

«Как помочь старшекласснику адаптироваться в новой школе (классе)» (консультация для родителей)



Менять школу или класс в старших классах гораздо сложнее, чем делать это, например, в начальной или даже средней школе.

Как будут складываться отношения подростка с учителями и одноклассниками? Сценариев может быть множество.

Чтобы ваш ребенок успешно влился в новый коллектив, прислушайтесь к рекомендациям.

Чтобы наладить новые классные связи в прямом и переносном смысле слова, рассмотрим перемену обстановки со всех ракурсов.

Почему в старших классах переходить в другую школу (класс) сложнее.

Подростку сложнее дается процесс адаптации в силу происходящих перемен в организме. Переход из детства в юность сопровождается изменениями психики и тела. Скачки настроения, импульсивность или замкнутость, а также чувствительность к оценке окружающих и появление комплексов — все это усугубляет процесс привыкания к новому месту.

Плюсы и минусы перехода в другую школу (класс).

• Положительные стороны

Опыт вхождения в новую образовательную среду — это репетиция предстоящей учебы в дальнейшем: в колледже, институте, университете. А еще это возможность проявить себя в ином качестве. Например, в старой школе подросток был застенчив, не успевал по некоторым предметам, а теперь у него есть шанс начать все с чистого листа. Но лучше заранее продумать, каким старшеклассник хочет показать себя в новом коллективе.

• Отрицательные стороны

Требования новых педагогов будут иными как по объему информации, так и в формате уроков.

Помимо необходимости освоения школьной программы перед старшеклассником стоит еще одна задача: встроиться в коллектив новых одноклассников. Ведь дети могут вначале устроить новичку проверку на прочность. И чувствительных подростков может ранить шутка или безобидное прозвище. Все это скажется на будущих успехах ребенка в этой школе — в том числе на успеваемости и его мотивации к учебе.

Вот несколько **важных советов для родителей**, школьники которых меняют школу (класс):

1. Постарайтесь момент перехода в другую школу (класс) приурочить к началу учебного года. В середине учебного процесса появление новичка привлечет к нему лишнее внимание.

2. Расскажите подростку, что возможны трудности, что в коллективе мы не всегда будем вызывать симпатии других. Но всегда можно наладить отношения и даже подружиться. Поделитесь своим личным опытом — как вы осваивались в новом месте учебы, как вливались в коллектив на своей первой работе.
3. Дайте совет, как вы сами когда-то справлялись с неуверенностью и опасениями критики. Что помогло лично вам? Положительный опыт родителей придаст ребенку уверенности в собственных силах.
4. Узнайте, какие секции есть в школе, ведь их посещение даст возможность обрести новых друзей.
5. Не забывайте следить за психоэмоциональным состоянием сына или дочери. Расспрашивайте о впечатлениях, интересуйтесь, какие учителя и одноклассники понравились, а что вызывает негативные эмоции.

Пусть ребенок рассказывает вам обо всем, вплоть до особенностей меню в столовой.

6. На первых порах постарайтесь посещать родительские собрания, сделайте посильный вклад — в родительском комитете наверняка есть потребности, которые вам по плечу. Например, примите участие в организации различных мероприятий (выставок, экскурсий).
7. Смотрите вместе фильмы, а после просмотра обсуждайте различные ситуации. Поинтересуйтесь, как ребенок решал бы эту проблему, какие чувства у него возникают при этом. Поиск выхода из конфликтных ситуации на экране очень пригодится в решении вопросов в школьной жизни.

8. Научите ребенка следующему:

- быть дружелюбным, но не навязчивым,
- не отмалчиваться, когда о чем-то спрашивают,
- спокойно реагировать на шутки или странные вопросы,
- при трудностях обращаться к педагогам,
- не ставить цель понравиться каждому — это невозможно,



- не бояться перемен, так как любые перемены — это опыт.

9. И обязательно контролируйте процесс адаптации.

Насколько успешно прошла адаптация, можно оценить спустя 3-4 месяца.

Если вы заподозрили, что у ребенка не получается прижиться в новой школе (классе), будьте готовы прийти к нему на помощь.

Как вовремя увидеть, что в новой школе (классе) ребенка не приняли.

Если замечаете, что спустя три месяца подросток:

- замкнулся в себе,
- перестал успевать по школьной программе,
- с нежеланием уходит на занятия,
- стремится по любому поводу избежать посещения (частые жалобы на плохое самочувствие и так далее),

знайте, что это тревожные сигналы, и надеяться, что все решится само собой, нельзя.

