

**муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 117 «Мир чудес»**

Консультация для родителей:

«Профилактика школьной дезадаптации»

Педагог-психолог:

Болотина Е.Е.



Консультация для родителей "Профилактика школьной дезадаптации"

Школа – новый этап в жизни ребенка. Впереди у ребенка новый коллектив, знакомства, новый распорядок дня, правила, обязанности.

Еще недавно ваш ребенок был совсем малышом и вот он идет в школу, а это для него может даваться нелегко.

Многие сталкиваются с явлением дезадаптации.

Школьная дезадаптация — совокупность признаков, свидетельствующих о несоответствии социально-психологического и психофизиологического статуса ребенка требованиям ситуации школьного обучения, овладение которой по ряду причин становится затруднительным.

Дезадаптация может проявляться в виде нарушений учебной деятельности и поведения, появления конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышения уровня тревожности, искажений в личностном развитии.

Признаками дезадаптации являются:

- ✓ негативное эмоциональное отношение к школе;
- ✓ высокая устойчивая тревожность;
- ✓ повышенная эмоциональная лабильность;
- ✓ низкая работоспособность;
- ✓ двигательная расторможенность;
- ✓ трудность общения с учителем и сверстниками.

К симптомам нарушения адаптации относятся также:

1. Ребёнок боится идти в школу. Не «не хочет» идти, а именно боится.
2. У ребёнка появились нарушения сна. Он подолгу крутится, не может уснуть или наоборот стал спать стоя и в любое время дня.
3. Появились рассеянность и забывчивость, замкнутость.
4. Ребёнок стал часто болеть. Иногда одно упоминание о школе вызывает у него скачок температуры.
5. Ребёнок стал плохо есть, появились капризы или истерики, выраженные нарушения настроения.
6. Ребёнок боится попросить помощи учителя.
7. Появились навязчивые состояния: покашливание, заикание или частое моргание.

Если родители заметили у первоклассника какие-то из этих признаков — это может стать тревожным сигналом, который ни в коем случае не стоит упускать из внимания. Ваша задача — помочь ребёнку справиться с трудностями и помочь в адаптации в новом для него мире. Лучшей помощью будет объединение усилий нескольких специалистов: ваша поддержка, работа психолога, возможно потребуется консультация невролога.

Наряду с явными проявлениями школьной дезадаптации встречаются ее скрытые формы, когда при хорошей успеваемости и дисциплине ребенок испытывает постоянную внутреннюю тревогу и страх перед школой или учителем, у него отсутствует желание ходить в школу.

Первая группа факторов связана с особенностями самого процесса обучения: насыщенностью программ, быстрым темпом урока, школьным режимом, большой численностью детей в классе, шумом на переменах. Дезадаптация, вызванная этими причинами, именуется дидактогенной, ей более подвержены дети физически ослабленные, медлительные в силу особенностей темперамента, педагогически запущенные, имеющие низкий уровень развития умственных способностей.

Вторая группа связана с неправильным поведением педагога по отношению к ученикам, а вариант дезадаптации в этом случае называется дидакалогией. Этот вид дезадаптации часто проявляется в младшем школьном возрасте, когда ребенок наиболее зависим от учителя. Грубость, бестактность, жестокость, невнимательное отношение к индивидуальным особенностям и проблемам детей могут вызвать серьезные нарушения в поведении ребенка. В наибольшей степени возникновению дидакалогий способствует авторитарный стиль общения учителя с детьми.

Третья группа факторов связана с опытом пребывания ребенка в детских дошкольных учреждениях. Большинство детей посещают детский сад, и этот этап социализации очень важен для адаптации в школе.

Причинами дезадаптации являются:

- ✓ Низкий уровень познавательной сферы;
- ✓ Неправильное семейное воспитание;
- ✓ Дисгармоничные взаимоотношения с учителем;
- ✓ Дисгармоничные взаимоотношения с детьми в классе;
- ✓ Невнимание к личностным и индивидуальным особенностям учащегося.

Профилактика возможной дезадаптации:

Начинать профилактику нужно до того, как ребёнок пойдёт в первый класс. Задача родителей мягко подготовить малыша к новому этапу в жизни. Важно, чтобы вы говорили с первоклашкой о школе, разбирали различные школьные ситуации и как себя в них вести.

Покажите вашему ребёнку школу, в которой он будет учиться. Расскажите ему, что и где находится. Первого сентября он уже будет знать, куда ему сейчас предстоит идти и что делать.

Поиграйте дома в школу. Пусть за партой сидит ваш ребёнок и его куклы или звери. В такой игровой форме вы можете укреплять и развивать внимание, память и мышление вашего ребёнка.

Расскажите, что вам нравилось в школе, что вызывало интерес, поделитесь тёплыми воспоминаниями. Постарайтесь заранее сформировать позитивный образ не только школы, но и учителя.

Всегда будьте в курсе того, как обстоят у малыша дела в школе, расспрашивайте, проявляйте интерес.

Не стоит при ребёнке критически высказываться в адрес учителей и школы в целом или сравнивать его с другими одноклассниками.

Не ругайте ребёнка за ошибки. Помогите спокойно разобраться, что малыш не понимает, почему возникла ошибка. Если вы будете ругать его, кричать или обесценивать, проблемы могут усугубиться.

Помните, что помощь ребёнку, который страдает от дезадаптации, заключается в том, чтобы у него вновь сформировалось положительное мнение о школе, а учиться стало в радость.

Меры по адаптации ребенка в начальной школе:

- ✓ Поддержите в ребенке его стремление стать школьником.
- ✓ Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
- ✓ Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
- ✓ Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
- ✓ Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками.
- ✓ Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.
- ✓ С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
- ✓ У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.
- ✓ Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок.
- ✓ Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10–15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10–15 минут необходимо прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку.
- ✓ Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.
- ✓ Проявляйте интерес к школе, классу, в котором учится ваш ребёнок. Очень полезно ребенка просто послушать.
- ✓ Не критикуйте своего малыша, даже если он плохо пишет, медленно считает, неаккуратен. Критика, особенно при посторонних людях, только усилит его проблемы.

- ✓ Учитывайте темперамент своего ребенка в период адаптации к школьному обучению.
- ✓ Поощряйте ребенка не только за учебные успехи.
- ✓ Никогда ни с кем не сравнивайте своего ребёнка — это приведет либо к повышенной гордости, либо к зависти и падению самооценки.
- ✓ И помните, что детские проблемы не проще взрослых. Конфликт с учителем или сверстником по эмоциональному напряжению и последствиям может оказаться более тяжелым, чем конфликт взрослого члена семьи с начальством на работе.

Успех адаптации в школе во многом зависит от родителей, а учителя и психологи Вам обязательно помогут.