



Отправляем ребенка в лагерь



Наконец-то наступили долгожданные летние каникулы!

Чтобы сделать этот период ярким, полноценным и запоминающимся, многие родители решают отправить ребенка в детский лагерь. Однако первые дни пребывания в лагере не всегда вызывают у ребенка положительные эмоции: дети просятся домой, жалуются, скучают, выказывают свое недовольство лагерной жизнью. И это нормальный процесс адаптации, ведь ребенок, попадает в новую для себя среду и незнакомое окружение, в связи с чем испытывает некие внутренние неудобства.

Длительность периода адаптации может составлять от двух-трех суток до недели. Это время привыкания к лагерю, к обычаям и распорядку дня, завоевания места в детском коллективе и налаживание отношений с вожатыми. Чем быстрее ребенок найдет себе друзей, чем чаще он будет участвовать в играх и других мероприятиях, тем быстрее и безболезненней пройдет адаптационный период. Как правило, максимум на четвертый день ребенок перестает жаловаться родителям на то, что ему скучно или не нравится в лагере.

Быстрее адаптируются к лагерной жизни дети активные, контактные и общительные, которые посещают спортивные секции, кружки рукоделия, художественные и музыкальные школы. Чем больше опыт коммуникации у ребенка, тем легче ему будет привыкнуть к детскому лагерю.

Вот несколько рекомендаций о том, как родителям помочь ребенку адаптироваться к лагерю.

Этап 1. Подготовка к поездке в лагерь.

Предварительная беседа с ребенком поможет ему в дальнейшем пережить адаптационный период. Расскажите, как себя вести, чтобы найти друзей и не быть изгоем. Напомните, например, что никто не любит «ябед», а если ребенок хочет стать «душой компании», то нужно для этого быть отзывчивым и дружелюбным.

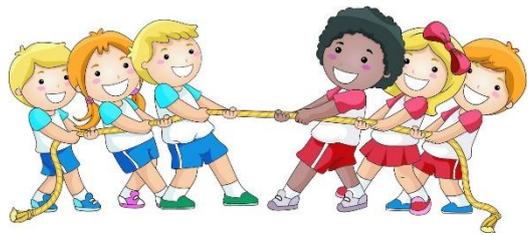
Облегчить знакомство со сверстниками вашему ребенку поможет знание интересных игр или даже фокусов. Найдите время и научите ребенка каким-нибудь занимательным вещам, которые он сможет продемонстрировать детям в лагере.

Заранее подберите лагерь, исходя из интересов ребенка. Это может быть спортивный, краеведческий, творческий или другой лагерь, где ребенок сможет раскрыть свои таланты. Не навязывайте ему свои личные желания. Пусть ребенок тоже примет участие в выборе своего будущего места отдыха.



Этап 2. Первые дни в детском лагере.

Первые дни в лагере считаются самыми сложными. Если ребенок общительный и активный, то ему будет проще адаптироваться и познакомиться с окружением.



Детям более замкнутым и стеснительным сделать первые шаги сложнее. В итоге им становится скучно, плохо, одиноко и уже через день-два они просят домой. Застенчивому ребенку нужна ваша помощь. Например, когда дети будут собираться у автобуса, поезда, самолета, пообщайтесь с другими родителями, познакомьтесь с ними, и постарайтесь познакомить своего ребенка с другими детьми.

Удерживайтесь от того, чтобы звонить ребенку в день по несколько раз и приезжать каждый вечер, потому что лагерь недалеко от дома. Есть опасность, что Ваш ребенок прослышет «маменькиным сыночком» или «дочкой». Пусть дети знакомятся и общаются между собой.

В детском коллективе практически неизбежны конфликтные ситуации. Если Вашего ребенка обижают, поговорите с ним о том, как можно постоять за себя (если есть такая возможность), либо призовите на помощь вожатого.

Если ребенку по какой-либо причине длительное время неуютно в лагере, и он просит забрать его, есть несколько возможных решений:

Поговорите с ребенком и узнайте, что именно ему не нравится. Возможно, все получится исправить.

Попробуйте пойти на компромисс: предложите ребенку забрать его через 3-5 дней, если ничего не изменится. Возможно, у него просто сложный адаптационный период, который за эти дни завершится.

Забирайте ребенка, чтобы не нанести ему психологическую травму, если видите, что ситуация не меняется и его эмоциональное состояние не улучшается.

Этап 3. Возвращение домой.

Как правило, дети даже не замечают, что смена закончилась, уже пора домой и могут очень сильно расстраиваться по этому поводу. Чтобы успокоить ребенка, постарайтесь быть максимально нежными. А еще лучше, подготовьте какой-нибудь сюрприз, который будет ждать его дома. Так расставание с друзьями пройдет наименее болезненно.



Пусть лето будет радостным, теплым и добрым!