Поговорите с ребенком по душам. Однако не пытайтесь на него давить, чтобы побыстрее получить всю информацию.

Не исключено, что причиной может оказаться не смена школы (класса), а проявление кризиса подросткового возраста. Если подросток не торопится открывать вам душу, расскажите ему о существовании бесплатных линий детских телефонов доверия.

Как родителям помочь подростку адаптироваться?

Несмотря на внешнее безразличие, ребенок в любом возрасте нуждается в поддержке родителей. В подростковые годы дочери или сыну особенно сложно это озвучить, а тем более просить о помощи. Особенно если до этого периода, взрослые не сумели выстроить доверительные отношения или привыкли кричать на ребенка.

Что же нужно предпринять, чтобы помочь подрастающей личности адаптироваться в новом коллективе и завести друзей?

✓ Разговор по душам

Независимо от того, что вам поведали, не стоит кричать, а тем более наказывать ребенка. Похвалите его за откровенность и подчеркните, что вы всегда готовы выслушать.

Любую сложность, будь то неуспеваемость или агрессивное поведение, решайте спокойным разговором. Расспросите, что нравится вашему ребенку, что не нравится, почему он стал вести себя иначе. Один только разговор по душам помогает частично решить затруднения. Давая родительский совет, не навязывайте свое мнение. Дайте подростку самому решить, что ему нужно и как правильно поступить. Так вы воспитаете его самостоятельным и человеком, который всегда знает, чего хочет.

✓ Больше похвалы и меньше критики

Ему и так достаточно сложно принять новые условия и выстроить отношения. Чем больше критики и осуждения в его адрес будет идти с вашей стороны, тем болезненнее пройдет адаптация в новом коллективе.

Подмечайте его достижения, делайте упор на них, закрывая глаза на мелкие промахи. Чаще напоминайте, что все ошибаются и это нормально.

✓ Нет сравнениям

Сравнивать ребенка с более успешными или талантливыми детьми, как минимум, неэтично. Это разрушает самооценку подрастающего человека, делает его зажатым и неуверенным в себе.

Подросток и так болезненно реагирует на смену обстановки и коллектива. Ему сложно выстраивать отношения с новыми людьми. Если вы будете ему говорить: «А вот Боренька быстро привык к новому классу!» — сделаете только хуже.

✓ Не игнорируйте жалобы на плохое самочувствие

Дети не редко хитрят. Чтобы прогулять занятия или игнорировать домашние обязанности они могут симулировать. В этой ситуации проявите хладнокровность. Обратите особое внимание на реальные симптомы заболевания – красное горло, повышенную температуру, сыпь и тому подобное. От волнения могут возникнуть психосоматические заболевания, с реальными проявлениями. Их игнорировать не стоит.

В первые недели адаптации к новым условиям организм может отреагировать по-разному, особенно если вы переехали в другую климатическую зону. Дайте ребенку передышку и пару деньков на восстановление сил. Оставляя подростка дома, запретите ему пользоваться гаджетами и смотреть телевизор.

✓ **Находитесь на его стороне**

Даже если вас вызвали в учебное заведение и твердят, что ребенок неуправляем – не стоит на глазах педагога или соучеников отчитывать и ругать подростка. Он перестанет считать вас своей опорой. Обсудить эту тему спокойно, без криков и скандалов. Выслушайте его точку зрения.

Если трудность заключается не в умении адаптироваться в новом коллективе, а в плохой успеваемости, постарайтесь помочь. Предложите сходить к репетитору или позанимайтесь самостоятельно. **Мотивируйте ученика на прилежную работу.**

✓ **Не давите на подростка, не предъявляйте завышенных требований**

Привыкнуть к новым условиям и влиться в коллектив трудно даже взрослому, не то, что подростку. Поймите – ваш ребенок только вступает во взрослый мир. Он только учится принимать правильные решения и не всегда осознает, что хорошо и что плохо.

Давление с вашей стороны, или, что намного хуже, шантаж, может привести к затруднениям в адаптации к новому коллективу. Любите ребенка таким, как он есть и поощряйте стремления становиться еще лучше.

✓ **Уделяйте много времени**

Как давно вы смотрели вместе фильм или ходили в кафе? Постарайтесь исправить подобные упущения! К тому же, это вдвойне полезно – если город новый, вы сможете пройтись, узнать маршруты или посмотреть достопримечательности.

Совместное времяпровождение помогает подростку справиться со стрессом после попадания в новый коллектив.

Материал подготовила педагог-психолог Руденко Ольга Васильевна