

Первый раз в университет: как родителям помочь ребёнку не сломаться, не запутаться

Почему это важно именно сейчас?

Дорогие родители! Когда ваш ребёнок получает студенческий билет, семья вступает в новый, очень непростой этап. Вчерашний школьник теперь сам отвечает за расписание, обеда и свою безопасность. Особенно остро это чувствуют родители иногородних студентов: дом опустел, связь стала реже, а контроль — иллюзорным.

В Беларуси вопросам защиты молодёжи уделяют огромное внимание, но реальность такова, что ни одна государственная система не заменит родительского участия. Университет даёт знания, общежитие — крышу над головой, но только вы можете научить ребёнка не совершать ошибок, которые перечеркнут годы подготовки. Давайте честно посмотрим на риски и обсудим, как остаться для своего студента опорой.

Где сегодня подстерегает опасность: 4 зоны, которые нельзя игнорировать

Мы живём в эпоху, когда угрозы стали умнее и изощрённее. Четыре главные «болевы точки» для первокурсников.

1. Цифровая среда — поле боя без правил

Мошенники легко находят доверчивых студентов через соцсети. Одна из самых частых схем: звонок «из службы безопасности банка» с требованием срочно перевести деньги на «безопасный счёт». Также подростков втягивают в распространение наркотиков через мессенджеры, предлагая «лёгкий заработок». Или просят просто переслать «интересное видео», которое на деле оказывается экстремистским материалом. Последствия — уголовная статья.

2. Поведенческие срывы — от прогулов до нарушений

Неумение организовать себя приводит к тому, что студент перестаёт ходить на занятия. Начинаются конфликты с преподавателями, потом — с правоохранителями (мелкие кражи в магазинах, драки, распитие алкоголя в общественных местах). Часто это происходит «за компанию» — в новой среде так хочется казаться взрослым и своим.

3. Эмоциональное дно — тревога, апатия, одиночество

Представьте: вчера у вас была привычная школа, друзья во дворе, семья рядом. Сегодня — другой город, чужая комната в общежитии,

незнакомые люди. Даже у психологически устойчивых ребят это вызывает стресс. Если вовремя не заметить, он перерастает в депрессию, суицидальные мысли, попытки «залечить» алкоголем.

4. Бытовая беспечность — там, где мы не ждём

Статистика МЧС неумолима: студенты общежитий часто пренебрегают правилами пожарной безопасности. Оставленный включённым утюг, перегрузка розеток, курение в постели — всё это не абстракция, а реальные причины возгораний. Плюс травмы на улице: наушники в ушах и телефон в руках на переходе — верный способ попасть под машину.

Как нам, родителям, перестроиться: от контроля к партнёрству

«Как теперь контролировать, если он в 500 километрах?». Ответ парадоксален: контролировать нужно не больше, а мудрее. Ваша задача — не следить каждую минуту, а создать систему, в которой студент сам будет держать вас в курсе важного.

Ниже — пошаговая дорожная карта. Не пытайтесь внедрить всё сразу. Выберите 2–3 пункта, которые откликаются вашей семейной ситуации, и начните с них.

Шаг 1. Учёба: не делайте за ребёнка, но знайте, что происходит

Вуз сложный, часто студент не умеет распределять время. В школе за ним стоял классный руководитель, здесь же — полная свобода.

Что сделать прямо сейчас:

- Сохраните в телефоне контакты куратора и номер деканата. Куратор — это ваш главный союзник в университете.
- Договоритесь с сыном или дочерью: **первые полтора месяца** вы не вмешиваетесь в учёбу, даёте ему выстроить свой режим. Но если через 6–8 недель вы видите, что посещаемость падает, а долги растут — вы подключаетесь.
- Объясните простую истину: «Сессия наступает неожиданно только для тех, кто не готовился. Ты — взрослый человек, но, если нужна помощь с планированием — я рядом».

Важно: не звоните куратору каждый день. Уважайте границы. Интересуйтесь успеваемостью раз в 2–3 недели, в спокойном тоне.

Шаг 2. Досуг и окружение: кто его друзья и чем он занят вечером?

Правонарушения чаще совершаются в ночное время в компаниях, где человек оказался случайно. Ребёнок может не знать, что его новый знакомый — фигурант уголовного дела, пока не случится беда.

Как действовать без манипуляций:

- Просто и открыто попросите контакты 2–3 ближайших друзей. Аргумент: «Если у тебя сядет телефон или случится что-то экстренное, я хочу знать, кому звонить».
- Вдохновляйте на участие в кружках и секциях при университете. Это лучший способ занять время с пользой и найти адекватных друзей.
- Спокойно, без запугивания, обсудите правовые последствия употребления алкоголя в парке, курения «спайсов» или распространения запрещенных «репостов». Лучше — приведите пример из реальной жизни (можно найти новости на сайтах МВД).

Шаг 3. Деньги: не давайте лишнего, но научите тратить разумно

Самая частая родительская ошибка — давать больше денег «на всякий случай». У студента возникает иллюзия безграничности, и он легко берёт займы у «быстрых кредитов», а потом попадает в долговую яму.

Наш подход:

- Сядьте и вместе составьте бюджет на месяц: питание, проезд, связь, непредвиденные расходы. Пусть ребёнок сам записывает, сколько тратит в первую неделю — это отрезвляет.
- Объясните, что микрофинансовая организация — это ловушка. Если не хватает денег до стипендии, лучше попросить у вас, чем брать заём.
- Научите распознавать мошенников: никаких переводов по требованию, никаких «выигрышей в лотерею» и «легких денег в интернете». Если звонят из банка — положите трубку и перезвоните на официальный номер.

Шаг 4. Кибергигиена: то, о чём молчат дети

Многие родители даже не подозревают, что их ребёнок состоит в деструктивных чатах или общается с «друзьями», которые предлагают

заработать на пересылке посылок. Это не про недоверие, это про навигирование в опасной цифровой среде.

Ваши слова:

- «Никогда и никому не сообщай код из СМС и данные карты».
- «Если кто-то представляется милиционером и требует денег — это 100% мошенник. Настоящий сотрудник МВД никогда не звонит несовершеннолетним».
- «Пересылка видео или ссылки, в которых ты не уверен, — это может повлечь уголовную ответственность. Даже если просто переслал в чат друзей».

Не делайте это нравоучением. Просто обсудите в формате «Я бы хотел, чтобы ты это знал».

Шаг 5. Психологическое состояние: как заметить беду на ранней стадии

Это самый тонкий и самый важный пункт. Студент в чужом городе может перестать писать и звонить, потому что устал, или потому что у него депрессия. Вы должны научиться чувствовать разницу.

Красные флаги для вас:

- Голос в трубке безжизненный, короткие ответы, отсутствие эмоций.
- Ребёнок внезапно перестал интересоваться тем, что любил раньше (спорт, музыка, сериалы).
- Начал жаловаться на бессонницу или, наоборот, спит по 14 часов.
- Пропал аппетит или, наоборот, «заедает» стресс.

Что делать:

- **Звоните не для контроля, а для поддержки.** Фраза «Ты справишься, у тебя хорошо получается» работает лучше, чем «Почему ты не сдал лабораторную?».
- Предложите сходить к психологу при университете (корпус №1, каб. 211). Это бесплатно и анонимно. В нашем вузе есть городской номер 55-06-98 — можно позвонить и получить консультацию анонимно. Не стесняйтесь: обратиться к психологу — это признак силы, а не слабости.
- **Главное: не давите гиперопекой.** Если вы будете постоянно дёргать, проверять и вмешиваться, ребёнок перестанет делиться

вообще. Разрешите ему прожить свою жизнь, но будьте рядом как надёжный тыл.

Шаг 6. Взаимодействие с вузом: вы не одни

Университет — это не просто здание. Это команда специалистов, которые готовы прийти на помощь. Ваша задача — знать, куда бежать в экстренной ситуации.

Запомните:

- Если ваш несовершеннолетний студент задержан сотрудниками милиции, вас обязаны уведомить незамедлительно. Вы имеете право присутствовать при всех процессуальных действиях.
- Если вы в другом городе — ребёнок может попросить привлечь представителя университета (куратора или сотрудника деканата) в качестве законного представителя.

Вместо заключения

Мы все хотим, чтобы наши дети были успешными и счастливыми. Но успех начинается с безопасности. Приведённые советы — не инструкция по тотальному контролю, а каркас доверия, который вы строите вместе.

Не бойтесь говорить с ребёнком на сложные темы: о деньгах, о сексе, о наркотиках, о мошенниках, о суициде. Чем больше табу в семье — тем больше рисков в жизни.

И помните: вы для своего студента — главный пример. Ваши собственные поступки, отношения, ваша реакция на неудачи — вот что на самом деле воспитывает. Будьте честными, чуткими и не отворачивайтесь, даже если ребёнок совершил ошибку.

Только сообща — семья и университет — мы сможем уберечь наших детей от необдуманных шагов. А они вырастут в свободных, сильных и ответственных людей.