

Адаптация первоклассника

Первый класс – это не только радость, но и волнение. Ваш малыш стал учеником, его жизнь серьезно изменилась. Раньше он жил в игре, теперь наступило время ежедневных занятий, получения знаний. На игру остается все меньше времени. Психозаэмоциональная нагрузка возрастает не только из-за появления школьных обязанностей, но и потому, что ребенку одновременно необходимо привыкнуть к учителю и его требованиям; к таким разным одноклассникам, попытаться подружиться с ними. Эти новые отношения приходится выстраивать самостоятельно, без мгновенной помощи родных. После первой эйфории: «я школьник», приходит осознание: «мне трудно».

В первом классе ребенок впервые серьезно сталкивается с новым видом деятельности – учебной. На ее основе развиваются главные психологические новообразования, активно развивается мышление. Оно начинает постепенно определять работу памяти, внимания, восприятия.

Развитие мышления способствует появлению у ребенка осознания себя как личности, понимания своего положения в семье, в обществе, оценивания себя и одноклассников уже как учеников – «хороший – плохой».

Вот тут то и наступают трудности адаптации ребенка к школе. Иногда эти трудности провоцируются самими родителями. Они боятся, что их малыша обидят, и в то же время ждут от него сразу высоких достижений. К неизбежным в первые школьные дни неудачам их ребенка родители относятся отрицательно, усиливая неуверенность школьника в себе и вынуждая его во всем винить школу. Такое ложное понимание природы неудач усиливает тревожность первоклассника, что, в свою очередь, опять дезорганизует его учебную деятельность. Возникает замкнутый круг. Что же предпринять родителям, чтобы не возник такой порочный круг? Поделюсь своим опытом.

1. Главное, встречая ребенка из школы, **не задавайте сразу вопросов о том, какие оценки и успехи в школе, как он себя вел**. Просто спокойно наблюдайте, слушайте его. В большинстве случаев дети сами все расскажут. Если ваше чадо начинает эмоционально рассказывать об обидах, не участвует в его эмоциях. Успокойте, скажите, что вы понимаете его трудности. Но потом обязательно позвоните учителю, узнайте мнение педагога о сложившейся ситуации. Уверю, вам станет многое понятно, и вы сможете скорректировать поведение ребенка и его восприятие действительности более объективно.
2. Внимательно отнеситесь к рекомендациям педагогов и в отношении учебной программы. **Не старайтесь в первые школьные месяцы заставить ученика заниматься больше, чем рекомендует учитель**. Завышенные требования и чрезмерный контроль также могут сформировать низкую самооценку, затруднить адаптацию и вызвать торможение развития.
3. В период привыкания к школе главная задача родителей – **сформировать положительное отношение к повседневной школьной деятельности**, ко всем участникам учебного процесса, к взаимосвязи ребенка, учителя и родителей. Школа не должна являться проблемой ни для вас, ни для вашего ребенка. Помните, дети – не роботы, каждый из них индивидуален и по-своему хорош.
4. Адаптация к школе у каждого протекает по своей схеме. Кто-то позволяет себе лениться, кто-то проявляет негативизм, кто-то пытается манипулировать родителями, кто-то жалуется на несправедливость учителя и обиды одноклассников. Родителям необходимо адекватно реагировать на подобные жалобы. Прежде всего, покажите ребенку, что вы понимаете его проблемы, сочувствуете. **Но ни в коем случае не позволяйте себе вместе с ним обвинять кого-либо в его неудачах**. Когда он успокоится, проанализируйте вместе причины и последствия сложившейся ситуации, обсудите с ним, как исправить положение.
5. Пришло время, когда вы должны не просто хвалить ребенка, а хвалить только тогда, когда он действительно потрудился или, по крайней мере, очень старался. **Никогда, даже в своих мыслях, не сравнивайте вашего ребенка с другими**. Сравнивать можно и нужно только с ним самим и хвалить только за улучшение его собственных результатов. Самый маленький шаг к лучшему должен быть искренне и без намека на иронию оценен родителями.