

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ УЧАЩИХСЯ ПО АДАПТАЦИИ В УЧИЛИЩЕ

Поступив в новое учебное заведение, человек попадает в совершенно новую среду, в которой нужно адаптироваться, влиться в нужный ритм работы, в незнакомый коллектив, а дальше получать только позитивные эмоции от прекрасной жизни. Ведь успешная адаптация подростка к жизни и учебе в училище является залогом дальнейшего развития каждого учащегося как личности и будущего специалиста. А близкие люди как никто другой способны во многом поддержать и помочь сориентироваться в новой жизненной ситуации. Известно, что родители подростков переживают еще больше, чем сами дети. Как там наш ребёнок, он совсем один, будет ли успевать, а вдруг с плохими ребятами свяжется ... — целый рой мыслей в голове, от которых сложно уснуть и даже валериана не помогает. Но успокоить себя все-таки надо. И не мучайте своего ребенка слишком частыми звонками, допросами и нотациями. Но, разумеется, совсем уже без внимания его тоже оставлять не стоит. Будем действовать деликатно.

Помогите вашему ребенку адаптироваться:

- Настройте своего ребенка на серьезный лад.
- Следите за тем, чтобы ваш ребёнок соблюдал режим дня: ложился спать не позднее 23 часов (необходим 8-и часовой сон), правильно организовал свой быт (с меньшими затратами времени), поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену.
- Вне зависимости от того, на какое расстояние уезжает ребенок, не теряйте с ним связь, регулярно звоните, поддерживайте морально, интересуйтесь успехами и т.д.
- Регулярно давайте возможность своему ребенку пробовать себя в роли преподавателя – учить вас тому, чему он учится сам. По возможности создайте условия для полноценного обучения – исключите отвлекающие факторы.
- Будьте внимательны к тем изменениям, которые вы замечаете в своем ребенке.
- Опирайтесь на сильные стороны ребенка, не подчеркивайте его промахи, принимайте его индивидуальность.
- В общении демонстрируйте оптимизм, юмор и свою веру в его успехи и начинания. А также используйте такие слова поддержки, как: «Зная тебя, я уверена, что ты все сделаешь хорошо», «Ты делаешь это очень хорошо», «Это серьезный вызов, но я уверена, что ты готов к нему». И избегайте следующих фраз: «Ты всегда...», «Ты вообще...», «Вечно ты...», «Я так и знала...».
- Контролируйте посещаемость и успеваемость обучающегося на протяжении всех лет обучения.

- Регулярно посещайте родительские собрания в училище.
- Поддерживайте связь с куратором учебной группы, в которой обучается ваш ребёнок, с классным руководителем. Благодаря общению с педагогами, вы узнаете достоверную информацию об успехах и проблемах вашего ребенка.
- В случае возникновения проблем, связанных с воспитанием ребенка, обращайтесь к специалистам педагогу-психологу и педагогу социальному.

Ну и самое важное — морально поддерживайте, верьте в своего ребёнка! И у него обязательно все получится!