**Батькам п’ятикласників.**

**Що необхідно знати про особливості адаптації учнів до середньої школи?**

*Виховання - це процес життя,*

*а не підготовка до майбутнього життя.*

***Я. А. Каменський***

Ваша дитина закінчила початкову школу і стала учнем 5 класу, саме зараз у неї починається нове життя – з новими педагогами. Яким воно буде – багато в чому залежить не тільки від школи, а й від батьків. Дуже хочеться, щоб нові зміни не віддалили вас один від одного, а, навпаки, зблизили, зробили вас друзями.

Десять років – не лише час переходу вашої дитини до наступного класу (як з другого – до третього, з третього – до четвертого), а перехід до іншої системи навчання та нових вимог. І одночасно з цим це початок фізіологічного дозрівання вашої дитини.

З*гадайте себе в періоди життєвих змін!* Зміна життєвої ситуації і життєвого статусу є стресом для будь-якої людини, але особливо це стосується дітей. Адже при переході в середню школу не просто змінюються самі відносини між учнем і вчителями. За чотири роки навчання в молодшій школі дитина встигла звикнути до педагога, вчитель пристосувався до спілкування з ним, детально вивчивши її індивідуально-психологічні особливості. Тобто вони адаптувалися один до одного. А тут - все нове й незнайоме! Добре, якщо у дитини багатий соціальний досвід, тобто вона відвідувала дитячий садок, у неї багато друзів і велика родина. Таким чином, вона має досвід спілкування з різними людьми різного (що теж важливо!) віку. П'ятикласнику потрібно не тільки пристосуватися до абсолютно різних і «чужих» людей, а й подати їм себе. У вчителя початкових класів діти вже мали певний статус, і, як правило, доволі комфортно себе почували в ньому. Дитина виробила свої прийоми психологічного захисту проти певних некомфортних взаємин. З новим вчителем ці прийоми не працюють. І якщо п'ятикласник залежить від зовнішніх обставин, то, безумовно, адаптаційний період буде надзвичайно болючим і тривалим. Може виникнути страх до школи (ще нічого не сталося, ще немає жодної проблеми, але страх перед цим незнанням, перед калейдоскопом осіб, вимог, характерів вже є) і вплинути на здоров’я дитини (соматику). Тобто у дитини може виникнути головний біль, розлад шлунка, безсоння або, навпаки, постійна сонливість, загальмованість або гіперактивність.

Звичайно, мова йде про крайні випадки, тому що до десятирічного віку діти вже мають певні знання про школу, вимоги і навіть досвід роботи з різними вчителями (уроки фізкультури, іноземної мови). Батьки часто самі загальмовують соціальний розвиток своєї дитини, приймаючи її соціальні ролі на себе. Починаючи з маленького «Привітайся», «Скажи: «Дякую!», вони не можуть зупинитися і тоді, коли дитина дорослішає, стає учнем. Вони не привчають до самостійності, самі з'ясовують її стосунки з вчителями, однокласниками, друзями. Безперечно, вникати в шкільні справи дитини необхідно, але не менш важливо навчити її саму будувати взаємини в класі і за його межами.

Говорячи про проблему п'ятого класу, потрібно пам'ятати, що дитині необхідно напрацювати певні навички в досить короткий проміжок часу. Що ж вимагається від педагогів і батьків у цій ситуації? Нічого нового – просто любити дітей. Адже, за даними останніх досліджень вітчизняних психологів, 90% учнів переконані, що вчителі їх не люблять. Майже така ж ситуація і в сім'ї: незважаючи на запевнення батьків у любові, діти її не відчувають, навіть більше – болісно зізнаються, що їх не люблять. І справа тут не у відсутності цієї любові, а в тому, що ми розучилися проявляти її один до одного (від цього, до речі, страждає все наше суспільство). До того ж батьківська любов має бути безумовною – любити дитину такою, якою вона є, в будь-якому віці, з будь-якими його проблемами.

Нинішні діти вільніші у висловлюваннях і відстоюванні своєї думки, у них менше лицемірства і страху, відчутно більше почуття гідності, але при цьому батьки повинні пам'ятати: вони, як і раніше, вимагають до себе безроздільної уваги. *Десять років – початок підліткового віку*, і в цей період особливо важливо не критикувати дитину, а співпрацювати з нею, заохочувати, дисциплінувати, допомагати досягати певної мети, аналізувати невдачі і ні в якому разі не порівнювати з іншими. Також необхідно розвивати комунікативні навички дитини, виховувати в неї доброзичливе ставлення до людей. При цьому батькам варто виховувати не за принципом «Роби, як я сказав!», а ***за принципом «Роби як я!».***

Батькам слід пам'ятати, що конфліктна дитина в першу чергу страждає сама, а виграє той, хто вихований в любові до інших. У адаптації п'ятикласників це грає чи не вирішальну роль. Зараз дуже багато говориться про особистісний підхід до дитини. Це дещо інше поняття, ніж «індивідуальний підхід». Не можна бачити кількість помилок і не бачити при цьому маленької людини. Потрібно вміло оперувати і тим, і іншим, а справедливі вимоги дитина завжди відчуває. Але навіть якщо з учителем не пощастило, і контакт поки не налагоджується, не поспішайте в присутності дитини погано відгукуватися про педагога. Спробуйте разом з дитиною знайти підхід до цього вчителя, познайомитися з ним і познайомити його з системою виховання в сім'ї.

