**ПОРАДИ ЩОДО АДАПТАЦІЇ НА НОВОМУ РОБОЧОМУ МІСЦІ**

**Процес гострої адаптації (триває 1-2 місяці)**

Часто він пов'язаний з почуттям тривоги, невпевненості в собі, відчуттям, що Ви помилилися або помилилися у Вас. Нова робота багатьом здається зовсім не такою, якою вона видавалася, поки Ви її не отримали.

Виробничі завдання викликають багато питань, але людина не хоче виглядати некомпетентною, намагається вирішити їх самостійно Людина часто переживає психологічне напруження, пов’язане із бажанням бути прийнятою в новий робочий колектив та можливістю ефективного виконання прямих робочих обов’язків.

**ПОРАДИ ЩОДО АДАПТАЦІЇ НА РОБОЧОМУ МІСЦІ**

**-** Пам'ятайте, що Вам буде необхідно швидко засвоїти великий потік інформації: імена, прізвища, телефони, розташування кабінетів, порядок дій, розпорядок дня і т. д. Для кращого запам'ятовування заведіть щоденник для записів!

**-**Намагайтеся чітко визначити свої функції і обов'язки, узгодьте їх з безпосереднім керівником.

**-**Корисно з'ясувати, в чому полягають обов'язки інших членів колективу, щоб Ви змогли визначити, як найкращим чином взаємодіяти з іншими працівниками.

**-**Якщо Ви сумніваєтесь у виконанні завдання, краще запитати, ніж допустити помилку.

**-**Якщо Вас критикують, намагайтесь використовувати критику собі на користь: спробуйте діяти відповідно до зауважень і  виправити ті помилки, на які Вам вказали.

**Пам'ятайте, що спочатку людина працює на репутацію, а потім репутація працює на людину!**