

ПСИХОЛОГ НА РОДИТЕЛЬСКОМ СОБРАНИИ

Психологические особенности периода адаптации: от дошкольника к школьнику.

Мы все с волнением и нетерпением ожидаем того дня, когда наш ребенок пойдет в первый класс, станет школьником. Это важное событие в его жизни, но оно не менее значимо и для нас. Особенности адаптации ребенка к школе во многом зависят от нашего поведения, и в наших силах сделать так, чтобы этот процесс прошел для него наиболее безболезненно.

Обычно от поступления ребенка в школу мы ожидаем очень многого. Нам кажется, что первого сентября ребенок, как по волшебству, изменится, станет настоящим первоклассником. Он будет с удовольствием ходить в школу, делать уроки, читать книги, интересоваться учебной, а не игровой. Порой, искренне желая ребенку добра, мы говорим: «Ты уже совсем большой, а значит, должен интересоваться не игрушками, а учебной. Что ты все время играешь, лучше пошел бы почитал».

Но что же происходит в реальности? Никаких волшебных изменений с ребенком не происходит. И второго, и третьего, и десятого сентября он остается все тем же вчерашним дошкольником. Ребенок изо всех сил старается соответствовать нашим требованиям, но у него это не всегда получается. И к стрессу первых школьных дней прибавляется боязнь не выполнить родительские наставления.

Важно, чтобы мы понимали: невозможно стать школьником в один момент. Должно пройти время, прежде чем наш малыш станет настоящим школьником. Адаптация ребенка к школе занимает не один день и не одну неделю, это процесс длительный и сложный. Первое время ребенок находится как бы на границе школьного и дошкольного возраста, и переступит он эту границу не сразу. Маленький первоклассник сочетает в себе школьника и дошкольника. Ребенку необходимо понять, в каких ситуациях он должен быть школьником (например, на уроке, во время приготовления домашнего задания), а когда он имеет право вести себя как дошкольник. Подобные требования реальны и абсолютно выполнимы для ребенка. Мы же должны предъявлять ему разумные ограничения в том, что касается учебы (понятно, что школа и домашние задания требуют все-таки школьных форм поведения и более серьезного отношения), и терпимо относиться к проявлению «дошкольничества».

Нам необходимо помнить, что ребенок имеет право на дошкольные формы поведения. Это значит, что не стоит осуждать его интерес к играм и игрушкам. Это абсолютно естественное занятие для вчерашнего дошкольника. Зачастую мы рассматриваем чтение и письмо как «серьезные», «нужные» занятия, тогда как игра представляется нам пустой тратой времени. Такое представление мы невольно передаем нашим детям, например, когда радуемся, увидев у него в руках книжку, и никак не реагируем на игрушку. Тем самым мы показываем ребенку, что школьником быть хорошо, тогда как дошкольником — плохо. А теперь давайте представим, каково в этой ситуации ребенку, который понимает: играть плохо, но так хочется, а вот учиться хорошо, но сил заниматься уже нет. Мы сами создаем ребенку конфликтную ситуацию, разрешить которую ему непросто. Ребенок либо отказывает себе в праве играть, либо мучается угрызениями совести, либо идет на конфронтацию («Все равно буду!»).

Избежать такой ситуации можно, признав игру естественным занятием первоклассника. Если мы активно поощряем его учебные успехи, важно поддержать и его игровую инициативу. Это значит, что мы не только говорим: «Какой молодец, взял книжку и читает!», но также и «Как же ты здорово умеешь играть!». Можно даже разрешить ему взять с собой в школу маленькую игрушку.

Для многих детей характерно некоторое усиление интереса к игре. Это естественное явление, помогающее, кроме всего прочего, снять напряжение. Игровая деятельность постепенно сойдет «на нет» с возрастом, но если стараться ее искоренить, это не принесет ребенку никакой пользы.

