

# [23级计算机]如何适应大学生活

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，从高中生到大学生的转变，确实是一段人生的重要旅程。在这个过程中，你不仅要面对学习上的挑战，还要探索自己内心真正想要做的事情。

## 1 接纳自己 相信自己

踏进陌生的校园，面对来自五湖四海的同学和热情优秀的学长学姐，很容易觉得自己平庸，再加上从高三的“大佬”变成一无所知“小弟”，这种角色的改变也容易造成情绪波动。在这个特殊的时期，切不可一味地自我否定，要理智分析当下负面情绪产生的原因，合理接纳自己的缺点和不完美。然后，静下来好好回忆一下自己的过去的成就，从中挖掘自己的熟悉的知识、善用的技能和优秀的品质，为证明自己的优秀找一些证据和理由，提升自我效能。

## 2 积极行动 敢于尝试

大学里有丰富多彩的活动，还有许许多多的社团与学校部门可以加入，新生们要积极尝试，勇于挑战，在行动中疗愈不良情绪、历练自己。参加这些活动，你会发现你的优点，你适合干什么，你又想要干什么。例如计算机来说，我们学校有ACM社团，开学前可能要你刷算法题目，这你就是尝试，刷这试一试看，看看到后面这个东西对你来说合不合适，你到底有没有天赋。学长就是发现自己好像并不是特别适合打这个算法竞赛。后面又发现了领航工作室，这个是搞项目开发的，后面发现这个确实不错，在提升自己编程的同时，还能为自己找工作打下基础。学长还加入学院新媒体部门（负责学院微信公众号推文编辑）工作了一年，又担任了文艺部的负责人。这些这都是一种尝试在尝试之间发现自己的闪光点。

## 3 坚持目标，不要放弃

“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”，当你真正找到探索到自己想做的事时，你会发现实现这件事的路上并不是一帆风顺的，即使你对这个事有很大天赋。在领航学习的过程中，学长也遇到瓶颈，一些部分学不下去，感觉好难，后面坚持下来后才发现“豁然开朗”，前面的难的部分也并不是想象中那么难。

所以，遇到自己想做的事情，你需要坚持，才能看到雨后彩虹，不能因为难而停下脚步，又跑去尝试新的东西，然后又说难，最后一来很容易导致一无所有。加油吧，“坐待四海升平年”。