

Tanácsaink az iskolakezdéshez:

- Fontos, hogy a gyermekünk ne aggódó, hanem nyugodt, kedves, megértő, de biztos háttérrel nyújtó szülőket lásson.
- Tudatosítsuk a gyermekben, hogy természetes az, ha izgul eleinte, nincs ezzel semmi gond. A többi társa is pont így érez. Mindenki így érez, amikor új helyzetbe kerül.
- Biztosítsuk az otthoni békés, kellemes légkört. Ha valami ezt akadályozza, akkor próbáljuk a minimálisra szorítani a kellemetlenségeket.
- Elég az iskolakezdés kihívásaival megbirkózni, ha lehet, több új dolgot most ne vezessünk be, változtassunk meg, pl. új foglalkozás, költözés, lakás átalakítás.
- Időben feküdjön le este aludni, 10 óra alvás szükséges lenne. Legyünk ezzel kapcsolatban következetesek. Ha kipihent a gyermek, jobban teljesít, jobb a kedve és bírja a terhelést. (Lefekvés előtt pedig mindenképpen kerüljük a tévézést, telefonozást, egyéb elektronikai eszköz használatát.)
- A nap reggel nyugodtan induljon, ne rohanásban, kapkodásban, idegességben teljen.
- A kellemes élményeknek örüljünk együtt, beszéljünk róla, mindez oldja gyermekünk esetleges szorongását is. Az esetleges kellemetlenségeket, problémákat beszéljük közösen meg, ha kell, szóljunk az osztályfőnöknek.

- Hagyjunk időt a gyermeknek az evésre, pihenésre, regenerálódásra. Az iskola sikeres elvégzéséhez az egyik legfontosabb dolog a motiváció, az érdeklődés fenntartása. Segítsünk ebbengyermekeknek.
- Az iskolábanem lehetünk ott, hogy bekössük a cipőfűzőket, megmondjuk, melyik a jobb és melyik a bal kesztyű, vagy begombolgassuk a kardigánt. Mivel általában nagy létszámúak az osztályok, célszerű ezeket a feladatokat mindbegyakorolnunk gyermekünkkel, mielőtt iskolába indulna. A helyzet könnyítése érdekében, olyan ruhákban küldjük az iskolába gyerkőcünket, amelyeket egyszerű le- és felvenni, hogy ez ne okozzon gondot számára akkor sem, ha egyedül kell megoldania.
- Amit érdemes még gyakorolni, az az étkezés: az otthon készített uzsonna vagy nasi esetében tisztázzuk vele, mi az, amit ki kell dobnia, miután evett, mi az, amit haza kell hoznia, hogyan záródik megfelelően a doboz, a kulacs, vagy hogyan kell visszacsomagolni egy félig megevett szendvicset.
- Fontos az iskola és a család közötti őszinte kommunikáció.

Jó készülődést kívánok! 😊