

## Новенький в классе: как помочь ребенку адаптироваться

Переход в новый класс - острый момент для многих.

Важный момент: поступая в школу, не важно - в первый класс вы идёте или в любой другой, **вся семья сдаёт экзамен на социальную успешность**. Вся семья переключается на новый порядок жизни ребёнка в новом учебном заведении. Счастлива та семья, где образовавшиеся трудности решают вместе. Разочарование ждёт тех, кто свои обиды и досады выносит наружу, уничтожая семейный покой и добродушие.

Хуже всего, когда «отдуваться» за всё приходится ребёнку. Важно здесь обратить внимание на общий фон, настрой в семье к происходящему, ведь кроме прямых указаний и разговоров, существуют и косвенные.

**Понаблюдайте за собой и окружением** — что вы говорите в присутствии ребёнка о переходе в новый класс. Не заводите разговоров о «страшном ужасе быть новеньким», не позволяйте знакомым рассказывать и делиться впечатлениями на эту тему. **Создавайте вокруг ребёнка атмосферу уверенности** и благополучия, ведь на самом деле всё зависит только от того, какие отношения именно он выстроит в новом коллективе. А если его убедить, что школа - это опасный мир, где на каждом шагу его поджидают садисты-хулиганы и из-за каждого угла плюют из трубочек, а учителя ежечасно оценивают его умственные качества и поведение, не всегда положительно и объективно, то тогда основной задачей ребенка станет глухая оборона от мира трудностей и опасностей, а с таким настроением хороших отношений не сложится, будьте уверены на 100%!

Приходя в новый коллектив, класс, ребёнок часто оказывается на нижней ступеньке иерархии. Как можно больше разговаривайте с ребёнком в этот период дома. Причём, не надо натужно отбирать темы «про школу». Вы можете говорить о похожих сюжетах в сказках, фильмах, книгах, главное - делать это непринуждённо, не связывая сюжет с ребёнком, не проводя аналогий. **Беседуйте, поощряйте вопросы**, разворачивайте свои ответы, просто будьте рядом, как источник поддержки и информации, как самый лучший друг, который всегда поймёт и поможет по возможности.

Главное, сами не нагнетайте напряжение. **Старайтесь добродушно поддерживать весёлый нрав** и идею, что всегда можно со всеми договориться. Постарайтесь понять происходящее с точки зрения тех норм и правил, которые существуют в классе. Ребёнок зачастую теряется в новой обстановке. **Помогите ему сориентироваться в новой ситуации**, объясните, что ничего страшного не происходит, просто ему надо понять новые правила и привыкнуть к ним.

Стоит объяснить ребенку что кулаки не выход из проблемы. А что самый **большой авторитет — это когда тебя уважают**. Что отношения, построенные на страхе всегда чреватые подлостью, настоящей дружбы, построенной на превосходстве, не бывает. Другой вопрос, если приходится постоять за себя. Но ни о каком уважении не может идти речи в данном случае.

Если у ребенка возникли проблемы с классом то, можно сходить к школьному психологу и классному руководителю. Вообще, при таких проблемах, неплохо войти в родительский комитет - вы будете всегда в курсе всего происходящего, в хорошем контакте с другими родителями и учителями, то есть у Вас будут «все карты на руках».

**Необходимо научить ребенка вливаться в коллектив, уживаться с одноклассниками и дружить**. Родители делают это ежедневно, начиная с первых дней жизни ребенка. Не

все это осознают, но мы постоянно даём оценки другим, выказываемся как-то, всё это является косвенной формой внушения и научения. Общаться с людьми человек учится в семье. Ещё раз повторю, важнее не те вещи, которые вы говорите ребёнку прямо, а та настоящая правда, которая происходит как бы «за кадром». Если семья доброжелательна и открыта, люди умеют выражать уважение к другим, нет напряжения и страха перед жизнью за пределами дома, нет сравнения себя с другими по степени успешности, но есть, например, чёткое убеждение, что «вместе мы — сила» - тогда скорее всего у ребёнка не будет проблем в коллективе ни в каком возрасте.

### **Первое впечатление**

Помните, что самое важное — это первое впечатление. Поэтому продумайте заранее, как будет выглядеть ребенок. Дети и подростки всегда обращают внимание на внешность, поэтому Ваш ребенок должен быть одет в меру модно, как и его сверстники. Аккуратность тоже очень важна. Обратите внимание на причёску, на то, чтобы одежда, обувь и рюкзак были чистыми.

### **Не жалеете ребенка**

Совет для родителей и других близких ребенка: не жалеете своего «бедненького» ребенка, которому придется «так трудно». Будущий «новичок» может действительно начать нервничать и бояться. Не собирайте «историй-страшилок» по знакомым и друзьям. Не позволяйте их рассказывать в присутствии ребенка.

Главное — уверенный и позитивный настрой.

### **Не откладывайте на потом**

Многие из советов, которые были даны, надо начинать осуществлять уже сейчас. Не откладывайте на «потом», думая, что времени в запасе еще много. И, главное, помните, что «не так страшен черт, как его малюют». Опыт перехода в другую школу учит ребенка искусству адаптации в новом коллективе, что очень пригодится ему в будущем, например, когда он будет менять работу.

**Главное — верить в своего ребенка, и все получится!**