Очень важно опираться на желание ребенка учиться. Как правило, большинство детей идут в первый класс, горя желанием стать школьниками. Важно всячески поддерживать это желание. Если родитель искренне интересуется школьной жизнью ребенка, расспрашивает его о школе, делится своим школьным опытом, это, безусловно, укрепляет учебную мотивацию ребенка. И здесь возникает очень сложный вопрос: как относиться к школьным успехам и неудачам ребенка, как хвалить его или ругать?

Обучение в школе — это совершенно новая деятельность для ребенка. Для того чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к школе, важно, чтобы он понимал: учиться ему по силам, он может справиться с учебными заданиями. На первых порах ребенку необходимо ощущение собственной успешности. Оно значительно облегчает трудности адаптации и

способствует повышению учебной мотивации. Вот почему в первое время ему особенно важно поощрение.

Но хвалить первоклассника — это не просто называть его молодцом или умницей. Здесь есть несколько тонкостей.

Поощрение должно быть конкретным: мы хвалим не ребенка самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности. Когда мы говорим ребенку: «Ты сегодня очень аккуратно написал буквы!», или: «Мне очень нравится хвостик у этой цифры!», ребенок получает информацию о том, что нужно делать, чтобы быть хорошим школьником, и понимает — для него это возможно. Если же мы говорим: «Умница, отлично!», — то не очень понятно, за что ребенка хвалят, и ему трудно сориентироваться в том, какое поведение является одобряемым.

Давайте задумаемся, какие вопросы мы задаем нашим школьникам. Когда мы спрашиваем: «Как дела в школе? Что получил?», мы тем самым показываем, что нас интересуют прежде всего оценки. Зато вопросы «Что ты сегодня узнал нового? С кем из ребят ты сегодня играл? Какие уроки были для тебя самыми интересными?» дают ребенку понять, что главное в школе — учение и общение.

Конечно, школьная жизнь — это не только радостные моменты. Иногда ребенок бывает грустным, обиженным, рассерженным на школу, учителя, одноклассников. Важно дать ему возможность выразить негативные чувства. Если мы говорим: «Не расстраивайся, что ты злишься? Как ты можешь так говорить?» — мы тем самым усиливаем стресс и отдаляемся от ребенка. Первокласснику необходимо наше понимание. Если мы внимательно выслушаем его, признаем, что обучение в школе действительно может быть неинтересным или трудным, мы поможем ребенку освободиться от гнетущих мыслей и чувств. Сказав ребенку: «Я вижу, ты расстроился. Тебе было обидно. Даже, наверное, в школу ходить не захотелось» — мы оказываем ему необходимую эмоциональную поддержку.

Начало обучения в школе для ребенка — это прежде всего большие нагрузки. Даже если ребенок посещал детский сад, школьный режим для него это новое. Необходимость следовать новым правилам поведения, сосредоточенно заниматься в течение урока, выполнять домашние задания — все это создает значительное напряжение для нервной системы ребенка. Часто первоклассник становится беспокойным, раздражительным,

импульсивным или же вялым, сонным, малоподвижным, слезливым. Такое изменение поведения ребенка — скорее всего признак переутомления.

Быть родителями первоклассника действительно непросто. Бывает, что нам не хватает терпения, выдержки, когда мы занимаемся с ребенком. Порой мы забываем, как трудно осваивать совершенно новую деятельность.

Мне хочется предложить вам один простой эксперимент. Возьмите, пожалуйста, ручку и напишите: «Мой ребенок — первоклассник». Не правда ли, просто? А теперь возьмите ручку в другую руку и напишите ту же самую фразу. Посмотрите на эти две строчки. Как ровно и красиво мы пишем правой рукой, и как трудно и непривычно дается письмо, если мы перекладываем ручку в другую руку.

Если вам покажется, что ваше терпение на исходе, что у вас больше нет сил заниматься с ребенком, вспомните, пожалуйста, это упражнение. Если же у вас возникнут какие-то учебные трудности, вы всегда можете обратиться ко мне, и мы вместе подумаем, как лучше разрешить возникшую ситуацию.

