# **Адаптация ребенка к условиям школы -интерната**

* Переводить ребенка в новое учебное учреждение лучше всего с начала нового учебного года. Если же привести ребенка в школу посреди учебного года, он моментально станет объектом повышенного внимания одноклассников, которые могут начать проверять его на прочность, не давая времени освоиться.
* Познакомьтесь с классным руководителем заранее – в августе. В это время у преподавателя будет много времени, чтобы обстоятельно с вами побеседовать. Расскажите учителю о ребенке, о его достижениях, успехах и особенностях характера. Поинтересуйтесь одноклассниками, узнайте о специфике школы.
* Неплохо прогуляться по школе вместе с ребенком до начала учебного года. Посмотрите, где находится спортивный зал, столовая, библиотека, пройдите все коридоры, чтобы ребенку было легче ориентироваться в первые дни в школе. Узнайте, в каких кабинетах будут проходить уроки, найдите их.
* Дома чаще обсуждайте тему перехода в новую школу, чтобы ребенок получал полную информацию о том, что ему предстоит. Обязательно говорите о предстоящем событии только в положительном ключе, распишите все плюсы ситуации, чтобы вызвать позитивный настрой.
* Уверьте ребенка в том, что ему не придется остаться один на один с новой школой и коллективом, он должен быть уверен, что в этой ситуации родители его целиком и полностью поддержат.

*Проведите беседу, в которой подскажите ребенку, как правильно себя вести с одноклассниками. Дайте ему следующие наставления*:

1. Не старайся понравиться, выдавая себя за того, кем ты на самом деле не являешься. Общайся с теми, кто тебе интересен, не трать время на показную дружбу.
2. Будь дружелюбным и искренним, часто улыбайся и старайся поддержать беседу с новыми одноклассниками. Открытые люди всегда привлекают к себе, а замкнутым и необщительным гораздо сложнее завоевать доверие и завязать дружбу.
3. Чувствуй уверенность в себе. У тебя есть большое количество достоинств, которыми ты должен гордиться, поэтому нет никакой причины стесняться и быть зажатым.
4. Не прекращай общение с бывшими одноклассниками и друзьями из старой школы. Именно эти люди помогут тебе справиться с некоторыми сложностями, которые могут возникнуть в первое время. Ты сможешь пообщаться с ними, рассказать о новой школе, а они посвятят тебя в происходящее в старом учебном заведении.
5. Старайся быстрее запомнить имена одноклассников, чтобы использовать их при обращении к нужному человеку.
6. Наблюдай за сверстниками, за их поведением. Они могут стараться вести себя так, чтобы казаться лучше, чем есть на самом деле, поэтому не спеши делать выводы.
7. Обладай чувством собственного достоинства, не позволяй грубо и неуважительно с собой обходиться.
8. Имей личное мнение, но и не пререкайся с одноклассниками попусту.
9. Не бойся тех перемен, которые с тобой происходят. Перемены всегда ведут к лучшему. В новой школе у тебя есть возможность по-новому проявить себя и завоевать еще большее уважение, чем в старом месте учебы.

## *Как еще могут помочь родители?*

* В период адаптации дома должна царить спокойная и приятная обстановка. Исключите любые скандалы, как с ребенком, так и с другими членами семьи. Создавайте только положительный микроклимат в доме, чтобы ребенок могу чувствовать себя комфортно и безопасно. Разговаривайте с ребенком, интересуйтесь, как у него дела. Рассказывайте истории из собственного детства, связанные с тем, как вы справлялись с различными трудностями. Таким образом вы покажете, что все проходят через жизненные невзгоды и всегда с ними справляются.
* Не наседайте на ученика с оценками. Контролируйте его успеваемость, но не устраивайте скандалов, если он принесет плохую оценку. Пока идет период адаптации, новому ученику особенно тяжело, он должен найти контакт не только с ровесниками, но и с учителями.
* Первое время ребенок может страдать из-за недостатка общения, поэтому уделяйте ему как можно больше внимания.
* Помогите ребенку тщательно распланировать свой день, чтобы он хорошо высыпался, успевал делать уроки и отдыхать. В сложный период адаптации ему нужно больше сил, чтобы справляться с трудностями. Не выспавшийся человек вряд ли сможет быть активным и хорошо заниматься в школе.

Адаптационный период в новой школе может пройти гладко только при условии активной поддержки родителей. Помните, что психологическое состояние вашего ребенка зависит только от вас – обязательно помогите ему.