

## Перші тижні у школі

Початок навчання — це стрес для дитячої психіки. Дитина потрапляє в абсолютно нове, незнайоме для неї середовище. Для того щоб швидше адаптуватися до шкільної обстановки, їй необхідно відчувати позитивні емоції від відвідування школи. Дитина повинна йти до школи в доброму настрої. З самого ранку діти стикаються з різними факторами, які впливають на їхній настрій:

- Під час вранішнього підйому діти просинаються повільно, їхня психіка не може швидко вийти зі сну. Батьки повинні це врахувати й дати дитині час на те, щоб вона спокійно прокинулася.
- Мама або батько повинні проконтролювати, щоб необхідні для школи речі були зібрані ввечері.
- Дитина повинна одягатися сама, і на це має вистачати часу.
- Зранку необхідно поснідати без крику з боку батьків. Якщо ваша дитина не звикла так рано вставати, її захисною реакцією на небажання їсти буває нудота, а ваше роздратування лише посилить таку реакцію.
- До школи треба прийти вчасно — запізнення травмує дитину.

Дитина завжди повинна відчувати вашу підтримку, з якими б труднощами вона не стикнулася. Для дітей дуже важливо відчувати психологічну безпеку — це увага і турбота батьків. Діти мають знати, що ви їх любите й розумієте.