

Адаптация ребенка в новой школе.

Перевод в другую школу — стресс для ребенка, но иногда обстоятельства складываются таким образом, что другого выхода просто нет. Первое время **ребенок в новой школе**, скорее всего, будет чувствовать себя не слишком уютно.

Как облегчить и сократить период адаптации ребенка к новому учебному заведению?

Первое время после перехода в новую школу **нужно снизить планку требований к ребенку**. Ребенок в новой школе и так испытывает давление: ему приходится привыкать к новым учителям и их требованиям, вливаться в новый коллектив. Естественно, что его успеваемость может снизиться, а поведение — измениться не в лучшую сторону. Если еще и родители будут к нему слишком требовательны, период адаптации к новой школе рискует затянуться очень надолго.

Задача родителей — **поддержать ребенка** в этот непростой период жизни.

Интересуйтесь его школьной жизнью, помогайте, если возникает такая необходимость. Причем имеется в виду не только помощь в выполнении домашних заданий. Может быть, ребенку понадобится ваш совет относительно взаимоотношений с одноклассниками. Также нужно следить, чтобы ребенок соблюдал **режим дня**: в первые недели в новой школе его нагрузка и так будет большой, если же он еще и будет недосыпать, ему придется гораздо сложнее. Помогите ребенку спланировать рабочий день так, чтобы хватало времени и на учебу, и на отдых (в том числе и активный). **Следите за тем, чтобы нагрузка не была чрезмерной**.

Первое время ребенку будет не хватать общения, ведь большинство его друзей остались в старой школе. Если вы остались жить в том же районе, он сможет общаться с ними после уроков, но при смене школы из-за переезда ребенок зачастую оказывается в одиночестве: со старыми друзьями связь потеряна, а новых у него еще нет. Поэтому **нужно поощрять общение ребенка с новыми одноклассниками**, участие во внеклассных мероприятиях, поездках, экскурсиях и т. п.

Время от времени **интересуйтесь, как у ребенка складываются отношения с одноклассниками**, но при этом делайте это ненавязчиво, не устраивайте допрос. Важно установить с ребенком доверительные отношения, чтобы он не боялся обращаться к вам за советом относительно общения со сверстниками или просто делиться подробностями своей жизни.

Возможно, стоит **пригласить новых одноклассников домой**, чтобы ребенок мог пообщаться с одноклассниками в неформальной обстановке, а вы, в свою очередь, смогли

увидеть, с кем учится ваш ребенок. Однако если ребенок отказывается от этого, не настаивайте: ему виднее, какие порядки заведены в классе, возможно, такое общение будет не слишком уместно.

Если у ребенка что-то не получается, подбадривайте его. **Обязательно поощряйте его за успехи и достижения**, даже, казалось бы, самые незначительные: не нужно воспринимать их как что-то самой собой разумеющееся. Ребенок в новой школе обычно чувствует себя не слишком уверенно, так что ему важна любая похвала, особенно если она исходит от вас.

Поддерживайте отношения с педагогами, посещайте родительские собрания, **не бойтесь участвовать в жизни класса**: чтобы получить действительно правдивую картину того, как у ребенка складывается жизнь в новой школе, информацию нужно получать из разных источников.

Адаптация ребенка к новой школе займет какое-то время, она не может быть мгновенной: каким бы умным и общительным ни был ребенок, смена обстановки все равно выбьет его из колеи. Пусть все идет своим чередом: помогайте ребенку, поддерживайте его, но не форсируйте события.

Однако **период адаптации не должен затягиваться**, иначе несобранность и проблемы с учебной могут из временного явления превратиться в постоянное. Если ребенок очень долго не может привыкнуть к новой школе, завести друзей, если успеваемость и не думает повышаться, а ребенок жалеет о том, что поменял школу, нужно поговорить с ним и выяснить, что конкретно ему не нравится, что не получается. Возможно, в этом случае может помочь детский психолог.