Потрібно зробити так, щоб дитині було цікаво вчитися і пізнавати світ. І тут зусиль одних вчителів мало. Вдома повинен бути культ школи, тому що вона дає знання, а також атмосфера спільного (сімейного) пізнання. Коли починається навчальний процес, батьки розуміють (і правильно розуміють), що потрібно тримати його під контролем, здійснювати його в цікавій формі: разом вивчити вірш, зрозуміти його зміст, розібрати важку тему, використовуючи при цьому інші джерела.

Десять років – це і початок статевого дозрівання. Відбувається складна фізіологічна перебудова в організмі, діти її дуже важко переживають, іноді навіть відбуваються психологічні зриви. Змінюється тіло, дитина сприймає себе по-новому, і може бути багато проблем, якщо в силу якихось причин він не прийняв себе і не полюбив. Та хто ж не пам'ятає себе в цьому «жахливому» віці, коли «вуха – як у слона!», ноги – «колесом!», руки – «це не руки, а милиці якісь!», ніс – «як у дятла» або того гірше «картоплею!» і взагалі – «хіба може хтось таку потвору полюбити?!»... Нас, звичайно ж, намагалися вберегти від крайнощів в оцінках себе і навколишнього світу. Ми зобов'язані допомогти дітям прийняти і полюбити себе з усіма своїми недоліками і перевагами. А це стосується і зовнішності, і інтелектуальних схильностей, і розумових здібностей.

У цей період діти втрачають ту самооцінку, яка була до цього. У молодшій школі вона складалася з оцінки дорослих і того ж вчителя. Бали за відповідь на уроці діти сприймали як оцінку своєї особистості. Молодші школярі на запитання: «Хто у вас найкращий у класі?» обов'язково назвуть відмінників. Але в п'ятому класі таке уявлення про відмінниківвже починає змінюватися. Додайте до цього гормональне розбалансування організму, яке нещадно «б'є» по нервовій системі, і ви зрозумієте, чому дитина неврівноважена, дратівлива, більше стомлюється і взагалі переживає не найщасливіші дні свого життя.

На цьому тлі зовсім по-іншому виглядає ще одна проблема: чи залишатися у своїй «простій» школі або йти за кращими (так здається) знаннями в більш престижний навчальний заклад. Як не дивно (оскільки такий перехід стає тенденцією), більшість фахівців одностайні: перехід зі школи до школи і навіть з класу в клас небажаний. Він, стверджують вони, прийнятний тільки в тому випадку, якщо дитина не має на старому місці потрібного статусу. Наприклад, в силу якихось причин належить до знехтуваних дітей: клас її не прийняв. І тоді потрібно допомогти йому зайняти відповідний статус на новому місці, тому що у цей період для підлітка особливо важливо мати взаєморозуміння з однолітками.

І все ж новий колектив вимагає напруги: потрібно знову подати себе і знайти своє місце в ньому. А якщо є якісь фізичні чи психологічні особливості у дитини, вона може отримати душевну травму як тільки тому, що ... рудий або занадто худий. І навіть якщо в попередньому колективі це теж мало якийсь негативний відтінок, дитина вже навчилася з цим боротися і захищатися.

Тому батькам, які прагнуть дати дітям хорошу освіту, потрібно в першу чергу пам'ятати про те, що в гімназіях і ліцеях - абсолютно інші вимоги і навантаження. Чи готова дитина до них? Але чи дозволяє її фізичне і психічне здоров'я витримати такий темп? Наскільки адекватна її самооцінка? Чи вироблені у неї емоційно-вольові навички (а у нинішніх дітей це найбільша проблема)? І якщо дитина успішно отримує знання у своїй школі, не потрібно заважати їй: ці знання будуть абсолютно достойними. До того ж потрібно розуміти, що немає жодного навчального закладу, де б абсолютно всі вчителі були найвищого рівня.

На початку навчального року будьте гранично уважними до своєї дитини, помічайте найменшу зміну в його настрої, ставлення до школи. Раніше вона приходила і охоче розповідала, що було в школі, а тепер мовчить, не розказує? Це вже сигнал: їй не комфортно, вона щось намагається приховати і боїться вам розповісти, або вона не розуміє, що відбувається. Допоможіть їй, порадьтеся зі шкільним психологом, не зупиняйте себе відомим: «Навіщо я побіжу з такою маленькою проблемою?». Адже з маленької проблеми може вийти велика, а цього допустити ніяк не можна. Хоча є діти, у яких достатньо внутрішніх ресурсів, щоб впоратися з виникаючими труднощами, і цього навіть ніхто не помітить. Але й інших дітей потрібно постійно підтримувати і вчити, як долати «підводні течії». Потрібно пам'ятати і те, що дитина вдома, на вулиці і в школі – це три різні людини. І це не означає, що вона така лицемірка. Адже виконуючи певну соціальну роль, вона навчилася відповідним способам поведінки. У ролі дитини знає, як бути слухняним, щоб від мами з татом щось отримати. Коли вона виконує роль учня, намагається адаптуватися до кожного вчителя і знову ж робити так, як кожному з них подобається. Тому на різних уроках у різних вчителів вона може вести себе по-різному, методом проб і помилок вибудовуючи свої відносини. І «таким» мама її не бачить. Тому так бажаний у п'ятому класі контакт педагогів і батьків.