Советы для хорошего настроя на школьную жизнь

*Здоровый ребенок – хороший ученик.*

*В.А. Сухомлинский*

Начало, середина или конец учебного года для всех семей становится и радостным событием, и волнительным испытанием — в зависимости от того, как это воспринимают в семье, как к этому готовятся родители и как настраивают детей. Именно эмоциональный настрой является залогом успеха начала этого этапа в жизни.

Верный настрой начинается с родителей. Многие взрослые в последнее время начали преувеличенно эмоционально и тревожно включаться в школьную жизнь детей, а это состояние транслируется ребенку. Важно демонстрировать спокойное, ровное, радостное отношение к тому, что начинается новая жизнь. А самим родителям важна поддержка родственников, а также друзей, у которых есть ученики в семье. Можно поделиться эмоциями, обсудить, выговориться, что их волнует, о чем они переживают. Волнение — хорошая эмоция и нормальное состояние, помогающее мобилизовать энергию. Оно дает силы, чтобы справиться с какой-то ситуацией. Важно, чтобы эмоция не зашкаливала, не следует нагнетать обстановку, чтобы волнение не переросло в страх как у взрослых, так и у ребенка перед началом учебного года. Ведь эмоциональное развитие ребенка является значимой составляющей развития его личности. Несформированность или нарушения эмоционально-волевых особенностей вызывает у ребенка в затруднении интеллектуальных заданий, что в свою очередь оказывает отрицательное влияние на развитие личности ребенка.

Родителям необходимо формировать характер у ребенка и нравственные переживания, связанные с нормами или отклонениями от норм и идеалов: жалость, сочувствие, доверие, благодарность, отзывчивость, самолюбие, эмпатию, стыд и др.

Итак, чтобы ребенок шел в школу мотивированным, надо чаще говорить подбадривающие слова. Также очень важно при взаимодействии иметь корректность обращений, создавать дома благоприятный психологический фон, помогающий ребенку справиться с поставленной перед ним задачей. Психологический комфорт является источником внутренних сил ребенка, рождающий энергию для преодоления трудностей, желания учиться. Ребенок испытывает уверенность в себе и внутреннее удовлетворение. На основе всего этого, можно сделать вывод: желание, комфорт и успех в учебе – завтрашний успех в жизни!

<https://infourok.ru/referat-na-temu-sozdanie-psihologicheskogo-komforta-na-uroke-kak-sredstvo-razvitiya-emocionalnolichnostnoy-sferi-uchenika-2044185.html>

<https://multiurok.ru/files/iziuminki-psikhologhichieskogho-nastroia-uchashchi.html>