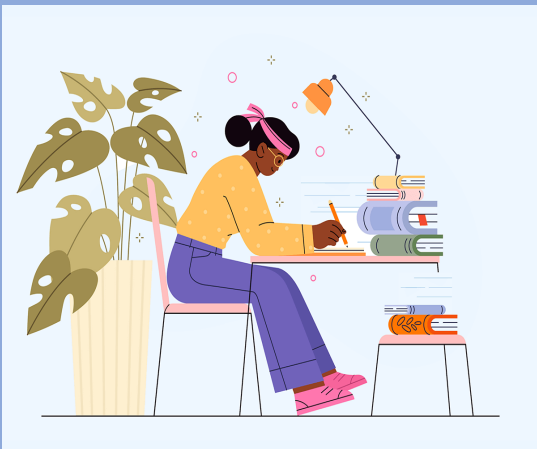


Як психологічно підготувати себе до НМТ?



1. Оціни, що найбільше тебе лякає у процедурі НМТ?
2. Склади список тих труднощів, з якими, на твою думку, доведеться зіткнутися. Це допоможе розібратися в проблемах і в їх усуненні тобою.
3. Згадай, чи була у тебе на попередніх етапах схожа складність? Чи вдавалося тобі впоратися з нею і як?
4. Подумай, хто міг би тобі допомогти в ситуації підготовки до НМТ?
5. Проявляй ініціативу в спілкуванні з приводу майбутньої події.

