**Педагог-психолог Игнатьева Н.А.**

**ПОЧЕМУ У РЕБЕНКА МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ ТРУДНОСТИ**

Рекомендации психолога родителям учеников 4 класса

**Цель:**способствовать успешной адаптации младших школьников к обучению в основной школе, снизить эмоциональное напряжение у участников образовательного процесса.

К концу обучения в начальной школе у детей, родителей и педагогов возрастает эмоциональное напряжение, связанное с переходом в среднее звено. В преддверии изменений условий обучения, и возрастных особенностей младших подростков. Это вызывает необходимость поиска форм и методов работы, которые способствовали бы усилению ресурсных сил участников образовательного процесса и в дальнейшем успешной адаптации пятиклассников.

 Прежде всего родителям необходимо оказывать эмоциональную и психологическую поддержку.

Предлагается перечень характерных особенностей младшего подростка, о котором следовало бы знать:

1. Стремление к взрослению.
2. Потребность в достойном положении в группе сверстников.
3. Любознательность к миру взрослых.
4. Спектр эмоциональных реакций. (крики, злость, агрессивность, страхи, усталость, вялость, перепады настроения, переутомления…

Дети очень эмоционально уязвимы. Сегодня взрослые не могут противостоять стрессу, трудностям, что неизбежно приводит к эмоциональным срывам, психозу, депрессиям. Ну а дети и подавно самостоятельно не справятся!!! Им нужна поддержка взрослого.

1. Требовательность к своим словам и поступкам.
2. Устойчивость первого впечатления.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ДЛЯ УСПЕШНОГО ПЕРЕХОДА из начальной школы в основную:**

1. Не нагнетать страха перед новыми трудностями (ВПР) «не напишешь, не сдашь» - искусственно не занижайте самооценку ребенка.
2. Не сравнивать ребенка с другими учащимися, а только с ним самим.
3. Замечать даже мелкий успех в учении и на нем акцентировать внимание.
4. Развивать самостоятельность во всех делах младшего подростка, поддерживать **гибкий режим труда и отдыха.**
5. Относиться к детям соответственно их возрасту, предъявлять требования, соответственно их возрасту и способностям. (Завышенные требования ведут к повышению уровня тревожности, заниженные – к понижению мотивации и успеваемости).
6. Учитывать психологические особенности ребенка, его эмоциональное состояние, тип их восприятия мира, тип темперамента. (детей не нужно сравнивать с самим собой, я был в твоем возрасте…. Сегодня компьютерный мир диктует свои особенности…
7. Общаясь с ребенком, не подрывать авторитет других значимых для него людей.
8. Формировать у детей позитивное отношение к школе, учителям и одноклассникам. ( не критиковать других в присутствии ребенка) -иначе он только этому и научится
9. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помочь ему и оказывать поддержку, а при достижении даже малейших успехов помнить о похвале.
10. Доверять ребенку, быть с ним честными и принимать таким, какой он есть.
11. Если по каким-либо объективным причинам ребенку трудно учиться, выбрать для него кружок, **занятие по душе**, чтобы занятия в нем приносили ему радость и он **не чувствовал себя ущемленным.**
12. **Чаще общаться с ребенком. С ними нужно просто разговаривать, спрашивать, интересоваться**
13. Пересмотреть свое отношение к ребенку и **исключить гиперопеку** (чрезмерную заботу, когда родители решают всё за ребенка и по малейшему поводу бегут в школу; еще и пытаются выяснить отношения с детьми-одноклассниками). **Дети разберутся сами!** и **эмоциональную прохладность.**

Всегда помните!!!

ДЕТИ УЧАТСЯ ЖИТЬ У ЖИЗНИ:

∙    Если ребенка постоянно **критикуют** — он учится **ненавидеть.**

∙    Если ребенок живет во **вражде**, он учится — быть **агрессивным**.

∙    Если ребенка **высмеивают** — он становится **замкнутым**.

∙    Если ребенок растет в **упреках** — он учится жить с **чувством вины**.

∙    Если ребенок растет в **терпимости** — он учится **понимать** других.

∙    Если ребенка **хвалят** — он учится быть **благородным**.

∙    Если ребенок растет в **честности** — он учится быть **справедливым**.

∙    Если ребенок растет в **безопасности** — он учится **верить** в людей.

∙    Если ребенка **поддерживают** — он учится **ценить** себя.

∙    Если ребенок живет в **понимании и дружелюбии** — он учится н**аходить любовь** в этом мире.

**Ваша главная помощь: поддерживать его уверенность в своих силах.**

Постарайтесь снять с него чувство напряжения и вины за неудачи. Если вы заняты своими делами и урываете минутку, чтобы спросить, как дела или отругать, — это не помощь, а основа для возникновения новых проблем.

«ЗОЛОТЫЕ» правила воспитания

1.Учитесь слушать и слышать своего ребёнка.

2.Постарайтесь сделать так, чтобы только вы

снимали его эмоциональное напряжение.

3.Не запрещайте детям выражать отрицательные эмоции.

4.Умейте принять и любить его таким, каков он есть.

5.Повиновение, послушание и исполнительность будут там, где они предъявляются разумно.

6.К агрессивным проявлениям в поведении ребёнка приводит агрессивность семьи.