

Jak emocjonalnie przygotować dziecko do szkoły

Rozpoczęcie przez dziecko nauki w szkole wymaga od całej rodziny zmian w organizacji dnia jak i elastycznego podejścia w związku z pojawieniem się nowych wyzwań edukacyjnych i sytuacji społecznych. Zarówno przed dzieckiem jak i rodzicami pojawiają się nowe, często niełatwe zadania. Aby pomóc dziecku zaadaptować się w nowej sytuacji warto już wcześniej zadbać o jego emocjonalne przygotowanie do szkoły.

Przede wszystkim pamiętaj o budowaniu pozytywnego obrazu szkoły. Mogą w tym pomóc rozmowy z dzieckiem, w których opowiesz mu o swoich pozytywnych doświadczeniach związanych ze szkołą, nauką i relacjami z rówieśnikami. Warto też wybrać się z dzieckiem na wspólne zakupy i razem z nim cieszyć się nowymi przyborami i podręcznikami. Bądź w tym naturalny i towarzysz dziecku w jego emocjach, uspokajając obawy poprzez cierpliwe odpowiadanie na jego pytania. Najważniejsze, abyś w tych rozmowach nie przekazywał dziecku swojego niepokoju. Nie strasz dziecka szkołą i nauczycielami.

Pamiętaj, że dzieci duże znaczenie przywiązują do postaw rodziców i chętnie ich naśladują. Dlatego przekazuj dziecku dobre wzorce takie jak sumienność i odpowiedzialność. Zachęcaj dziecko do samodzielności, nie wyręczaj go, ale jednocześnie nie stawiaj dziecku zbyt wygórowanych wymagań. Zawsze bierz pod uwagę jego indywidualne możliwości i talenty. Unikaj porównań oceniających między dziećmi.

„Dzień bez pochwały jest dniem straconym” - to hasło powinno nam zawsze towarzyszyć w wychowaniu. Częste, ale mądre pochwały, adekwatne do sytuacji i wieku dziecka pomagają budować dziecku zgodną z prawdą samoocenę, co jest ważne dla jego dobrego zafunkcjonowania w środowisku szkolnym. Chwal dziecko za jego starania i osiągnięcia. Wskazując mu na popełnione błędy nie odnoś się do cech jego charakteru a jedynie efektów jego pracy.

W momencie rozpoczęcia przez dziecko edukacji szkolnej pomocne jest konsekwentne przestrzeganie harmonogramu, w którym przewidziany jest czas na wypełnianie obowiązków, ale także czas na relaks i zabawę. Taki harmonogram można wprowadzić już nieco wcześniej, aby wdrażać dziecko do przestrzegania zasad i obowiązków. Ważna jest przy tym równowaga i stworzenie w domu bliskiej, ciepłej atmosfery. Istotne jest budowanie rodzinnych rytuałów zarówno tych związanych z obowiązkami jak i czasem wolnym, aby dom nie kojarzył się dziecku tylko z szarą codziennością i obowiązkami, ale także relaksem i ukojeniem.

Pamiętaj! „Wychowanie jest jak nauka jazdy na rowerze. Nie nauczy jej ojciec, który biegnie za rowerem, ani i ten, który czyta instrukcje po fakcie, gdy dziecko leży już na ziemi. Dziecko, które po raz pierwszy siada na rowerze, musi być tyle razy podtrzymane, co puszczone na swobodę. Sztuka wychowania polega na tym, aby wiedzieć, w którym momencie uczynić pierwszą, a w którym drugą rzecz.”

P. Pellegrino