

Rady rodičom pre úspešnú adaptáciu dieťaťa na školu

Vstup dieťaťa do školy je v každej rodine významnou udalosťou. Je to chvíľa, na ktorú rodičia svoje dieťa pripravujú niekoľko mesiacov dopredu.

Porozprávajú sa o tom, ako sa školák každý deň stretáva so svojimi spolužiakmi a s pani učiteľkou. Ako sa bude učiť čítať, písať, počítat' a spoznávat' veľa zaujímavých vecí hravými formami. Aj o povinnostiach, ktoré si bude musieť plniť.

- pred nástupom nestrašit' dieťa školou, radšej navodiť atmosféru očakávania a radosti
- dieťa by sa nemalo strániť spoločnosti ďalších detí
- malo by si zvykať na nové prostredie a osoby bez väčších problémov
- neustále povzbudzovať dieťa
- byť trpezlivým pri písaní domácich úloh
- rozprávať sa s ním, čo sa mu páčilo/nepáčilo v škole
- rodič by sa nemal báť prípadného vyšetrenia v pedagogicko-psychologickej poradni, čím môže dieťaťu pomôcť
- mal by v prvých dňoch vypestovať návyk na systematickú prípravu na vyučovanie
- kontrolovať domáce úlohy
- viesť dieťa k samostatnej príprave školskej tašky podľa rozvrhu hodín (nenosiť všetky predmety denne v taške), denne kontrolovať za prítomnosti svojho dieťaťa jeho tašku
- viesť dieťa k tomu, aby si každý deň vystrúhalo ceruzky
- každá príprava na školu by nemala trvať dlhšie ako 30 minút (radšej rozdeliť na viac kratších časových úsekov v príjemnom prostredí, aby sa dieťa mohlo maximálne sústrediť
- klásť na dieťa také nároky, aby ich vedelo zvládnuť čo najlepšie a následne ho nezabudnúť pochváliť
- vyhradiť dieťaťu čas na hru a oddych, hra má veľký význam- napomáha k budovaniu vzťahu medzi dieťaťom a rodičom, v hre sa učí spolupracovať a dodržiavať pravidlá

Spoločne strávený čas Vás (rodičov) s deťmi je najcennejší, čo im môžete dať.

Vety, ktoré by nemali nikdy hovoriť rodičia svojim deťom

1. „Keď sa budeš správať slušne, kúpim ti čokoládu.“

Nekladte si podmienky. Odmena za dobrú náladu zaváňa manipuláciou a vydieraním. Berte svoje dieťa v diskusiách skôr ako rovnocenného partnera. Nie je nič horšieho, ako keď dieťa získa pocit menejcennosti. Samozrejme, autorita musí byť, ale rozhodne nie absolútna.

2. „Ale no tak, veď už si veľký/á.“

Nezjednodušujte a nezmenšujte problémy svojho dieťaťa, naopak si zachovajte prirodzené porozumenie. Nech má v sebe momentálne akékoľvek emócie, nevyhovárajte mu ich, pretože nabadúce sa na vás už neobrátí s dôverou. Jedine porozumením si vybudujete vzájomnú dôveru. Bagatelizovaním detských smútkov nedosiahnete prehĺbenie vzájomného vzťahu.

3. „Len sa pozri, ako to Peťkovi ide.“

Keď má vaše dieťa problémy v škole, nepoukazujte na ostatných, o koľko sú lepší. Vyššie zmienenou vetou akurát tak dáte najavo, že vaše dieťa nie je dosť dobré a iným to ide omnoho lepšie. Toto nie je pozitívna motivácia. Porovnávanie s ostatnými je totiž cesta do pekiel. V budúcnosti, keď dieťa vyrastie, sa môže začať porovnávať s ostatnými a takáto prax vedie iba k rozčarovaniu a závidi. Pestujte vo svojich deťoch húževnatosť a ambície, ale zdravou cestou. Zdôrazňujte ich prednosti a zbytočne nevyzdvihujte neúspechy. Funguje iba pozitívna motivácia!

4. „Ako to že plačeš? Chlapci predsa neplačú!“

Plač je zdravý pre ženy, mužov, dievčatá aj chlapcov. A tak to jednoducho je. Všetci máme právo sa raz za čas vyplakať, veď vďaka slzám zo seba dostaneme emócie, ktoré nutne potrebujú vyjsť von. Nikto neplače pre nič za nič. Neučte svoje deti zadržovať emócie. Túto skúsenosť si so sebou vezmú do ďalšieho života, pretože všetko – návyky, pravidlá správania sa, emócie – si prinášame z rodiny ďalej do dospelého života a ťažko sa toho zbavujeme. Dávať najavo svoje pocity nie je nič zlého. Je to prospešné nielen pre duševné a fyzické zdravie, ale tiež v rámci medziľudských vzťahov.

5. „Nechám ťa tu, ak ma budeš hnevať.“

Vyhrážanie sa a prenášanie úzkostí na dieťa v ňom len založí negatívne emócie. Občas každému uletia nervy, keď je dieťa neposedné. Ak sa to stane párkrát, nemusí to mať tak ďalekosiahle následky. Keď sme však v prítomnosti detí, mali by sme silné slova držať na uzde. Jedine vyrovnaným prístupom a chladnou hlavou sa jedná aj zmravňuje najlepšie. Budte

asertívny a dôrazne svoje deti napomínajte. Zabudnite však na kladenie podmienok, drsných trestov aj slov. Hysterické, prehnané výstupy ešte zo žiadneho dieťaťa neurobili lepšieho človeka.

Nezabudnite, že Vaše dieťa sa má do školy

(i k zápisu) predovšetkým tešiť !

Aj my sa tešíme na svojich budúcich

prváčikov a spoluprácu s Vami.