

Jak wesprzeć i przygotować dziecko do pójścia do szkoły?



Rozpoczęciu nauki w szkole towarzyszą szczególne emocje – odczuwane zarówno przez dziecko, jak i jego rodziców. I u Małych i u Dużych pojawiać się mogą ekscytacja, ale też strach lub obawa.

Co zrobić, aby uczynić pierwsze kroki swojej pociechy w zupełnie nowej dla niej sytuacji łagodnymi, stawianymi z chęcią i prowadzącymi bezpieczną drogą przez meandry wyzwań, czekających pierwszoklasistę?

Warto wcześniej (tj. przed wrześniem) porozmawiać z dzieckiem i spytać je, co czuje w związku ze zbliżającym się rozpoczęciem nauki w szkole. Jeśli nasza pociecha zasygnalizuje jakiegokolwiek obawę, będzie to jasna wskazówka, od których niepokojów zacząć rozmowę normalizującą (tj. wyjaśniającą, jak wyobrażona przez dziecko rzeczywistość może faktycznie wyglądać) i działania wspierające. Poniżej zamieszczamy także kilka praktycznych wskazówek, które można – po zmodyfikowaniu adekwatnie do potrzeb dziecka – wykorzystać, aby pomóc naszej pociesze na początku nowego dla niej etapu.

I. Traktujmy **poinformowanie dziecka o tym, że idzie do szkoły, jako proces** (nie róbmy tego z dnia na dzień). Opowiadajmy dziecku o szkole, o tym, czym nauka w niej różni się od aktywności znanych z przedszkola. Skorzystajmy z dni otwartych wybranej przez nas placówki – dziecku często trudno wyobrazić sobie, jak wyglądają szkolne klasy; wspólne zwiedzanie pozwoli przyszłemu uczniowi oswoić się z nadchodzącymi zmianami i łagodniej przez nie przejść.

II. Poinformujmy dziecko, że jego **dzienny harmonogram ulegnie zmianie** (unikając stwierdzeń typu „Jak pójdziesz do szkoły, to nie będziesz mieć czasu na zabawę”). Spróbujmy wspólnie ustalić plan dnia, uwzględniając zajęcia szkolne. Pamiętajmy, aby w harmonogramie znalazło się miejsce na relaks i odpoczynek wraz z rodzicami,

III. Dzieci, słysząc o tym, że będą uczyć się nowych rzeczy, mogą czuć niepokój. Zapewnijmy swoją pociechę, że **jeśli nie będzie sobie z czymś radzić, to jej pomożemy**. Wyjaśnijmy, że materiał pierwszej klasy dostosowany jest do możliwości uczniów, rozpoczynających swoją podróż przez ten etap edukacji. Możemy opowiedzieć dziecku o własnych przeżyciach, związanych ze szkołą, aby dodać mu otuchy.

IV. Podkreślajmy w rozmowach z dzieckiem, że szkoła jest miejscem zdobywania **pożytecznej wiedzy i umiejętności**, ale też przestrzenią zawierania **nowych znajomości i przyjaźni**, czasami – na całe życie.

V. Jeśli nasza pociecha nadal ma trudność z **samoobsługą** (np. zawiązaniem butów) – pora na drobny kurs samodzielności. Zadbajmy o to, aby nasze dziecko radziło sobie w murach szkolnych z takimi podstawowymi czynnościami jak zakładanie butów, sprawna zmiana stroju na wf, pakowanie tornistra; będzie to sprzyjało jego pewności siebie oraz tworzeniu przez nie pozytywnego obrazu siebie (adekwatnej, pozytywnej samoocenie).

VI. Zabierzmy dziecko na zakupy i **pozвольmy mu wybrać zeszyty, piórniki, tornister** oraz resztę potrzebnych przyborów (oczywiście monitorując wybory, których dokona). Dzięki temu przygotowania do rozpoczęcia nowego etapu będą dla naszej pociechy przyjemniejsze.

VII. **Towarzyszymy dziecku w dniu rozpoczęcia roku szkolnego**. Obecność i wsparcie rodziców w nowych sytuacjach dają młodemu człowiekowi poczucie bezpieczeństwa i są bezcenne.

Zapraszamy do stawiania pierwszych szkolnych kroków wspólnie z SP 264 :)