

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ СТУДЕНТА-ПЕРВОКУРСНИКА

Уважаемые родители!

Ваш(а) сын(дочь) поступил(а) в государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Донецкий промышленно-энергетический колледж».

Надеемся, что это поступление является важным событием для всей Вашей семьи и приносим наши искренние поздравления.

В этом году Ваш ребёнок кардинально изменил свой образ жизни: он стал на ступеньку выше своих друзей-одноклассников, которые остались в школе, так как с 1 сентября будет получать среднее профессиональное образование. Мы абсолютно уверены в том, что все знания, полученные за время обучения в нашем колледже, принесут большую пользу не только самому ребёнку, но и всей Вашей семье.

В то же время, именно в этом году Ваш ребенок будет испытывать наибольшие психологические трудности, связанные с адаптацией (привыканием) к новым условиям учебы, к новым требованиям, преподавателям, новым друзьям. Наша и Ваша задача - помочь ребенку поскорее привыкнуть к новым для него условиям и требованиям для того, чтобы учеба в колледже была для него успешной и приятной. Только совместными усилиями мы сможем поддержать ещё не сформировавшиеся личности наших детей, помочь им разобраться в окружающем мире и не попасть в ситуации, требующие вмешательства других, более серьезных административных структур.

Чтобы Ваши дети не растерялись, чтобы Вы всегда сумели им подсказать, помочь, а иной раз и проконтролировать ситуацию, мы подготовили эту памятку для родителей.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Настройте своего первокурсника на серьезный лад. Объясните ему важность обучения в колледже, степень его ответственности.
- Деликатно интересуйтесь жизнью вашего первокурсника. Проявляйте интерес к тому, что он узнал сегодня на учебных занятиях, какие отношения с преподавателями, нашел ли он новых друзей. Предлагайте свою помощь в решении возникающих вопросов, но не переусердствуйте. Развивайте в своем ребенке ответственность, самоконтроль и самоорганизованность.
- Следите за тем, чтобы ваш ребенок соблюдал режим дня: ложился не позже 23.00, поддерживал свое здоровье и соблюдал личную гигиену.
- Будьте внимательны к тем изменениям, которые замечаете в своем ребенке.
- Обязательно поддерживайте связь с классным руководителем и учебной частью. Тогда вы будете в курсе успехов своего ребенка, знать о трудностях, которые у него возникают. Вы сможете в сотрудничестве быстро и эффективно решить возникающие трудности. Контролируйте посещаемость и успеваемость на протяжении всех лет обучения.
- Поддерживайте своего ребенка, верьте в его успехи и победы, у него все обязательно получится!

Ваш ребенок вырастет, перед ним много соблазнов, ему могут предложить сигарету, алкоголь, и даже наркотик во дворе, на дискотеке, в гостях у друга и т.п. вы не в силах исключить возможность этого и всегда должны быть готовы к такому развитию событий. Это не означает, что надо постоянно ждать и бояться. Быть готовым — значит, в случае возникновения таких проблем, спокойно её проанализировать и грамотно спланировать свои действия.

Помните! Если отношение к алкоголю, табаку и наркотикам не сформируете вы, то это обязательно сделают сверстники. Но вы уверены в том, что подросток получит правильную информацию?

- Готовясь к разговору с подростком на эти темы, очень важно выбрать «фундамент», на котором следует построить вашу беседу.
- Объясните, что, приближаясь к наркотикам, человек утрачивает всякую самостоятельность. С этого момента то, что он будет делать, когда и как,- уже в большой степени зависит не от него самого. Он становится заложником и превращается в товар.
- Не стоит основывать свою аргументацию на «вреде физическому и психологическому здоровью». Подросток не услышит вас, потому что здоровье для большинства из них просто данность и «если ты будешь курить, то можешь заболеть раком лёгких» - им просто не понятно.

- Бесперспективным будет ваш тезис: «Ну что хорошего в этом, подумаешь удовольствие, тоже мне!». Он очень доступно сможет объяснить, что это такое, но скорее промолчит, чтобы не подвергнуть вас в полуобморочное состояние.

Чего не должны родители:

- Считать нормой курение или пьянство.
- Предлагать алкоголь и табак подростку, не достигшему совершеннолетия.
- Финансировать или давать подросткам разрешение на действия, которые нельзя проконтролировать.
- Ругать или наказывать подростка, когда он в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- Унижать подростка, демонстративно обыскивать карманы, обнюхивая, осматривая его карманы.
- Отчаиваться, решив, что всё кончено. Безднадёжных случаев не бывает.

Когда подросток выходит из дома, родители должны:

- Знать куда он пошёл.
- Сообщить ему, где в это время будете находиться вы, или к кому из близких он может обратиться за помощью.
- Назначить время его возвращения домой и требовать отчёта, если он опоздал.
- Не спать, встретить ребёнка, если он вовремя не вернулся домой.
- Убедить подростка, что он при необходимости может попросить родителей заехать за ним без лишних вопросов с их стороны.
- Быть в контакте с родителями друзей вашего ребенка.

В последние годы, в Россию заходит поток новых наркотиков, расходуется по стране почтовыми отправлениями, а непосредственная торговля ведётся через сеть интернет. Названия этих наркотиков на слэнге: спайсы. Основные потребители - молодежь.

Бороться с ними сложно, потому что их с запозданием включают в список запрещенных, а распространение происходит через интернет.

Наркотики эти чрезвычайно опасны, так как доступны, просты в употреблении, и действуют в первую очередь на психику.

Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не вас. Запомните - наркотики не выбирают, сын учительницы или дочь генерала. И основная причина наркомании - доступность наркотиков. В 99% случаев употреблять курительные смеси начинают те, кто уже курит сигареты.

Родителям необходимо знать:

Употребление курительных смесей - частая причина подростковых

суицидов. Как правило, выходят из окон. Это не значит, что подросток хотел свести счеты с жизнью, возможно, он просто хотел полетать.

Покупают эти наркотики или через интернет, или у сверстников. Как правило, подростки заходят на известные сайты, торгующие наркотиками, набирая в поисковике несколько ключевых слов, получает контакт, списывается через скайп или аську, делает заказ, ему тут же сообщают номер счета, он оплачивает через терминалы, и ему сообщают, где забрать спрятанные наркотики.

На слэнге - поднять закладку, найти клад. Те же самые действия можно осуществлять в Контакте, одноклассниках и т.д. Зачастую, информацию считывают со стен домов, когда видят надписи: Легал, Микс, Куреха, План и т.д. и номер аски, реже - телефон.

Для подростков это все представляется интересной игрой. Для того чтобы понять, что ваш ребенок покупает наркотики, достаточно проверить его переписку, они ее, как правило, не стирают.

Ни один из употребляющих курительные смеси не считает себя наркоманом. У него отсутствует самокритика, трудно идет мыслительный процесс, они общаются только с себе подобными, поэтому убеждены, что курят все.

Сначала хватает одной - двух затяжек. Затем увеличивается частота употребления. Потом наркоман уже не может обходиться без смеси и испытывает невероятный дискомфорт и беспокойство, если наркотика нет при себе.

Приходят в себя очень долго. Как правило, проходит несколько месяцев, прежде чем начинают адекватно оценивать происходящее. Но чаще приходится наблюдать необратимые последствия употребления курительных смесей!!!

Остановите детей, пока не поздно!

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ, если

- подросток начинает пропускать уроки, падает успеваемость;
- врет;
- появляются друзья, о которых не рассказывает;
- раздражается до ярости;
- уходит от контакта с родителями;
- отключает телефон;
- залезает в долги.