

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

Как помочь ребенку адаптироваться в школе

§ Поддерживайте в ребенке стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его достижениям и возможным неудачам помогут подтвердить значимость его нового положения.

§ Обсуждайте с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

§ Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не получиться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку. Не превращайте его неудачи в мировые трагедии. Наберитесь терпения и объясните ещё раз, ещё раз и ещё раз... Если не получается, то объясните по другому или покажите как это сделать.

§ Поддерживайте ребенка в его желании добиться успеха. В каждой работе найдите, за что его можно похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Как ты хорошо справился!», «Молодец») способны значительно повысить достижения вашего ребенка.

§ Составьте с ребенком распорядок дня, следите за его соблюдением. Ребенок должен получать полноценное питание и сон (не менее 10 часов в сутки).

§ Развивайте у ребенка самостоятельность и силу воли, т.к. это очень поможет ребенку в дальнейшем учиться, а также существенно облегчит вашу жизнь. У ребенка должно быть постоянное поручение и обязанности по дому, которые вы периодически будете контролировать.

§ Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у него, например, есть проблемы с речью, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения (в школе работают дефектологи).

§ С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение ученика о вашем педагоге.

§ Учение – это нелегкий и ответственный труд. Поступление ребенка в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать её многообразия, радости, игры. У ребенка должно оставаться время для игровой деятельности.

§ Если вас беспокоит что-то в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за помощью к учителю или школьному психологу.

Желаю Вам удачи и терпения