

Тревожный родитель – тревожный ребенок. Как снять напряжение в адаптационный период



Чего боятся родители перед школой?

Страх №1. Как изменится жизнь нашей семьи, когда ребенок пойдет в 1 класс?

Страх №2. Будет ли мой ребенок в безопасности?

Страх №3. Вдруг мой ребенок будет хуже других?

Страх №4. Справится ли ребенок с эмоциональной нагрузкой?

Страх №1. Как изменится жизнь нашей семьи, когда ребенок пойдет в 1 класс?



- Первый класс — огромное потрясение в жизни всей семьи.

- Жизнь изменится, это факт!

- Принять новые грядущие изменения в вашей семье.

- Сохранять спокойное состояние, выработать единые воспитательные требования по отношению к ребенку.



Страх №2. Будет ли мой ребенок в безопасности?

-Пропускная система в школе.



-В помощь вам средства связи («Умные часы», телефон)

-Вместе с ребёнком обсудите правила поведения при общении с чужими людьми.

Страх №3. Вдруг мой ребенок будет хуже других?

Нельзя сравнивать с другими ни в учебе, ни в физкультуре, ни в творчестве.

Надо ориентироваться на то, каким был ребенок и что изменилось!



Страх №4. Справится ли ребенок с эмоциональной нагрузкой?

Трудности формируют стрессоустойчивость.



Рекомендации семье и первокласснику которые лучше помогут адаптироваться к школе.

- оптимистичный рассказ о школе, новых друзьях и веселых уроках;
- разъяснение правил школьного этикета в игровой форме;
- построение правильного режима дня, в котором есть время для сна, приготовления домашних заданий, физической активности и игр;

Рекомендации семье и первокласснику которые лучше помогут адаптироваться к школе.

- разъяснение правил общения с учителем и другими взрослыми людьми;
- интерес к жизни первоклассника, который не должен ограничиваться только учебой. Важно интересоваться, как он контактирует со сверстниками, сумел ли с кем-то подружиться;
- решение возникающих сложностей при помощи учителя.

ВАЖНО!

- Для первоклассника успешная учеба ни в коем случае не должна стать средством удовлетворения родительских амбиций.
- Он является отдельной личностью и должен иметь свободное время, интересы и друзей.
- Только так его развитие станет более гармоничным, а отношение к учебе — более позитивным

ВАЖНО!

- Верить в то, что ваши дети успешные, талантливые, и способны справляться с любыми трудностями.
- Будьте уверены сами, вселите уверенность в детей.
- Поддержите и помогите!

