Как не сойти с ума перед школой

Прощай, отдых! Позади свобода, море, речка, друзья, беззаботное время, а впереди - уроки, домашние задания, нудные учителя... Как психологически правильно подготовить ребенка, будь он первоклашка или выпускник, к учебному году? Ведь в каждом возрасте свои особенности. И резкий переход с одного режима на другой может негативно сказаться на психическом состоянии школьника.

Несмотря на то, что новый учебный год вот-вот уже начнется, нелишним будет напомнить, что не правы те родители, которые уже с самого начала лета мучили своих детей заданиями учителей, данными еще весной. Тревожные предки, "загрузившись" рекомендациями, просто не дают ребенку перевести дух после старого учебного года. Папы, а особенно мамы зачастую не замечают, что такой штурм - прямая дорога к негативному отношению чада к школе и тоскливому ожиданию следующего школьного сезона.

Сейчас, когда до 1 сентября осталось совсем чуть-чуть, стоит сконцентрироваться и правильно подготовить вашего школьника. Главное - ничего не заставлять делать насильно. Подготовка ребенка к школе со стороны родителей заключается, во-первых, в поддержании интереса к знаниям, а во-вторых, в налаживании с ним теплых отношений. То есть необходимо стать для ребенка другом.

Покупка школьных "прибамбасов"

Процесс покупки необходимых учебных принадлежностей может стать как лишним напоминанием о неумолимом приближении "каторги", так и ярким событием в жизни школьника младших и средних классов. Главное, как этот процесс обставить. Для малышей и дошколят можно устроить небольшой праздник. Наряду с покупкой формы, рюкзачка, тетрадей, ручек и красок купите ему понравившуюся игрушку. Потом можно сходить в парк на аттракционы или посидеть в кафе, поесть мороженого - пусть он порадуется. Более взрослым можно доверить часть покупок - вкусы у подростков меняются часто, так что сами они лучше в некоторых вещах разберутся - какую сумку или рюкзак купить, какую тетрадку выбрать...

Помните - не надо навязывать собственное мнение и конфликтовать по мелочам. Пусть сын или дочь сами выбирают, что они хотят. А вы лишь тактично скорректируете его предпочтения.

Трудный ребенок

Предположим, ваш ребенок неважно учился в прошлом году, прогуливал занятия, не хотел делать уроки, отказывался от вашей помощи, был вспыльчив, замкнут. Многие родители силой пытаются "вбить" в голову ребенка "нужные знания" с мыслями: "Потом спасибо скажет". Такая линия поведения чревата тем, что может окончиться самым настоящим бунтом ребенка с разрыванием учебников, убеганием из дома и чувством ненависти к школе, а главное - к вам.

Если подобные проблемы у вашего ребенка есть, будьте особо внимательны. Они могут быть связаны с возрастным кризисом, особенностями характера, ссорой с кем-то значимым для него, переживанием чувства неполноценности, униженности и даже одиночества. Попытайтесь прежде всего поискать причину такого поведения, дайте понять ребенку, что вы любите его любого и готовы понять, помочь решить вместе с ним его проблему. Ведь именно от ощущения поддержки, успокоения, уверенности, что все будет хорошо, зависит будущее вашего сына или дочери в новом учебном году, только тогда ребенок будет готов восполнить пробелы в знаниях.

Если ребенок - дошкольник

Каждый здоровый ребенок рождается с исследовательским рефлексом - реакцией на новое. Это и составляет основу его дальнейшего развития. Яркая игрушка всегда будет вызывать желание у ребенка потрогать, рассмотреть. Когда он входит в возраст дошкольника (5-6 лет), то начинает вести себя по-другому - он забрасывает вас многочисленными вопросами: "Что?", "Почему?", "Зачем?". Отвечая на эти вопросы обстоятельно, без раздражения, вы развиваете интерес к окружающему, пополняете словарный запас малыша. Разбирайте, что нарисовано на картинках, а потом поиграйте в игру "Кто задаст больше вопросов", ребенку это будет всегда интересно. Самая лучшая подготовка малыша к школе - это развитие познавательных процессов - восприятия, внимания, памяти, мышления. Не проявляйте неистовое упорство в обучении ребенка навыкам письма и чтения, пытаясь угнаться за вашей знакомой, которая говорит: "А мой уже с 3 лет читает".

