



В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.

При слишком длительном процессе адаптации, а также при наличии множества функциональных отклонений необходимо обратиться к школьному психологу.

Рекомендации родителям

- Первое условие школьного успеха пятиклассника - безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться, у него может что-то не сразу получаться, это естественно, ребенок имеет право на ошибку.
- Создание условий для развития самостоятельности в поведении ребёнка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность. Необходимо предоставить ребенку самостоятельность в учебной работе и в то же время организовать обоснованный контроль за его учебной деятельностью. Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
- Проявление интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню (см. «Способы, которые помогут узнать у ребенка, как дела в школе»).
- Беседы с учителями ребенка.
- Знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.
- Учет особенностей ребенка в период адаптации к школьному обучению (медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу).
- Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.
- Оценки за успеваемость ребенка лучше не связывать с системой наказаний и поощрений.

Помощь родителей в период адаптации

Если у ребенка учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий. Постарайтесь, насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений: например, ты на полчаса больше можешь посмотреть телевизор за хорошие отметки, а на полчаса меньше — за плохие.

Такие правила сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам. Помните, что не только отметка должна быть в центре внимания родителей, а знания, даже если сегодня ими воспользоваться невозможно.

Способы преодоления тревожности пятиклассников:

1. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
2. Доверяйте ребенку.
3. Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
4. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во весь пример ребенок.
5. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
6. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
7. Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.
8. Используйте наказание лишь в крайних случаях.
9. Не унижайте ребенка, наказывая его.
10. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него взрослых людей.
11. Помогите ребёнку найти дело по душе.