

# Как понять, что у ребёнка трудности с адаптацией

Поскольку все дети разные, то и адаптация к школе у каждого из них проходит по-своему. В том случае, если адаптационный период прошел без осложнений, то и интерес к учебному процессу останется стабильно высоким, и уставать ребенок будет меньше, и программу усваивать в полном объеме.

Но если с адаптацией возникают проблемы, то ребенку необходима помощь.

О трудностях привыкания к школьной жизни внимательному родителю могут подсказать изменения в поведении сына или дочки. Стоит насторожиться, если:

- ребенок часто жалуется на головные боли и усталость
- стал раздражительным и плаксивым
- у него ухудшился аппетит
- сон стал беспокойным
- высказывания ребенка о школе, учителе, одноклассниках носят негативный характер
- ребенок стал легковозбудимым, даже агрессивным или наоборот, заторможенным, вялым

Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, обязательно обращайтесь за консультацией к учителю или школьному психологу.