem trwają one do czasu zmiany grupy, inne będą się ciągnąć nawet na drugim stopniu i po opuszczeniu murów uczelni. Warto mieć sprawdzonych znajomych, którzy podzielą się notatkami z wykładu, dadzą znać o zadaniu na następne ćwiczenia. A przede wszystkim zapewnią dużo okazji do śmiechu i zabawy.

Warto także pamiętać o wartości duchowych więzów i czynić z nich swoje korzenie, które dają siłę, ale nie traktować ich jako kotwicy, która nie pozwoli nam wypłynąć na szerokie wody. Właśnie za pomocne i wspierające, relacje rodzinne uważa **Beata Pękała** absolwentka kierunku Dziennikarstwo i komunikacja społeczna na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach, wspomina: – Kluczową rolę odegrali moi rodzice, którzy stworzyli mi warunki, abym spokojnie mogła się uczyć i odrabiać zadania. Kiedy robiłam coś, co potrzebowałam na uczelnię, starali się zbytnio mnie nie absorbować pracami domowymi, byli pomocni jeśli czegoś potrzebowałam.

Jesteśmy tak skonstruowani psychicznie, że szukamy ludzi podobnych do siebie, mających podobne normy i zasady społeczne. Ale wokół nas są także osoby, które mają inne poglądy i często ostro je wyrażają, oceniając nasze. Nie trzeba się tym przejmować, warto podejść do tego w taki sposób, że w procesie takich „potyczek” sprawdzimy, które zasady, jakimi się kierujemy, są naprawdę ważne dla nas, te zostaną niezłomne.

PIERWSZE WYKŁADY, PIERWSZE ZAJĘCIA

Nauka na studiach różni się od tej w liceum czy technikum. Zajęcia trwają półtorej godziny, trzeba się dużo uczyć samemu z literatury podanej przez wykładowców, samemu notować podczas zajęć. Studenci pierwszego roku mogą się zdziwić liczbą osób, na jednym wykładzie, na auli bierze w nim udział nawet 400 studentów. Co interesujące na studiach można też, inaczej niż w szkole, wybierać niektóre przedmioty, które chce się studiować w ramach tzw. przedmiotów swobodnego wyboru.

Studenci, mimo podkreślania większego „luzu” na studiach w porównaniu ze szkołą średnią, zwracają uwagę na to, że warto chodzić na wykłady i ćwiczenia, mimo że udział w tych pierwszych nie jest obowiązkowy.

Warto, bo więcej się można nauczyć i łatwiej jest zaliczyć przedmioty i zdać egzaminy podczas sesji. A pierwsza sesja to szczególnie moment na studiach. Dlaczego? O tym mówi Martyna Mędrak: – Myślę, że pierwsza sesja jest takim momentem, kiedy na prawdę odczuwamy ilość i jakość obowiązków związanych ze studiowaniem – i dodaje – mój dziadek powtarzał mi zawsze, że „to co sobie włożysz do głowy, tego nikt Ci nie zabierze”. Nie myślałam o tym codziennie, ale na pewno ta myśl mi pomogła studiować.

TAK, JESTEM STUDENTEM

– Poczułam się prawdziwą studentką kiedy, uświadomiłam sobie, że wybór Dziennikarstwa i komunikacji społecznej na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach był w 100% trafiony. Kiedy zaczęłam czerpać przyjemność z pisania i nauki nowych rzeczy. Długo wahałam się, jaki kierunek wybrać, pierwszy rok był decydujący czy dokonam zmiany. Szybko okazało się, że decyzja była dobra, a ja mogłam z pełną satysfakcją nazwać się studentką dziennikarstwa – mówi Urszula Sitarz. Poczucie spełnienia i bezpieczeństwa jest bardzo ważne, a często tym trudniejsze do osiągnięcia, im dalej od rodziny. Dla wielu osób podjęcie studiów oznacza także wyprowadzenie się z domu rodzinnego, czyli prawdziwy sprawdzian samodzielności i dojrzałości. Tak uważa Marzena Gorgoń: – Wyprowadzka z domu, choć dla wielu bardzo trudna, okazuje się jedną z najlepszych rzeczy związanych ze studiami. Oprócz tego, że uczy nas samodyscypliny i kształtuje charakter, pozwala nam poznać nowych ludzi i zawrzeć nowe przyjaźnie. W moim przypadku właśnie tak się stało. W większym mieście zamieszkałam sama, jednak szybko poznałam nowych znajomych. Nie ma się

czego obawiać. Marzena Gorgoń wybrała stację, ale wiele osób decyduje się na akademiki, większość studentów uważa, że to esencja studentckiego życia, że warto chociaż na rok tam zamieszkać.

Studenci, od początku rozpoczęcia nauki na uczelni, zadają sobie pytania, dotyczące pracy i podjęcia drugiego kierunku studiów. Są zgodni, że warto studiować drugi kierunek. Tak naprawdę można powiedzieć, że robi się z tego moda, Marzena Gorgoń uważa: – Warto mieć alternatywę w postaci drugiego kierunku. Najlepiej jeśli możemy połączyć te dwie rzeczy i wykorzystać w przyszłości do maksimum naszą wiedzę. Bardzo ważne jest, aby wybór kierunków był zgodny z naszymi zainteresowaniami. Wtedy zdecydowanie łatwiej jest wszystko pogodzić. Podkreślają także, że **podjęcie drugiego kierunku ma sens, tylko wtedy, kiedy wie się co chce się robić po studiach, tak więc zaczynać studia trzeba z wizją końca**, Michał Jankowski dodaje: – jeśli masz sprecyzowany plan, wiesz co chcesz robić po studiach i wiesz, że studiowanie drugiego, konkretnego kierunku pomoże ci w jego osiągnięciu, wtedy warto się nad tym zastanowić.

A co z pracą? Lepiej skupić się na nauce oraz aktywnie działać na uczelni i zasłużyć na stypendium, czy dorabiać w wolnym czasie? Podjąć prace dorywczą czy taką, która pomoże nam w przyszłości dostać wymarzoną pracę? Pewne jest to, że studia oraz cele zawodowe, które postawiliśmy przed sobą powinny być najważniejsze. **Jeśli pracujemy, żeby utrzymać się na studiach, albo podejmujemy pracę, która chociaż pośrednio, pomoże nam potem zdobyć tą wymarzoną, to jest to dobry pomysł.** Warto także pamiętać o tym, że na każdej uczelni funkcjonuje Biuro Karier, pracownicy Biura chętnie pomogą, zarówno w określeniu predyspozycji zawodowych jak i znalezieniu pracy.

MARIA BUSZMAN-WITAŃSKA



dr Maria Buszman-Witańska, wykładowca na kierunku Dziennikarstwo i komunikacja społeczna oraz kierownik studiów podyplomowych Public Relations – nowoczesna komunikacja w praktyce na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach. Członkini zarządu Polskiego Stowarzyszenia Public Relations Oddział Śląsk. Zajmuje się szkoleniami, doradztwem i projektami w zakresie promocji i komunikacji, specjalizuje się w promocji usług edukacyjnych np. przygotowaniu i konsultacji planów i strategii promocji dla szkół.