

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

*Особенности адаптации обучающихся из семей мигрантов*



*Переезд в новую страну - большая нагрузка. Приходится адаптироваться к множеству изменений. Новый язык, окружение, район, дом, климат, еда - все непривычное. Несмотря на то, что ребенок часто обладает открытым взглядом ко всему новому и хорошо адаптируется к новой культурной среде, вам необходимо обращать внимание на некоторые аспекты в поведении вашего ребёнка.*

Главная задача родителей - создание эмоционально спокойной, ненапряжённой атмосферы. Ребёнку бывает трудно опираться на собственную уверенность в себе, и в этой ситуации роль «палочки-выручалочки» играем мы, взрослые (родители, педагоги). Дело в том, что существует определённый уровень волнения, оптимальный для организации деятельности. Если ребёнок не волнуется, он ничего не делает. Очень высокий уровень волнения, наоборот, приводит к ступору, мешает деятельности. Все силы уходят на то, чтобы справиться с волнением. Наконец, очень важно понять, в какой помощи нуждается ваш ребёнок. Узнать о том, что нужно можно только спросив его: «Как я могу тебе помочь?»

## ПРИЗНАКИ ДЕЗАДАПТАЦИИ РЕБЕНКА

- ✓ Усталый, утомленный внешний вид.
- ✓ Нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне.
- ✓ Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
- ✓ Нежелание выполнять домашнее задание.
- ✓ Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
- ✓ Беспокойный сон
- ✓ Трудности утреннего пробуждения, вялость.
- ✓ Постоянные жалобы на плохое самочувствие.

**Консультацию по вопросу адаптации ребенка в образовательном учреждении можно получить у классного руководителя, педагога-психолога, администрации образовательного учреждения**

## ПРИЗНАКИ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ

- ✓ Удовлетворенность ребенка процессом обучения.
- ✓ Ребенок легко справляется с программой.
- ✓ Степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому.
- ✓ Удовлетворенность межличностными отношениями с одноклассниками и учителем.



## СОВЕТЫ

### для родителей в адаптационный период

1. Принимайте ребёнка таким, какой он есть.
2. Старайтесь исходить из интересов ребёнка.
3. Строго придерживайтесь определённого режима и ритма жизни ребёнка. Очень важно, чтобы ребёнок имел возможность отдохнуть, сменить деятельность. Важно помочь ребёнку найти такую форму досуга, которая бы его не переутомляла: прогулка, общение с одним-двумя детьми.
4. Соблюдайте ежедневные ритуалы (они обеспечивают безопасность ребёнка).
5. Научитесь улавливать малейшие вербальные (словесные) и невербальные сигналы ребёнка, свидетельствующие о его дискомфорте.
6. Чаще присутствуйте в группе или классе, где занимается ребёнок.
7. Как можно чаще разговаривайте с ребёнком.
8. Терпеливо объясняйте смысл его деятельности, используя чёткую наглядную информацию (схемы, рисунки, пиктограммы, и т.п.).
9. Избегайте переутомления ребёнка.
10. Узнайте и изучите местные традиции.

## ЧЕМ МОЖНО ПОМОЧЬ



### СОЗДАВАЙТЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

У ребенка непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.

Несмотря на кажущуюся взрослость, ребенок нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.

*Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать для ребенка благоприятный климат в семье.*