

Психологи рассказали, как морально подготовить детей к новому учебному году

Первое сентября не станет для "первоклашек" травмирующим событием, если правильно подготовить их к началу нового периода в жизни, а для старшеклассников хорошей мотивацией к учебе станет совет "не спасовать в финале", рассказали опрошенные психологи.



Развеять страхи

Если будущий первоклассник не посещал подготовительные курсы при школе, его стоит за несколько дней до первого сентября отвести в школу на ознакомительную экскурсию, считает детский психолог Максим Прохоров.

"Просто зайти, посмотреть на школу, чтобы ребенок понимал куда идет. Важно поделиться собственным опытом школьной жизни, чтобы для первоклассника было как можно меньше неизвестности. Лично я в свое время очень боялся идти в школу, потому что перед этим смотрел фильм про Тома Сойера, где детей били линейкой по пальцам. Я думал, что и меня это ждет", — поделился Прохоров.

Психолог также предостерег родителей от излишнего запугивания детей их новым статусом.

"Не нужно говорить ребенку, что теперь он стал совсем взрослым, что ему нельзя будет теперь играть в привычные игры, что нужно будет все время сидеть на уроках: вот эти все ужасы. Иначе ребенок будет воспринимать это так, что его ждет 11 лет каторги. Лучше говорить о положительных переменах: о том, что в школе будет очень интересно, что его ждут новые друзья", — говорит эксперт.

Прохоров отметил, что родители обязательно должны вместе с первоклассником пойти на торжественную линейку, а после окончания первого учебного дня расспросить о его первой учительнице, ведь первые несколько лет в школе фигура учителя крайне важна.

Кандидат психологических наук, психолог, автор книг для родителей Ольга Маховская также убеждена в том, что и для

родителей, и для детей присутствие на торжественной линейке обязательно.

"Ритуал первого сентября — он очень многослойный. Это как день рождения: важный момент, когда формируется личность ребенка, своего рода посвящение. Нельзя его никогда пропускать. В противном случае у ребенка останется ощущение, что его жизнь неважна, и его интересы и эмоции тоже не имеют никакого значения", — сказала Маховская.

Вспомнить о хорошем

Родителям, чьи дети идут в школу не в первый раз, стоит вспомнить хорошие моменты из прошлого учебного года.

"Особенность школьных знаний состоит в том, что они направлены, главным образом, на тренировку интеллекта, формирование кругозора. Один из главных дивидендов такого обучения — социальное признание, которое дети получают со стороны взрослых. Нужно напомнить ребенку, что он — ваша гордость, и в этом году он не подведет. Надо делегировать ему все-таки эту ответственность, а не начинать причитать, что опять нужно делать вместе с ним уроки", — говорит Маховская.

По словам эксперта, "мама не должна учиться — она должна осуществлять супервизию". Вместе с ребенком маме стоит прийти на торжественную линейку, лично поприветствовать классного руководителя, "спросить, какие планы у учителей и нужна ли помощь".

При этом психолог отметила, что если ребенка не хвалили на протяжении прошлого учебного года за реальные достижения, пускай и маленькие, то у него будут связаны со школой исключительно депрессивные ощущения.

Обойтись без нравоучений

Детский психолог Максим Прохоров отмечает, что родители не должны обесценивать переживания школьников, которым жаль, что лето закончилось, и вновь начинаются занятия.

"Если ребенок с сожалением говорит о том, что лето закончилось, нужно немного попереживать вместе с ним. Сказать

ему, что это и правда грустно, но впереди ждут следующие каникулы, а в школе он вновь увидит старых друзей и любимого учителя. Иными словами — присоединяться к ребенку, к его переживанию. Если ему грустно, то с ним нужно немножко погрустить. И без нравоучений, по возможности", — говорит эксперт.

Как сообщила Маховская, к старшеклассникам нужен особый подход, поскольку в старших классах образование становится "не просто абстрактно развивающим, а судьбоносным".

"Чем взрослее дети, тем чаще их надо спрашивать, каким они сами видят 1 сентября. Подросткам уже трудно навязать одежду и определенный код поведения, их уже не получится взять за руку и отвести в школу. Интересы подростков и их родителей уже касаются больше будущего, поэтому главной мотивацией станет совет не спасовать в финале, отучившись так долго, и быстрее определяться с выбором профессии", — отмечает эксперт.

Источник <https://ria.ru/society/20170821/1500765897.html>