

Поради психолога батькам першокласників

1. Основа батьківської позиції взагалі полягає в тому, що вдома у жодному випадку не можна дублювати школу. Батько ніколи не повинен ставати другим вчителем. Основне завдання батьків в допомозі першокласникові - емоційна підтримка, надання максимально можливої самостійності в організації його власних дій по виконанню шкільних правил.

2. У шести-семирічних дітей рідко трапляється «запалення хитрості». Або дитина, дійсно, хворіє, або погане самопочуття пов'язане з необхідністю йти в школу. У будь-якому випадку, варто це перевірити. Якщо дитина після того, як Ви залишили її вдома, відразу відчуває себе краще, то, можливо, її погане самопочуття пов'язане із стресом, що отримала в школі. Постарайтеся з'ясувати (у дитини, у вчителя, у знайомих дітей), що відбувалося в школі вчора, позавчора. Важливо зрозуміти, що відбувається, особливо якщо таке повторюється систематично.

Якщо ж Ви все-таки вирішили відправити дитину до школи, давши їй пігулку від головного болю (або не виявивши ніяких симптомів хвороби), не робіть цінністю подолання нею поганого самопочуття. Не хваліть дитину за те, що вона пішла в школу, переборовши себе. Якщо Ви гордитиметеся, що Ваша дитина вчиться (трудиться), незважаючи на своє погане самопочуття, то у неї може підсвідомо закріпитися установка на хворобу: можна добитися похвали, хворіючи.

3. Не потрібно твердити дитині: «Не можна злитися! Не можна боятися!» Переживання – цілком природна річ, і вони повинні мати право на існування. Проте необхідно обговорити з дитиною, що викликає страх або злість, разом з нею зрозуміти, чому інші люди здійснюють дії, що викликають у неї ті або інші емоційні реакції. Розуміння дій інших часто саме по собі знімає переживання. Є і інші культурні форми, що допомагають людині справлятися із страхом. Для дітей це, перш за все, читання страшних казок в ситуації повної захищеності (на маминих колінах). Казки дають людині пережити

відчуття неминучості торжества добра над злом, співпереживання радості і співчуттю, що забезпечують перемогу маленького, слабкого, але доброго, над великим злом. Інша корисна для дітей форма культурного подолання страху - спортивні ігри, що викликають переживання азарту, упевненості в перемозі. В процесі дорослішання дитина повинна отримати досвід подолання труднощів і конфліктів. Завдання дорослих полягає в тому, щоб, знаходячись поряд, допомагати дитині визначати конструктивні способи своєї поведінки в таких ситуаціях.

4. Психологами відмічений негативний вплив активного організуючого тиску дорослого на дитину. Якщо постійно квапити дитину: «Давай швидше, ми вже спізнюємося! Ну що ти копаєшся?!», - те може, навпаки, закріпитися зворотна реакція. Сформується захисний стереотип «повільності»: у будь-якій ситуації, що вимагає швидкого реагування, дитина сповільнюватиметься і «гальмуватиме». У цьому вона нітрохи не винна, так її організм захищається від тривоги і напруги, викликаних "емоційним пресингом" ззовні. Тому доцільно проводити "профілактику цейтнотів". З цією метою, організуючи збори дитини в школу, бажано:

Передбачити раніше вставання, що дозволяє дитині прокидатися, снідати, одягатися, умиватися в його власному темпі.

Прослідкувати, щоб дитина зібрала портфель і приготувала одяг і взуття з вечора.

5. Батьки часто відносяться різко негативно до перших невдач дитини.

Негативні оцінки дорослих підвищують тривожність дитини, його невпевненість в собі і своїх діях. Це, у свою чергу, веде не до поліпшення, а до погіршення результатів. Так складається порочний круг. Постійні побоювання дитини почути негативні оцінки з боку домашніх приводять до страху зробити помилку. Це відволікає дитину від сенсу виконуваних ним завдань і фіксує його увагу на дрібницях, примушує переробляти, виправляти, нескінченно переперевіряти. Прагнення зробити роботу якнайкраще на цьому етапі тільки погіршує справу. Особливо сильно це

виявляється у тривожних, здібних, старанних дітей.

Тому найправильніше відношення до перших поразок дитини – відношення з розумінням, підтримка, допомога: «У тебе все вийде. Я тобі допоможу».

Важливо створити умови для переживання дитиною (хоч би іноді) власної перемоги.