

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ВЫПУСКНИКОВ ДЕТСКОГО САДА

При переходе из детского сада в школу ребенок переживает стресс: взрослые оценивают его способности, когда распределяют роли на выпускной и проверяют готовность к школе. Дети беспокоятся, капризничают, плохо едят и спят. У них портится настроение, формируются негативные ожидания.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ



1. Не требуйте много.

Чтобы избежать негативных переживаний и страхов, не предъявляйте к успехам и достижениям ребенка повышенных требований. Не говорите о том, что он не оправдывает ваших ожиданий, не сравнивайте с другими детьми. Для профилактики тревоги и страхов насыщайте жизнь будущего первоклассника позитивными впечатлениями. Проводите с ребенком больше времени, играйте, беседуйте

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

на интересующие его темы, организуйте прогулки и занятия спортом. Проявляйте больше внимания к его переживаниям и настроению. Обсудите тревоги и опасения дошкольника. Чтобы повысить уверенность в себе, напомните о прошлых успехах, например: “Ты прекрасно справился с тренировочным тестированием”. Убедите ребенка в его хорошей подготовке: “Ты много занимался, многое умеешь”. Дайте позитивную установку: “Ты готов к школе, у тебя все получится”.

2. Говорите о школе положительно.

Чтобы избежать негативных представлений о школе у ребенка, избегайте фраз: “Все, кончилась твоя свободная жизнь, в школе тебе покажут”, “Гуляй, пока в школу не пошел” или “Ты такой несамостоятельный, как ты будешь в школе учиться?”. Постарайтесь сформировать у ребенка положительное отношение к школе. В разговорах с ним подчеркивайте значимость того, что он скоро станет учеником, узнает много нового и интересного, подружится с одноклассниками. Расскажите о своей школе и о друзьях, которых вы там встретили.

3. Не показывайте своё беспокойство.

Не проявляйте в присутствии ребенка озабоченности и беспокойства по поводу прохождения медосмотра, тестирования, поступления в школу. Выражайте положительное отношение к тому, что ребенок участвует в празднике выпуска из детского сада. Помогите ему разучить роль, подготовить костюм. Приходите на праздник в качестве зрителя или поучаствуйте в нем сами.



СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА