

Психологія першокласника (для батьків)

Перший клас школи — один із найскладніших періодів життя дитини. Початок навчання дитини у школі призводить до виникнення емоційно-стресових ситуацій: змінюється звичний для маляти стереотип поведінки, виникає психо-емоційне навантаження. Школа з перших днів ставить перед дитиною цілий ряд задач, які дуже відрізняються від її попереднього досвіду, але вимагає від неї максимальної мобілізації інтелектуальних і фізичних сил. На дитину впливає цілий комплекс нових факторів: класний колектив, особистість учителя, зміна режиму дня, незвично тривале обмеження рухової активності і, звичайно, поява нових не завжди цікавих для дитини обов'язків. Дитячий організм пристосовується до цих факторів, мобілізуючи всю свою систему. Не день, не тиждень потрібний для того, щоб маля освоїлося в школі по-справжньому. Адаптація (пристосування) дитини до школи — досить тривалий процес, пов'язаний зі значною напругою всіх систем її організму.

Спостереження за першокласниками показують, що в перші шкільні дні деякі діти дуже гучні, кричать, без упину носяться по коридорах, на уроках часто відволікаються, із учителем поводяться досить розв'язно. Інші, навпаки: сковані, зайво боязкі, намагаються триматися непомітно, бентежаться, коли до них звертається вчитель. При найменшій невдачі або зауваженні плачуть. У деяких дітей порушується сон, апетит, вони стають дуже примхливі, збільшується кількість захворювань. Усі ці порушення (зазвичай їх називають функціональними відхиленнями) викликані тим навантаженням у зв'язку з різкою зміною способу життя. Звичайно, не у всіх дітей адаптація до школи супроводжується подібними відхиленнями, але знати їх потрібно, щоб вчасно прийти дитині на допомогу. Деякі батьки досить скептично ставляться до тих рекомендацій, які дають психолог і вчитель. Вони мотивують це тим, що коли «ми вчилися, такого не було, нікого не перевіряли, усі були однаковими, школа вчила усьому, на те, мовляв, і вчитель у школі, щоб навчити дітей». Взагалі це так і є, але не зовсім.

Немає потреби говорити про те, наскільки ускладнилася і змінилася (причому в гірший бік) економічна і соціальна атмосфера в нашій державі. Ці зміни, торкнулись і родини. І, якщо ви уважно придивитесь до своїх дітей — зробите однозначний висновок — вони зараз зовсім не ті, що були 5—10 років тому. З ними складно ладнати, складніше переконати в чомусь, а також виховувати в цілому. Життя вносить свої корективи в усі сфери життєдіяльності людини. Тому потрібні інші підходи до виховання дітей. І в цьому вам допоможуть, насамперед, педагог і психолог. Анкета для батьків першокласників з питаннями, на які батьки повинні звернути увагу в першу чергу:

1. Чи охоче ваша дитина йде до школи?
2. Чи цілком вона пристосована до нового режиму, чи приймає як належне новий розпорядок?
3. Чи переживає дитина свої навчальні успіхи і невдачі?
4. Чи ділиться дитина з вами своїми шкільними враженнями?
5. Який переважно емоційний характер вражень?
6. Як долає труднощі при виконанні домашнього завдання?
7. Чи часто дитина скаржиться на товаришів по класу?
8. Як справляється з навчальним навантаженням? (ступінь напруги)
9. Як у порівнянні з минулим роком змінилася її поведінка?
10. Чи скаржиться на безпричинні болі і, якщо так, як часто?

11. Коли лягає спати, скільки годин на добу спить? Чи змінився характер сну в порівнянні з минулим роком? (якщо так, то як?)

Негативні відповіді на багато питань вказують на неблагополуччя в даній сфері життя дитини.

Висновок про наявність або відсутність шкільної дезадаптації ґрунтується на наявних негативних змінах у стані дитини, відзначених батьками. Успішність адаптації дитини до школи пов'язані в першу чергу з готовністю до початку систематичного навчання. Організм повинен бути функціонально готовий (тобто досягти такого рівня розвитку окремих органів і систем, щоб адекватно реагувати на впливи зовнішнього середовища).

Якщо говорити про дітей 6—7 років, то вони до цього віку цілком готові засвоювати навчальний матеріал, переробляти, запам'ятовувати, відтворювати його, тобто готові навчатися. Проте і тут є своє «але». Шестирічна дитина готова до систематичного навчання із задоволенням іде до школи, якщо з нею займалися та навчали необхідним навчальним навичкам, наприклад, спілкування з однолітками і дорослими, поведінка в суспільстві та ін.

Недарма всі дошкільники проходять психологічне обстеження, де з'ясовується рівень готовності до шкільного навчання. І чим вищий цей рівень, тим менший ризик дезадаптації дитини, тобто тоді майже безболісно проходить процес звикання і пристосовування до школи. Також важливо, що психолог з'ясовує і такі важливі моменти, як рівень розвитку уваги, темп роботи — повільний або імпульсивний, навички комунікативності, уміння поводитися при незвичайних ситуаціях. Батькам відразу ж даються конкретні рекомендації, як «згладити» ці гострі кути. Проте батьки повинні обов'язково довести до відома вчителя ті або інші особливості своєї дитини, щоб не загострити ситуацію ще більше. Учитель знає, які методи потрібно застосовувати в роботі з конкретною дитиною.

У цей складний для дитини період багато чого залежить від дорослих, котрі її оточують, — вчителів і батьків.

Найбільш важливі фактори, що залежать від дорослих, — раціональна організація навчальних занять і раціональний режим дня.

Особливу увагу батьків хотілося б звернути на організацію режиму першокласника вдома. Якщо ви займаєтеся з дитиною вдома, пам'ятайте, що спочатку потрібно виконувати ті завдання, що даються легше, потім більш важкі, до занять варто приступати тільки після того, як дитина поїла і відпочила (рекомендується денний сон тривалістю 1,5—2 години). Обов'язково робіть перерви (10—15 хв.) між виконанням завдань.

Не поспішайте лаяти і карати дитину, якщо щось вийшло не так, не забувайте про те, що вона тільки осягає шкільні премудрощі, їй важко. Краще дитину похвалити, надихнути, сказавши, наприклад: «Сьогодні в тебе вийшло краще, ніж учора» або «Не засмучуйся, не усе відразу виходить добре, потрібен час» тощо. Головне, щоб ви говорили спокійно, доброзичливо, без образ. Пам'ятайте про те, що у важкі моменти життя (а саме таким є перший клас) дитина шукає опору, підтримку, насамперед з боку батьків.

Тому, шановні батьки, будьте уважні до своїх дітей, знаходьте час поцікавитися їхніми справами у школі, частіше розмовляйте щиро із сином або донькою, не засмучуйте їх недовірою і своєю байдужістю.

Пам'ятайте, що родина — це оселя добра і спокою, де батьки люблять і жаліють своїх дітей, а діти — батьків...