

Советы психологов

Известный педагог-психолог Симон Соловейчик, имя которого значимо для целого поколения учеников, родителей и учителей, в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе во время адаптационного периода.

Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку и с их помощью готовить ребенка к взрослой жизни:

- - Не отнимай чужого, но и свое не отдавай.
- - Попросили — дай, пытаются отнять — старайся защищаться.
- - Не дерись без причины.
- - Зовут играть — иди, не зовут — спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.
- - Играй честно, не подводи своих товарищей.
- - Не дразни никого, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.
- - Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.
- - Из-за отметок не плачь, будь гордым.
- - С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся.
- - Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах они обязательно у тебя будут.
- - Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.
- - Старайся быть аккуратным.
- - Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем ДОМОЙ.
- - Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех!
- - Ты - неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

Признаки дезадаптации в поведении ребенка после школы:

- усталый вид;
- отсутствие желания делиться впечатлениями о проведенном дне;
- нежелание разговаривать о школьных событиях, одноклассниках, учителях;
- негативная оценка школы;
- нежелание выполнять домашние задания, жалобы на плохое самочувствие;
- беспокойный сон.

Рекомендации родителям по адаптации пятиклассникам

Не забывайте о том, что для ученика 5 класса по-прежнему важно соблюдать режим дня.

Нельзя не контролировать успеваемость школьника, думая, что он повзрослел. Это приведет к тому, что постепенно ваша дочь или ваш сын перестанет усваивать материал.

Помните о том, что пятикласснику нужна помощь, чтобы разобраться в новых жизненных условиях. Обращайтесь за помощью к педагогам, если у ребенка возникают трудности по каким-либо предметам, уточняйте требования к домашней работе...

Помогайте пятикласснику выполнять домашнее задание с учетом требований педагогов. Контролируйте выполнение домашних заданий, но не делайте работу за ребенка.

Интересуйтесь школьной жизнью ребенка, его отношениями с одноклассниками. В пятом классе дети обычно группируются по типичным признакам: девочки и мальчики (гендерные группы), отличники и двоечники (группы, образованные по статусу). Будьте в курсе не только учебных дел. Старайтесь быть внимательным слушателем, не давайте резких оценок происходящим событиям. Это может обидеть ребенка и повлиять на доверие к вам.

Помогите ребенку в развитии интереса к новым предметам и увлечениям, объясните ему, к чему нужно стремиться.

Постарайтесь создать спокойную домашнюю атмосферу, где любят ребенка просто за то, что он есть.

Признаки успешной адаптации, рекомендации родителям десятиклассников:

1. Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.
2. Насколько легко ребенок справляется с программой. Если программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а также не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.
3. Если программа сложная, внимательно следите, не является ли такая нагрузка для ребенка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе начнутся проблемы со здоровьем. Может быть, в другом классе, с меньшей нагрузкой, ребенок почувствует себя комфортнее?
4. Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успех, не позволять ему поддаваться унынию ("У меня ничего не получится!"), иначе бороться с апатией вы будете очень долго.
5. Признак успешной адаптации - это степень самостоятельности ребенка при выполнении учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому.
6. Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями с одноклассниками и учителем.