***ПСИХОЛОГ-РОДИТЕЛЯМ***

**Адаптация ребёнка к новому учебному заведению. Чем могут помочь родители?**

Переход в новое учебное заведение и последующий за ним процесс социально-психологической адаптации -- серьёзное испытание для ребёнка любого возраста. Но ситуации, требующие приспособления личности к новым условиям, сопровождают каждого человека всю его жизнь. Это -- поступление в детский сад, переход из детского дошкольного учреждения в школу, из младшей школы в среднюю, из 9-го класса в 10-ый, от школьной системы обучения к вузовской. Все эти этапы требуют от личности определённых усилий, но, в конечном итоге, позволяют перейти на новый уровень развития, поскольку в результате прохождения данных сложных жизненных этапов ребёнок получает опыт конструктивного решения проблем. Происходит  формирование  новых способов поведения, позволяющих справляться с трудностями, выработка новых навыков, привычек, качеств, развивается мышление, воля, коммуникативные способности. Всё это ведёт к развитию адаптационного потенциала личности, что будет благотворно влиять на дальнейшую адаптацию в профессии, приспособлении к трудовому коллективу, к особенностям и условиям взрослой жизни.

   Однако не стоит оставлять ребенка справляться со стрессом в одиночку. Одна из задач педагогической практики - способствовать гармоничному развитию учащегося, и поэтому стоит помочь ребенку адаптироваться к новым условиям.

Классный руководитель, учителя – предметники и педагог - психолог помогут при социальной адаптации ребёнка, инициировав проведение различных совместных мероприятий и разработав в помощь родителям и детям перечень необходимых психолого-педагогических рекомендаций. Но не меньшую помощь в этот важный, сложный и стрессовый период жизни ребёнка могут оказать и его родители: новым учителям ребенок может ещё не доверять, но родители - это те люди, на чьё мнение он может и должен опираться.

**Ещё до начала учебного года родители могут поговорить со своим ребёнком и дать следующие советы и наставления:**

***1.Уверенное поведение. Новый ученик всегда подвергается оценке со стороны одноклассников, но он и сам оценивает их - и должен не бояться произвести первое впечатление уверенного в себе человека;***

***2.Начать знакомство с классом лучше в первый же день, еще до того, как в коллективе сложится мнение о новом ученике лишь по результатам внешнего оценивания;***

***3.Не нужно пытаться понравиться всем - это невозможно;***

***4.Следует быть естественным, не притворяться;***

***5.На уроке не мешать отвечать одноклассникам;***

***6.Включаться в разговор на переменке, но лучше никого не обсуждать, чтобы не прослыть сплетником. Следует избегать резких слов, интонаций и поступков;***

***7.Если кто-то пригласит нового ученика принять участие в групповых развлечениях, не стоит отказываться, но и не стоит поступаться ради этого своими делами;***

***8.Если в классе несколько новичков, можно объединиться;***

***9.Следует поговорить и наладить отношения с учителями, прояви интерес к их предметам, не стесняться спрашивать того, что непонятно.***

   Чем старше ребёнок, тем деликатнее должно быть вмешательство взрослых. Так как в подростковом возрасте общение со сверстниками приобретает исключительную значимость, нормативность в подростковых обществах формируется стихийно, в своём кругу они жёстко оценивают сверстников, которые в своём развитии не достигли уровня самоуважения, не имеют собственного мнения, не умеют отстаивать свои интересы. Помочь подростку в таком случае можно только косвенно, не используя личное вмешательство.

**Лучший способ завоевать доверие окружающих - это показать собственное хорошее отношение к ним. В норме человек склонен отвечать взаимностью. Для нормальной адаптации в новом коллективе важно не только влиться в коллектив, но при этом оставаться самим собой, отстаивать свои границы, проявлять свою индивидуальность, стремиться к общению и поиску общего с другими людьми.**