**Помогаем ребёнку адаптироваться в новом коллективе.**

Помогаем ребёнку адаптироваться в новом коллективе С проблемой адаптации ребёнка в новом коллективе или социуме, я думаю, сталкивается каждый родитель. Будь то первый поход в садик, первый класс или просто новая школа, в любом случае, в начале ваш ребёнок будет испытывать определённый дискомфорт. Согласитесь, попадая в новое место к незнакомым людям, даже взрослый человек будет чувствовать себя неуверенно. Что же тогда говорить о детях? Поддержка родителей здесь просто необходима. То, насколько быстро ваш ребёнок найдёт себе друзей, зависит от его личных качеств. Если он общителен, открыт, любознателен и не боится оставаться самим собой, то будьте спокойны, он быстро справиться с этой задачкой. Но если ваш ребёнок стеснителен и застенчив, то ему явно будет нелегко переступить тот порог, который отделяет его от сверстников. Тут также очень важно понять, что удачный опыт адаптации повлияет и на дальнейшее социальное развитие вашего чада. Вы помните себя в таких же ситуациях, и как вам, наверное, было нелегко? А как было бы здорово, если б рядом оказались мама или папа и подсказали, как себя лучше вести. Конечно, так быть не должно, но правильно настроить ребёнка вам просто необходимо. Для этого вы можете заранее обсудить с ним все волнующие моменты и подсказать, как лучше реагировать на различные ситуации. Так вы сможете настроить ребёнка на нужный лад и успокоить. Покажите все «плюсы» нового места, заинтересуйте и опишите все перспективы. Чтобы помочь ребёнку справиться с волнением при знакомстве или общении, подайте пример своим поведением, смело познакомившись с кем-то из родителей или преподавателей и с интересом обсудив нюансы обучения. Этот пример явно настроит вашего ребёнка на общение. Но не ждите чуда в этот же миг, ваше чадо не будет сразу бросаться, знакомится с кем-то, да и не нужно требовать этого. Дайте ребёнку спокойно оглядеться, понять, что происходит вокруг, кто чем занимается. Спустя небольшое время, когда он вникнет в окружающую обстановку, он сам начнёт понемногу пытаться взаимодействовать с окружающими. Тут, не забудьте приободрить вашего ребёнка и похвалить за все успехи. Очень важно также является показать ребёнку, что вы совсем не переживаете по поводу его адаптации в новом коллективе. Нет, совсем не потому что вам всё равно или вообще не до этого, а потому что вы уверены, что всё пройдёт хорошо. Ничто так не прибавляет уверенности в себе, как уверенность в тебе другого человека. Период полной адаптации длится около двух – трёх месяцев. В это время лучше уделять особое внимание рассказам ребёнка о занятиях, о ребятах. Также хорошо будет пригласить в гости его старых друзей, чтобы сгладить разницу между прежней и теперешней жизнью. Постарайтесь, чтобы дома всегда была спокойная и дружественная атмосфера – это поможет снизить эмоциональную нагрузку на слабую психику ребёнка. Может получиться и так, что не смотря на все ваши усилия, ребёнок всё равно не смог привыкнуть к новой обстановке. Не паникуйте, посоветуйтесь с психологом, как лучше поступить в данной ситуации. Как бы там ни было, перемена образа жизни всегда связана с определёнными трудностями.