



# *Ребёнок едет в детский лагерь*

## **Памятка для родителей**

Как правило, у многих детей может возникать некоторая неуверенность и страх по поводу встречи с неизвестным, дети могут переживать даже одиночество при одной мысли о том, что они уедут из своего дома, покинут родителей. Важно подготовить заранее ребенка к поездке.

## Как подготовить детей к поездке в детский лагерь?

- обговорите перспективу отправления в лагерь заранее, отъезд не должен стать для ребёнка сюрпризом;
- расскажите ребёнку о своем опыте пребывания в лагере (если таковой имеется), расскажите несколько интересных историй, покажите фотографии (тогда ребёнок поймет, что его не «ссылают» в лагерь и что другие дети летом часто отдыхают в лагерях);
- соберите как можно больше информации о лагере, в который выезжает ребёнок (где находится, какие условия, кто будет вожатым, какие секции, развлечения есть в лагере, правила, когда можно приезжать к ребёнку и т. п.) и обсудите данную информацию с ребёнком;
- если есть возможность, вовлеките ребёнка в выбор лагеря, так он будет чувствовать, что это и его решение тоже: посмотрите фотографии и отзывы, которые есть в интернете (ребёнок увидит довольные лица сверстников, и у него возникнет желание также весело провести лето);
- ориентируйте ребёнка на соблюдение основных правил детского лагеря и проявление доброжелательности в общении, как залога удачного отдыха;
- если вы опасаетесь, что ребёнок не найдет общего языка со своими сверстниками, попробуйте отправить его в лагерь с одноклассником, другом (это позволит ребёнку чувствовать себя увереннее, уберёжет его от возможных неудач);



# Как подготовить детей к поездке в детский лагерь?

- дайте ребёнку возможность попрактиковаться в самостоятельности: отправьте его с ночёвкой к другу или к бабушке с дедушкой;
- вселите в ребёнка уверенность, что он сможет хорошо провести время вдали от дома;
- перед отъездом обязательно поговорите с ребёнком о том, что его волнует, ответьте на все его вопросы, развейте все его переживания;
- важно заранее предупредить ребёнка, с чем он может столкнуться и какими способами он может решать ту или иную проблему, расскажите ему о том, что сначала он должен попробовать сам решить проблему и только потом обращаться за помощью к вожатым или родителям;
- необходимо проинформировать ребенка о том, сколько денег на его мобильном счету, сколько стоят входящие и исходящие звонки, как часто он должен выходить на связь;
- если вы впервые отправляете ребёнка в лагерь, то должны осознавать, что и вы сами, и ваш ребёнок вместе учитесь расставанию, но ваша задача поддержать его в этот нелёгкий для него момент;
- если есть возможность, отправьтесь с ребёнком в лагерь на один день, так у ребёнка появится чувство, что он едет в уже известное место;
- взять с собой в детский лагерь игрушку, которая поддержит его если будет грустно.



## *Факторы, указывающие родителям на готовность ребёнка к своей первой поездке в лагерь:*

- у ребёнка появилось желание ехать в лагерь (если ребёнок категорически отказывается от предложения отдохнуть пару недель за городом, вероятно, он не готов расстаться со своими родителями или испытывает какие-то страхи, связанные с разлукой и пребыванием в детском лагере);
- ребёнок общителен и не имеет затруднений в налаживании новых контактов со сверстниками и взрослыми (если ребенок необщительный или замкнутый в себе поездка в лагерь может оказаться для этого ребёнка началом успешного процесса социализации);
- ребёнок обладает навыками самообслуживания и самостоятелен в бытовых вопросах, даже если маленькому путешественнику 6-7 лет, он должен уметь: самостоятельно переодеваться, умываться, пользоваться столовыми приборами, застилать постель и следить за своей внешностью;
- личная заинтересованность ребёнка в решении организационных вопросов относительно поездки (куда ехать, какие вещи с собой брать) совместно с родителями, учитывая, конечно, степень зрелости ребёнка и требований лагеря: если ребёнок чувствует свою вовлечённость в процесс принятия решений, шансы на получение им позитивного опыта в лагере увеличиваются.



# Родителям необходимо помнить

После прибытия ребёнка в лагерь в течение 2-5 дней идёт его адаптация к новому месту и коллективу. На этот период приходится самое большое количество звонков домой с просьбами забрать ребёнка из лагеря (особенно, если это первое самостоятельное путешествие ребёнка). Психологи рекомендуют родителям не поддаваться унынию ребёнка и постараться настроить его на оптимистичный лад, убедить в том, что он уже взрослый, и родители гордятся его самостоятельностью.

Обычно со второй недели пребывания в лагере, когда ребёнок находит друзей, начинается его активное участие в жизни лагеря, звонки домой вообще прекращаются.

Иногда сами родители мешают детям вести нормальную жизнь в лагере. Как будет чувствовать себя ребёнок, которому мама звонит после каждого приёма пищи с вопросом, что он съел? Не стоит переживать, что дети останутся голодными - такого практически не бывает, если на обед ребёнок отказался от котлеты, то на ужин попросит добавки.

Доверяйте своим детям и отпускайте их от себя. Для полноценного личностного развития им необходимо своевременно приобретать опыт ответственности и самостоятельности в принятии решений.

