**Праздник не в радость**

Начало нового учебного года – всегда стресс для ребенка, будь он первоклашкой, которому только предстоит впервые сесть за парту, будь он старшеклассником. К сожалению, родители далеко не всегда способны заметить страхи своего ребенка, связанные с наступающим Днем знаний, а потому хочу рассказать о самых распространенных детских страхов перед учебой и дать советы о том, как их преодолеть.

1. Страх перед новым.

 Очень сложная боязнь, которой в большей мере подвержены дети-первоклассники и те школьники, которым предстоит явиться в первый раз в новую школу. Как будут развиваться события после торжественной линейки 1 сентября, сказать не может никто, и ребенок это чувствует, даже если родители хорошо убеждают, что все будет отлично. Рисовать неясные перспективы, уверяя, что все будет прекрасно, все примут и полюбят новичка, не стоит. Вы же не можете гарантировать, что именно так все и получится, а потому такие обещания – это обман.  Ребенок, даже маленький, обман чувствует за версту. И от того неясность ситуации становится для него еще более трагичной – это что же там страшное будет, раз даже родители вынуждены обманывать?  Нужно сказать ребенку правду. Она заключается в том, что правда неизвестна. И все будет, как будет. Но, чтобы снизить уровень страха, стоит заранее сводить чадо в школу, показать класс, коридоры, здание, познакомить с учителем. В этом случае появляется некая определенность.

2. Страх быть непринятым сверстниками.

Это – очень распространенная боязнь, честно признаться в которой может не каждый ребенок. Но если ваш ребёнок мало общается с ровесниками вне дома, у него свой, пусть и богатый, внутренний мир, он оторван от общества, то стоит поговорить с ним на эту тему. Нужно мягко донести, что нравиться всем невозможно в принципе, да и нет в этом никакой необходимости.  А если ребенку очень нужны друзья, остаток лета стоит потратить на то, чтобы научить его не только говорить, но и слушать. Это поможет ему быстрее завести новых друзей в классе.

3. Страх перед необходимостью смены привычного режим.

 На каникулах можно подольше поспать, посмотреть мультики, погулять. С наступлением учебы придется раньше вставать, подчиняться определенному расписанию и распорядку. Это знают даже первоклашки, и именно это пугает не только их, но и школьников «со стажем».  Надо – начинать за две недели до 1 сентября постепенно сдвигать режим ребенка и приближать его к школьному, будить раньше, вечерний отбой производить раньше.

 4. Страх перед неудачами. Обычно такой страх испытывают дети, которые привыкли все делать капитально, качественно, от которых родители многое требуют. Поясните, что вовсе не оценка делает человека человеком, и наличие «тройки» не всегда говорит о том, что человек глупец и неудачник. Главное – донести до школьника, что вы будете очень сильно любить его вне зависимости от его оценок и достижений. Родителям же общая рекомендация звучит так – не относитесь к школе и годам обучения вашего ребенка уж слишком серьезно. Не драматизируйте, и тогда школьные годы чудесные пролетят с наименьшими потерями для нервной системы. Вашей и вашего сына или дочки.

Педагог – психолог Кузьмина Н.В.