

Советы психолога

В летнем лагере дети приобретают самостоятельный опыт. Дети лучше узнают себя, других детей и окружающий мир. Как узнать, что ребёнок готов к летнему лагерю?

Несомненно, прежде чем отправить ребёнка в летний лагерь, нужно убедиться, что он готов к летнему лагерю, особенно к лагерю с круглосуточным пребыванием. Требуется определённая зрелость, физическая и психологическая, для проживания вдали от дома в течение двух-трёх недель. Готовность ребёнка к летнему лагерю можно определить, прежде всего, по его реакции. Как ваш ребёнок отреагировал на известие о поездке в летний лагерь? Он пришёл в восторг, обрадовался или сильно разволновался? Приходилось ли ему когда-либо так долго находиться вдали от дома без вас? Если нет, попробуйте для начала дневной лагерь. Если ребёнку понравится пребывание в дневном лагере, можно подумать о варианте с круглосуточным лагерем.

Выбор лагеря должен быть сугубо индивидуальным. Сегодня представлен огромный выбор летних лагерей: от развлекательных до образовательных. Только родители могут судить, какой лагерь лучше всего подойдет его ребёнку. Выбирая лагерь, учитывайте интересы ребёнка и свои цели. Выберите время и поговорите с руководством лагеря. Убедитесь, что вашему ребёнку будет там хорошо. При выборе летнего лагеря обратите внимание на структуру лагеря, на распорядок дня, на предоставляемую свободу, на квалификацию работников лагеря, на возможность общения с детьми. Руководство лагеря должно заранее сообщить, что вам потребуется. **Расскажите ребёнку о положительных сторонах пребывания в лагере, но и не забудьте дать ему возможность рассказать о своих опасениях и переживаниях.**

Когда ребенок уезжает в лагерь, не думайте, дорогие родители, что дети рады «вылететь» из-под родительской опеки. На самом деле их пугает полная самостоятельность, большое количество незнакомых детей и взрослых, с которыми придется находить общий язык. Критические периоды в лагере – это норма адаптации вне дома. Как правило, на 3-ий и 7-й день дети звонят домой с просьбой забрать их. На вопрос, что именно его не устраивает, сын или дочь дает расплывчатые комментарии, жалуется на плохое самочувствие и даже плачет. **Не бросайтесь за любимым чадом!** Если ребенка увезти из лагеря, то он не преодолеет психологический барьер адаптации в коллективе, и в дальнейшей жизни ему будет сложнее это сделать. Лучше подождите пару дней. У ребенка появятся новые друзья, он увлечется интересными играми, дискотеками и хандра пройдет. Между тем, и самим родителям необходимо быть более сдержанными в своих чувствах. Среди мам и пап есть категория тревожных и гиперопекающих. Они драматизируют расставание с ребенком и если решаются отдать его в лагерь, то держат ситуацию под контролем: часто навещают, звонят по несколько раз в день. Подобный контроль осложняет жизнь ребенка. Ему стыдно перед сверстниками и неудобно перед вожатыми за навязчивость мамы и папы.

Смотрите на летний лагерь, как на ценный опыт, как на возможность для вашего ребёнка повзрослеть и познать мир.