

Добро пожаловать в Epsom College! Мы надеемся, что здесь вы будете счастливы вместе с нами. Это замечательная возможность выучить английский в межкультурном обществе. Уехать так далеко от дома это большой и серьезный шаг, и мы сделаем все возможное, чтобы вы чувствовали себя здесь частью одной большой семьи.

Когда вы впервые посещаете Англию, все кажется новым и захватывающим. Однако через какое-то время это меняется. Возможно, вы станете скучать по дому или у вас появятся подобные беспокойства:

- Я не понимаю, что говорят люди.
- У меня болит голова.
- У меня болит живот.
- Почему я так устал/а?
- Мне не нравится здесь еда.
- У меня плохая успеваемость.
- Я не могу никому доверять.
- Я не могу рассказать о своих переживаниях родителям - они будут беспокоиться.
- Я хочу домой.



Если вы себя так чувствуете, не беспокойтесь, вы не одни! То, через что вы проходите, называется «культурный шок» и это **НОРМАЛЬНО**. Подобное случается со всеми, кто переезжает в другую страну.



Ваш английский улучшится, даже если на это уйдет время. Не бойтесь спрашивать учителей если вам что-то не понятно. Также попробуйте следующее:

- Пейте много воды.
- Завтракайте каждое утро.
- Не сидите одни в своей комнате: найдите друзей!
- Участвуйте в различных секциях. Проводите больше времени на свежем воздухе и занимайтесь спортом.
- Старайтесь как можно больше узнавать про жизнь в Epsom College и в Великобритании.

Поговорите с кем-нибудь - с приятелем в доме или с другом, который говорит на вашем родном языке или с преподавателем, который вам нравится. Большинство старших учеников-иностранцев понимают, как вы себя чувствуете. Также, многие преподаватели жили в других странах, и они понимают, что это такое находиться вдали от дома. **Не бойтесь говорить с ними.**

Культурный шок не обозначает, что вы не справляетесь или что приехать сюда было ошибкой. Мы здесь, чтобы помочь и поддержать вас. Нам хочется, чтобы вы были успешны и счастливы здесь. Если вы проходите через культурный шок, не беспокойтесь, в ближайшее время все обязательно наладится.



EPSOM
COLLEGE

These are (most of) the countries represented at Epsom:

- | | |
|--|--|
|  Australia |  Japan |
|  Azerbaijan |  Kazakhstan |
|  Bangladesh |  Malaysia |
|  Belgium |  Netherlands |
|  Bulgaria |  New Zealand |
|  Cambodia |  Nigeria |
|  Canada |  Poland |
|  China |  Portugal |
|  Cyprus |  Romania |
|  Denmark |  Russia |
|  France |  Singapore |
|  Georgia |  South Africa |
|  Germany |  South Korea |
|  Greece |  Spain |
|  Hong Kong |  Sweden |
|  India |  Taiwan |
|  Iran |  Thailand |
|  Ireland |  Turkey |
|  Italy |  Ukraine |
|  Jamaica |  USA |

Не бойтесь обратиться к нам!



Миссис Е. Кеннэди
заведующая кафедрой EAL
(английский как иностранный
язык) и IELTS

Вы можете найти меня в EN1



Миссис Х. Кивил
помощник завуча (отвечающий
за благосостояние учеников)

Вы можете найти меня в Tuck
shop

Вдали от дома?



Информация для наших
иностраннных учеников