

## Рекомендации родителям первокурсников по адаптации подростков в техникуме

*Известно, что родители первокурсников иногда переживают еще больше, чем сами первокурсники. Как там, наш ребенок, совсем один, будет ли успевать, а вдруг с плохими ребятами свяжется ... — целый рой мыслей в голове, которые сбивают с толку.*

Вспомните себя на первом курсе, ваши чувства, мысли. И не мучайте своего ребенка слишком частыми звонками, допросами и нотациями. Дайте ему возможность быть самостоятельным. Однако без внимания его тоже оставлять не стоит. Дозируйте внимание к его учебе. Действуйте деликатно.

Итак, родителям необходимо:

- ✚ **Настроить своего первокурсника на серьезный лад.** Объясните ему важность обучения в техникуме, степень ответственности. Побеседовать о необходимости соблюдения правил и порядка, установленного в техникуме.
- ✚ **Деликатно интересоваться его жизнью.** Проявляйте интерес к тому, что нового он узнал на лекциях, какие отношения с преподавателями. Предлагайте помощь в решении возникающих вопросов, но не переусердствуйте. Развивайте в своем ребенке ответственность, самоконтроль и самоорганизованность.
- ✚ **Поддерживать связь с мастером производственного обучения (куратором группы), классным руководителем преподавателями и администрацией техникума.** Взаимодействуя с техникумом, вы будете знать, какие успехи делает ваш ребенок, какие есть трудности у него есть, и сможете адекватно и эффективно решать все возникающие ситуации.
- ✚ **Уважать в подростке индивидуальность.** Не стремитесь проецировать на него собственные интересы и увлечения. Развивайте в своих детях следующие качества:
  - ✓ - уверенность, базирующуюся на объективной самооценке;
  - ✓ - понимание достоинств и недостатков в себе самом и окружающих;
  - ✓ - любознательность;
  - ✓ - уважение к доброте, честности, дружелюбию, сопереживанию, терпению, душевному мужеству;
  - ✓ - привычку опираться на собственные силы и готовность нести ответственность за свои поступки.

**!!! Самое важное и необходимое - это поддержка.** Верьте в своего ребенка, радуйтесь его успехам, избегайте подчёркивания промахов, опирайтесь на сильные стороны, исподволь учите формировать полезные привычки, поддерживайте контакт с техникумом - и у вас все получится!

**Информация, которая может вам пригодиться:**

<http://spbteim.ru/> - сайт техникума;

[https://vk.com/mrepk\\_teim](https://vk.com/mrepk_teim) - группа техникума в ВК

Заместитель директора по УВР – **Ефремова Марина Арнольдовна**

Заведующая отделением ОО – **Журавлева Александра Алексеевна**

педагог-психолог - **Гаврилкина Майя Андреевна**

социальный педагог - **Белокурова Анна Эдуардовна**

т. 8-800-2000-122 — Общероссийский детский телефон доверия. Служба психологической помощи детям, подросткам и их родителям (звонок бесплатный).

<https://vk.com/childhelpline>

<http://k-obr.spb.ru/page/752> - психолого-педагогические медико-социальные центры администраций районов Санкт-Петербурга (контакты)