С 6.09. по 15.10.2010г. проводилась диагностика первоклассников.

Тест школьной зрелости Керна-Йирасека для определения школьной зрелости.

Тест состоит из трех заданий. Первое задание - рисование мужской фигуры по памяти, второе - срисовывание письменных букв, третье - срисовывание группы точек. Все три задачи данного графического теста направлены на определение развития тонкой моторики руки и координации зрения и движений руки. Эти умения необходимы в школе для овладения письмом. Кроме того, тест позволяет определить в общих чертах интеллектуальное развитие ребенка (рисунок мужской фигуры по памяти)

Задания "срисовывание письменных букв" и "срисовывание группы точек" выявляют умение ребенка подражать образцу. Это умение также необходимо в школьном обучении. Субтесты также позволяют определить, может ли ребенок сосредоточенно, не отвлекаясь, работать некоторое время над не очень привлекательным для него заданием.

Исследование самооценки ребенка с помощью методики «Лесенка».

Ребенку показывают нарисованную лесенку и объясняют задание.

Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя».

Исследование познавательных процессов (памяти, внимания, мышления, воображения, восприятия)

Для диагностики воображения использовалась методика «Узнай, кто это».

Прежде чем применять эту методику, ребенку объясняют, что ему будут показаны части, фрагменты некоторого рисунка, по которым необходимо будет определить то целое, к которому эти части относятся, т.е. по части или фрагменту восстановить целый рисунок.

Психодиагностическое обследование при помощи данной методики проводится следующим образом. Ребенку показывают рисунок, на котором листком бумаги прикрыты все фрагменты, за исключением фрагмента «а» Ребенку предлагается по данному фрагменту сказать, какому общему рисунку принадлежит изображенная деталь. На решение данной задачи отводится 10 секунд. Если за это время ребенок не сумел правильно ответить на поставленный вопрос, то на такое же время – 10 сек – ему показывают следующий, чуть более полный рисунок «б», и так далее до тех пор, пока ребенок, наконец, не догадается, что изображено на этом рисунке.

Учитывается время, в целом затраченное ребенком на решение задачи, и количество фрагментов рисунка, которые ему пришлось просмотреть прежде, чем принять окончательное решение.

Для диагностики восприятия использовалась методика «Чего не хватает на этих рисунках?»

Суть этой методики состоит в том, что ребенку предлагается серия рисунков. На каждой из картинок этой серии не хватает какой-то существенной детали. Ребенок получает задание как можно быстрее определить и назвать отсутствующую деталь.

Проводящий психодиагностику с помощью секундомера фиксирует время, затраченное ребенком на выполнение всего задания. Время работы оценивается в баллах, которые затем служат основой для заключения об уровне развития восприятия ребенка.

Для диагностики слуховой механической памяти использовалась методика «10 слов». Необходимо после прочтения слов назвать те, которые запомнились.

Для диагностики зрительной памяти и внимания – раскладывание цветных картинок.

Методика «Что здесь лишнее?»

Она призвана исследовать процессы образно-логического мышления, умственные операции анализа и обобщения у ребенка. В методике детям предлагается серия картинок, на которых представлены разные предметы, в сопровождении следующей инструкции:

«На каждой из этих картинок один из четырех изображенных на ней предметов является лишним. Необходимо внимательно посмотреть на картинку и определить, какой предмет и почему является лишним».

На решение задачи отводится 3 минуты.

«Беседа о школе» (отношение к школе, позиция ребёнка). Для выявления внутренней позиции ребёнка о школе.

Преобладание в ответах ребёнка категории А свидетельствует о том, что его внутренняя позиция имеет содержательный характер. Преобладание категории Б говорит об ориентации ребёнка на дошкольные виды деятельности, на формальные стороны обучения.

