**Як ваша дитина адаптується до нових умов – залежить від Вас!**

*Дотримуючись цих порад, Вам буде простіше тримати контакт з власною дитиною та допомогти їй адаптуватися у новому місті, школі, колективі, нових умовах.*

*Пам’ятайте, дітям набагато легше, якщо батьки поряд з ними!!!*

**Поради психолога з адаптації учнів до нових умов:**

1. Основними помічниками дорослих у складних ситуаціях є терпіння, увага та розуміння.
2. Дозвольте дитині бути самою собою. Приймайте її такою, якою вона є. Спирайтеся на сильні сторони дитини.
3. Внутрішній світ дитини нестабільний, тому батькам не слід залишати своїх дітей без уваги і нагляду. Дитина дуже вразлива і легко піддається впливам як позитивним, так і негативним.
4. Задля виховного впливу використовуйте частіше ласку та заохочення, ніж покарання та осудження.
5. Не соромтеся демонструвати дитині свою любов, дайте їй зрозуміти, що будете її любити за будь-яких обставин. **Існує 5 способів (основних), якими можна виразити любов: 1)дотик; 2)слова заохочення; 3)час; 4) допомога; 5)подарунок.**
6. Переконайтеся, що ваші діти мають достатньо часу для відпочинку і сну.
7. Намагайтеся дотримуватися розпорядку дня, зокрема, щодо вживання їжі, відвідування ліцею, виконання повсякденних справ тощо.
8. Спілкуйтеся з педагогом щодо поведінки дитини.
9. Якщо в родині сталися події, що можуть вплинути на психічний стан дитини, повідомте про це педагога та психолога.
10. Цікавтеся шкільними справами, обговорюйте складні ситуації, разом шукайте вихід з конфліктів.
11. У батьках діти хочуть бачити друзів і порадників, а не диктаторів.

**ДИТИНА – ЦЕ ДЗЕРКАЛО ЖИТТЯ БАТЬКІВ.**

**ЯК У КРАПЛИНЦІ ВОДИ ВІДОБРАЖАЄТЬСЯ СОНЦЕ, ТАК І В ДІТЯХ ВІДОБРАЖАЄТЬСЯ ВСЕ ЖИТТЯ СІМ’Ї!**

Пам’ятайте, що труднощі є у всіх сімей! Важливо їх долати разом!

Не соромтеся звертатися до спеціалістів.

*Практичний психолог/соціальний педагог Житомирського міського ліцею при ЖДТУ*

*Соколюк Л.Й.*