Поверьте, навыки письма и чтения ребенком будут получены легко и быстро.

...младший школьник

Этот возраст - предмет особого внимания со стороны взрослых, так как является переломным. Если в дошкольном возрасте ребенок не стеснялся задавать самые нелепые вопросы и школа представлялась в радужных красках, то спустя несколько лет он может стать пассивным, раздражительным. Ситуация общения "взрослый - ребенок" меняется на "учитель - дети".

Часто появляется такая проблема, как "нелюбимый учитель", что может вызвать состояние растерянности и тревоги, страха вместо желания идти навстречу знаниям. Здесь очень важно заметить это и вызвать на откровенность. Но не как строгий наставник, а как лучший друг. В период со 2-го по 5-й класс для ребенка становится важным повышение самооценки, чтобы не быть "хуже, чем другие". Родители могут помочь своим детям, если начнут заниматься с ним спортом, устраивать в процессе общение ролевые игры, обучая правильному диалогу. Хорошо, если вы будете обсуждать с ребенком сказки, детские фильмы, рассказы, задавать вопросы, требующие не просто знания, но и размышления.

...подросток

Это самый сложный школьный возраст - с 6-го по 9-й класс. Заброшены детские игрушки, книжки, краски, школьные учебники - им на смену приходят новые интересы и увлечения. Подростку больше интересно то, что выходит за рамки школьной программы. Обостряются проблемы поиска взаимопонимания, одиночества, дружбы, появляется потребность к самостоятельному исследованию ситуаций, мнение взрослых ставится под сомнение, проявляется так называемый подростковый негативизм: "все надоело", "я сам все знаю".

В этот период наиболее важными становятся проблемы любви, особенно у девочек, у которых идет поиск себя, может возникнуть недовольство своей внешностью. Их отношение к началу нового учебного года может зависеть от успешности взаимоотношений с противоположным полом. Родителям в этот период важно прежде всего постараться приспособиться к изменениям в ребенке и придержать свои претензии и укоры при себе. Надо устраивать доверительные разговоры. Очень часто в 13-14 лет подросток считает, что ему лезут в душу, он становится замкнутым, что объясняется возрастным кризисом.

Не пытайтесь давить на подростка, лучше попробуйте договориться, как со "взрослым", что конкретно нужно сделать к школе, составьте небольшой список. Дело в том, что в подростковый период у детей возникает чувство "взрослости", и если вы хотите, чтобы ребенок охотно шел с вами на контакт, всячески подчеркивайте это качество в нем. С дочерью обсудите, как она оценивает себя, что бы ей хотелось носить, какой бы она хотела себя видеть, не пытайтесь сильно влиять на ее выбор одежды или прическу. Через такие простые вопросы вы всегда сможете понять, что волнует вашу дочь, уверена ли она в себе, чувствует ли она себя привлекательной.

...старший школьник

В первую очередь старшеклассники, особенно выпускники, начинают уже перед началом учебного года думать о предстоящем выборе профессии. Лишь безответная влюбленность может стать поводом для серьезных переживаний. Помогите своему школьнику, кто, как не вы, знает о его способностях! Но в то же время не давите на него, узнайте о его желаниях, если они есть. Если ваши мнения относительно будущего радикально разойдутся, постарайтесь не заявлять категорично: "Как я решил, так и будет". Расскажите ему или ей о своих предложениях, выступайте на равных, убеждайте. И если сын или дочь категорически не согласится, пусть поступает по-своему. Ошибется - приобретет опыт. Чем больше вы протестуете, тем сильнее будет желание вашего взрослеющего чада сделать все по-своему.