

## *Памятка родителям, дети которых первый раз уехали в лагерь*

### *Уважаемые взрослые!*

Ваш ребёнок первый раз уехал из дома на такой длинный промежуток времени. Мы надеемся, Вы понимаете, что для него это не просто увлекательное путешествие в чудесный мир детства, но и, прежде всего, серьёзный жизненный опыт. Опыт самостоятельной жизни вдали от родных. Опыт общения со сверстниками, так не похожими на него самого и незнакомыми взрослыми – вожатыми, которые вскоре станут ему самыми близкими друзьями и помощниками.

Адаптация, привыкание ребёнка к детскому центру происходит в течение 3-4 дней. Эти дни могут стать немного болезненными для Вашего ребёнка, т.к. в организационный период смены всем детям предлагаются для выполнения правила и нормы жизни отдыхающих в Детском Центре. Они гуманны и соответствуют возрастам. Трудность в том, что они новы для многих ребят.

В этот период происходит знакомство со сверстниками в отряде и конкретно в комнате. Если в домашних условиях ребёнок, уставая от информации и общения, может восстановить силы разными привычными способами, то первые дни в лагере он будет их лишён. Пока он не обретёт новые силы, будет испытывать некоторый дискомфорт. У разных ребят это бывает по-разному: у одного – потеря аппетита, у другого – гипервозбудимость и т.д. У кого-то адаптация происходит быстрее, у кого-то затягивается. Но известно одно: в более младшем возрасте она происходит легче.

Зачастую в наших семьях по одному или два ребёнка, в силу этого они излишне опекаемы, инфантильны. Мы, родители, порою не сознаём, пользу или вред этим приносим нашему чаду. Ведь человек – существо общественное и без навыков поведения среди людей и самостоятельности ребёнку будет трудно найти своё место в жизни.

Наблюдения за многими ребятами в условиях лагеря и последующая переписка с ними доказывают, что если ребёнок справляется с первыми трудностями самостоятельной жизни, приспосабливается жить по новым правилам, - его самооценка повышается, он начинает думать о других людях гораздо лучше, чем раньше, отношение к родным становится более тёплым, границы мира для него расширяются, и мир не кажется ему таким неудобным и чужим как раньше.

В противном же случае, если ребёнок от первых трудностей «сбегает» домой, опыт пребывания в лагере становится негативным и он, как ни печально, окажет плохую услугу Вашему ребёнку и в 12, 13, 14, 15 лет и далее – вырабатывается стратегия ухода от проблем.

Мы надеемся найти в Вас единомышленников в вопросе адаптации Вашего ребёнка в условиях Детского Центра, и предлагаем Вам внимательно изучить следующие рекомендации:

- Ничто не может заменить человеку дом. Это причал, где его любят, поймут, примут таким, какой есть. В первые дни тоска по дому естественна. По мере включения в жизнь лагеря, отряда, тоска проходит. Во-первых, постарайтесь успокоиться сами, ибо Ваша тоска может передаваться Вашему ребёнку. В ДСООЦ «Лазурный» созданы условия для самостоятельной жизни ребят (комфортабельные корпуса), отдыха (бассейн, спортзал и т.д.), самореализации (работает школа, кружки, спорт. секции). Безопасность Вашему ребёнку гарантирована круглосуточной охраной. Права Вашего ребёнка прописаны в каждом отрядном уголке. На страже здоровья круглосуточная квалифицированная медицинская

служба. Питание качественное пятиразовое. Круглосуточно рядом с Вашим ребёнком – профессиональные педагоги-организаторы.

- Если ребенок впервые уезжает из дома – проведите предварительную мотивационную беседу. Объясните ему, насколько важны в жизни человека уроки самостоятельной жизни, а лагерная смена, среди таких же сверстников – подарит неоценимый опыт подготовки к свободному полету во взрослую жизнь.
- Вы можете поддерживать связь с Вашим ребёнком в письмах, по телефону, если есть возможность – приехать навестить (желательно не раньше недельного пребывания в Центре).
- В разговоре по телефону старайтесь меньше касаться тревожных сторон домашней жизни, бывает, что ребёнок переживает за домашних так, что не может думать о себе.
- Нежелательно ставить ребёнка в ситуацию выбора («если не понравится, мы тебя заберём»). Он начинает взвешивать, выбирать, и это негативно отражается на психике ребёнка. Чтобы понравилось, нужно время и полная включённость в ту ситуацию, в которой он находится (жизнь лагеря, отряда). Лучше всего найти какую-либо ситуацию, по которой Вы не сможете сейчас забрать его домой, а приехать лучше всего на 6-7 –ой день. А если у ребёнка трудности, постарайтесь спокойно выяснить, какого они характера, и посоветовать с вершин своего жизненного опыта, как ему лучше поступить:
  - если он тоскует по дому, посоветуйте ему заняться тем в отряде тем, что ему интересно и, что у него хорошо получается (поделки, рисование, танцы, стихи и т.д.), так как чувство тоски быстрее проходит, когда человек занят;
  - если ребёнок встревожен новизной обстановки или подавлен, застенчив, постарайтесь внушить ему уверенность в своих силах;
  - если причина кроется во взаимоотношениях со сверстниками или бытовых проблемах, посоветуйте обратиться к вожатым или психологу.

Такая Ваша позиция очень часто приводит к желаемому результату: ребенок успокаивается, мобилизует внутренние резервы психики, ищет выход из создавшейся ситуации.

Педагогический коллектив со своей стороны, готов обеспечить Вашему ребёнку всестороннюю помощь и поддержку во все время пребывания в детском Центре «Лазурный».

Реальную помощь Вашему ребенку в решении проблем, возникнувших у него в новом социуме, способны оказать те люди, которые в данный момент находятся рядом с ним. Это весь коллектив в целом и конкретные специалисты, к которым обратились Вы или Ваш ребенок: в первую очередь – педагоги отряда, затем - психологи, медицинские работники, администрация. К кому бы Вы ни обратились за поддержкой, знайте, что в каждом конкретном случае нами тщательно продумывается стратегия индивидуальной помощи вашему ребенку.

Нередко помощь подростку в сложной ситуации оказывают не только родители и педагоги, но и педагоги-психологи Детского Центра. В этих случаях психолог может оказать помощь в виде консультирования как подросткам, так и их родителям по вопросам воспитания в семье и взаимоотношений с ребенком.

Коллектив Детского Центра всегда настроен на сотрудничество с Вами, уважаемые взрослые по вопросам приобретения Вашим ребенком положительного социального опыта, самореализации его в смене, сохранения и укрепления физического и психологического здоровья как залога развития его успешности в будущей жизни.