

ПОРАДИ ПСИХОЛОГА БАТЬКАМ

„ Поради батькам по адаптації першокурсників до навчання в ліцеї”

Виховання дитини починається від її народження. Якою вона виросте значною мірою залежить від батьків. Батьки в родині мають виконувати функції педагога.

У сучасному суспільстві проблема **адаптації** виступає однією з ключових проблем психологічної науки.

Вступаючи до освітнього закладу, студенти стикаються з рядом проблем, що пов'язані з недостатньою психологічною готовністю до навчання у освітньому закладі, з руйнуванням роками вироблених установок, навичок, звичок, ціннісних орієнтацій вихованців середньої школи і виробничих колективів, утрати роками закріплених взаємин з колективом та формуванням нових навичок, а також з невмінням здійснювати психологічну саморегуляцію власної діяльності та поведінки. Зі вступом до навчального закладу юнаки і дівчата потрапляють у нові, незвичні для них умови, що неминує спричиняє ламання динамічного стереотипу і пов'язаних з ним емоційних переживань.

Нерідко соціально-психологічна **дезадаптація** породжує втрату сформованих позитивних установок і відносин студента-першокурсника. Важким наслідком дезадаптації є стан напруженості і фрустрації, зниження активності студентів у навчанні, втрата інтересу до громадської роботи, погіршення поведінки, невдачі на першій сесії, а в ряді випадків - втрата віри у свої можливості, розчарування у життєвих планах. Усе це призводить до психічного перевантаження, яке власне і знижує адаптативні можливості і, як наслідок, сприяє порушенню психічного здоров'я особистості.

Причинами ліцейної дезадаптації частіше є неправильні методи виховання у сім'ї або порушення системи стосунків у ліцеї.

До виховних помилок батьків належать:

- надмірно завищені сподівання щодо навчальної успішності дитини, внаслідок чого будь – яка невдача сприймається нею неадекватно;
- розмови про вади викладача або недоліки ліцею замість акцентування дитини на приємних моментах;
- часті конфлікти з приводу навчання дитини, після чого все, пов'язане з ліцеєм , втрачає для неї щонайменшу привабливість.

Поради батькам щодо запобігання дезадаптації

- формуйте позитивне ставлення до ліцею;
- виявляйте інтерес до ліцейних справ та успіхів дитини;
- формуйте адекватну самооцінку;
- не перевантажуйте дитину надмірними заняттями;

- навчайте етичних норм спілкування з однокласниками та дорослими;
- привчайте самотійно долати труднощі;
- хваліть частіше, а не докоряйте;
- частіше згадуйте себе в дитячому віці;
- любіть дитину безумовною любов'ю, приймайте її такою, як вона є.

Анкета-тест для батьків

За результатами відповідей на цю анкету можна визначити, чи вірно вибраний принцип виховання дітей.

Чи можете ви:

1. У будь-який момент залишити всі свої справи і зайнятися дитиною?
2. Порадитися з дитиною, не дивлячись на її вік?
3. Признатися дитині в помилці, здійсненій по відношенню до нього?
4. Вибачитися перед дитиною у випадку, якщо ви не мали рації?
5. Опанувати себе і зберегти самовладання, навіть якщо вчинок дитини вивів вас з себе?
6. Поставити себе на місце дитини?
7. Повірити хоч би на хвилинку, що ви добра фея або прекрасний принц?
8. Розповісти дитині повчальний випадок з дитинства, що представляє вас в невідгідному світлі?
9. Завжди утриматися від слів і виразів, які можуть ранити дитину?
10. Пообіцяти дитині виконати її бажання за хорошу поведінку?
11. Виділити дитині один день, коли вона може робити, що хоче, а ви при цьому ні в що не втручаєтеся?
12. Не прореагувати, якщо інша дитина вдарила, штовхнула або незаслужено образила вашу дитину?
13. Встояти проти сліз, капризів, прохань, якщо відомо, що це примха?

Варіанти відповідей:

- а) можу і завжди так поступаю - 3 бали;
- б) можу, але не завжди так поступаю - 2 бали;
- в) не можу - 1 бал.

Від 30 балів до 39 балів - ви дотримуетесь правильних принципів виховання.

Від 16 до 30 балів - ваш метод виховання - батіг і пряник.

менше 16 балів - у вас немає педагогічних навиків і бажання виховувати дитину.