Диагностика адаптации к первому классу

ПЕРСПЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА “ШКОЛА ЗВЕРЕЙ”

Для многих детей адаптация к школе является сложным испытанием. Ребенок сталкивается с рядом проблем, которые не в силах решить сам. В результате у него могут возникнуть школьные неврозы. Ранняя диагностика, коррекция и профилактика школьных неврозов остаются актуальной и чрезвычайно важной проблемой.

Она дает возможность выявить школьные неврозы на начальной стадии

развития, выяснить причины и способы коррекции. Неопределенность стимульного материала, атмосфера доброжелательности и отсутствие оценочных суждений позволяют ребенку раскрыться наиболее глубоко. К тому же рисование для младших школьников привычно и интересно. Анализ изображенного дает возможность сделать некоторые предположения о тех трудностях, которые возникли у детей в процессе учебной деятельности. Может проводиться как в групповой, так и в индивидуальной форме.

Оборудование. Бумага, цветные карандаши.

Главное помнить

- Если ребёнка часто подбадривают – он учится уверенности в себе;
- Если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить;
- Если ребёнку удаётся достичь желаемого – он учится надежде;
- Если ребёнок живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь!

И пусть удача сопутствует Вам, уважаемые родители! В вашем искреннем стремлении пробудить и развить дар в ребенке, помочь ему в трудные минуты его постепенного взросления, принять, ценить и беречь загадку его неповторимой индивидуальности.

Мне хочется предложить вам один простой эксперимент. Возьмите, пожалуйста, ручку и напишите: «Мой ребенок — первоклассник». Не правда ли, просто? А теперь возьмите ручку в другую руку и напишите ту же самую фразу. Посмотрите на эти две строчки. Как ровно и красиво мы пишем правой рукой, и как трудно и непривычно дается письмо, если мы перекладываем ручку в другую руку.

Если вам покажется, что ваше терпение на исходе, что у вас больше нет сил заниматься с ребенком, вспомните, пожалуйста, это упражнение. Если же у вас возникнут какие-то учебные трудности, вы всегда можете обратиться ко мне, и мы вместе подумаем, как лучше разрешить возникшую ситуацию.

Психологические особенности периода адаптации: от дошкольника к школьнику

Поступление в школу - переломный момент в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни. Свойственные дошкольникам беспечность, беззаботность, погруженность в игру сменяются жизнью, наполненной множеством требований, обязанностей и ограничений: теперь ребенок должен каждый день ходить в школу, систематически и напряженно трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя, заниматься на уроках тем, что определено школьной программой, добиваться хороших результатов в учебной работе и т.д.

В этот же период жизни, в 6-7 лет, меняется и весь психологический облик ребенка, преобразуется его личность, познавательные и умственные возможности, сфера эмоций и переживаний, круг общения. Многочисленные "можно", "нельзя", "надо", "положено", "правильно" лавиной обрушиваются на первоклассника. Эти правила связаны как с организацией самой школьной жизни, так и с включением ребенка в новую для него учебную деятельность. Многие первоклассники берут с собой в школу игрушки. Родителям не стоит запрещать им это. Надо лишь объяснить, что играть можно только на перемене. Беря с собой в школу любимую игрушку, ребенок чувствует себя защищенным. Особенно важно чувство защищенности для робких, тревожных и застенчивых детей, которые с трудом включаются в процесс обучения и не могут сблизиться с одноклассниками.

Как уже говорилось, начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Все дети, наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе, испытывают тревогу, растерянность, напряжение. У первоклассников в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряются хронические заболевания. Дети, казалось бы, без повода капризничают, плачут. Эти изменения в организме первоклассников зарубежные ученые называют "адаптационной болезнью", "школьным шоком", "школьным стрессом".

Дело в том, что в процессе становления личности существуют важные моменты, которые практически неизбежны для каждого ребенка, приурочены к определенным возрастным периодам и получили название возрастных кризисов. Это приводит к появлению необычных внутренних ощущений: повышенная утомляемость, раздражительность, перепады настроения. При этом даже практически здоровые дети начинают болеть, проявляют излишнюю ранимость. В эти периоды происходят значительные изменения в характере (дети начинают проявлять упрямство, непокорность), неадекватные изменения в самооценке.

Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к ее основным требованиям, существует у всех первоклассников. Только у одних он длится один месяц, у других - одну четверть, у третьих - растягивается на весь первый

учебный год. Многое здесь зависит от индивидуальных особенностей самого ребенка, от имеющихся у него предпосылок овладения учебной деятельностью. По степени адаптированности детей можно условно разделить на три группы: I группа детей адаптируется в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителями, т.к. им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности этих детей, как правило, преодолеваются, ребенок полностью осваивается с новым статусом ученика и с новыми требованиями, с новым режимом.

II группа детей имеет более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается. Дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Такие школьники могут играть на уроках, выяснять отношения с одноклассниками, они не реагируют на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы, лишь к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными требованиям школы, учителя.

III группа - дети, у которых адаптация связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы. Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает важные шаги в своем развитии. Многое на этом пути зависит от родителей первоклассников.

Итак, как родителям помочь ребенку преодолеть трудности адаптационного периода?

1. Первokласснику необходим твердый распорядок дня.

2. Воодушевляйте ребенка на рассказ о своих школьных делах.

Поддерживайте в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

3. 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. Он не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то, не ошибаясь. Старайтесь не вырабатывать у ребенка страх перед ошибкой. Помните! Для ребенка чего-то не уметь, чего-то не знать-это нормальное положение вещей. На то он и ребенок. Этим нельзя попрекать.

4. Не сравнивайте ребенка с другими, хвалите его за успехи и достижения. Признайте за ребенком право на индивидуальность, право быть другим.

5. Помните! Ваш ребенок будет учиться в школе не так, как когда-то учились вы. Никогда не ругайте ребенка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать. Мы очень просим вас только положительно оценивать учебу вашего малыша, даже если вам кажется, что его успехи явно недостаточны.

6. Особенности усилия прилагайте для того, чтобы поддержать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.

7. Учитесь вместе с ребенком, объединяйтесь с ним против трудностей, станьте союзником, а не противником или сторонним наблюдателем школьной жизни малыша. Верьте в ребенка, верьте в учителя.

В заключении хочется напомнить вам о главном таланте и обязанности родителей: родителям нельзя лениться. Родители должны уметь наблюдать. Уметь чувствовать. Как ребенок спит? Как ест? Почему пропал аппетит? Не испытывает ли он чрезмерной нагрузки? Только благодаря этому таланту, терпению и любви все трудности непременно окажутся преодолимыми. И еще: правильно относитесь к неприятностям, все-таки случающимся в жизни. Будьте оптимистами и научите этому своего ребенка.

Главное помнить

- ***Если ребёнка часто подбадривают – он учится уверенности в себе;***
- ***Если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить;***
- ***Если ребёнку удаётся достичь желаемого – он учится надежде;***
- ***Если ребёнок живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь!***

Быть родителями первоклассника действительно непросто. Бывает, что нам не хватает терпения, выдержки, когда мы занимаемся с ребенком. Порой мы забываем, как трудно осваивать совершенно новую деятельность.

Мне хочется предложить вам один простой эксперимент. Возьмите, пожалуйста, ручку и напишите: «Мой ребенок — первоклассник». Не правда ли, просто? А теперь возьмите ручку в другую руку и напишите ту же самую фразу. Посмотрите на эти две строчки. Как ровно и красиво мы пишем правой рукой, и как трудно и непривычно дается письмо, если мы перекладываем ручку в другую руку.

Если вам покажется, что ваше терпение на исходе, что у вас больше нет сил заниматься с ребенком, вспомните, пожалуйста, это упражнение.

Если же у вас возникнут какие-то учебные трудности, вы всегда можете обратиться ко мне, и мы вместе подумаем, как лучше разрешить возникшую ситуацию.

