

**Jak wesprzeć
dziecko
w powrocie
do szkoły
po wakacjach?**



1.

***Rozmawiaj z dzieckiem codziennie!
Poświęć, choć kilkanaście minut,
na rozmowę o przeżywanych
emocjach i o tym, co wydarzyło się
w ciągu dnia.***

TEGO UNIKAJ!

***Nie ograniczaj się do zdawkowego
pytania "Jak w szkole?".
Najprawdopodobniej usłyszysz
bowiem równie zdawkowe "ok",
"dobrze". Skupiaj się nie tylko
na nauce, ale także relacjach
z rówieśnikami. Podczas rozmowy
pomocne okażą się pytania otwarte,
np. "Co miłego spotkało Cię dziś
w szkole?" lub "Jestem ciekawa,
co dzisiaj działo się w szkole. Może
mi o tym opowiesz?"...***



2.

Okazuj dziecku bezwarunkową miłość. Dawaj do zrozumienia, że wierzysz w jego możliwości, jednocześnie dając przestrzeń do popełniania błędów. Twoja pociecha powinna mieć poczucie, że niezależnie od uzyskiwanych wyników w nauce, Twoja miłość jest niezmienna.

TEGO UNIKAJ!

Nie skupiaj się na efektach, doceniaj wysiłek i pracę, którą dziecko podjęło. Wspieraj je w nauce i zdobywaniu nowych umiejętności.



3.

***Nie lekceważ problemów
i emocji dziecka. Okazuj
mu zrozumienie, wspieraj
w przeżywaniu trudnych emocji.***

TEGO UNIKAJ!

***Nie używaj sformułowań "Nie płacz!",
"To nie koniec świata!", "Przecież nic
się nie stało!"... Zamiast tego powiedz:
"Rozumiem, że jest
ci przykro. Wiem, ile wysiłku cię
to kosztowało. Chcesz
o tym ze mną porozmawiać?".***



4.

Wspieraj samodzielność dziecka, rozmawiaj o jego oczekiwaniach i potrzebach. Pozwól mu na podejmowanie decyzji, stwarzaj sytuacje, w których to dziecko zdecyduje o wyborze ubrania, tego, co ma ochotę zjeść na śniadanie, w jakich zajęciach pozalekcyjnych chce uczestniczyć (zgodnie z jego, nie Twoimi, zainteresowaniami).

TEGO UNIKAJ!

Przekonanie, że jako rodzic najlepiej wiesz, co potrzeba Twojemu dziecku, nie pozwala mu rozwijać skrzydeł. Jeżeli więc przeraża Cię wizja całkowitej swobody w podejmowaniu niektórych decyzji, szczególnie w przypadku młodszych pociech, bo oczami wyobraźni widzisz już, że Twoje dziecko chciałoby w środku zimy pójść do szkoły w krótkich spodenkach, a na śniadanie jeść tylko kanapki z Nutellą, dobrym pomysłem jest umożliwienie dziecku wyboru pomiędzy Twoimi propozycjami.



5.

Przygotuj wraz z dzieckiem plan dnia dostosowany do rozkładu lekcji i zajęć pozalekcyjnych. Uwzględnij w nim czas na naukę, obowiązki, ale także odpoczynek i czas wolny.

TEGO UNIKAJ!

Choć ustalenie dziennego rytmu jest niezwykle istotne, nie tylko w kontekście organizacji życia całej rodziny, ale przede wszystkim, budowania poczucia bezpieczeństwa, warto pamiętać o umiarze.

Nie przesadzaj z ilością obowiązków i zajęć pozalekcyjnych. Może to sprawić, że dziecko poczuje się przeciążone, zmęczone i zniechęcone do podejmowania nowych aktywności.



6.

Bądź na bieżąco. Bierz udział w zebraniach dla rodziców, utrzymuj kontakt z wychowawcą klasy, nauczycielami, w razie potrzeby, także szkolnymi specjalistami (psychologiem, pedagogiem, logopedą). Wasza współpraca z pewnością przyniesie wymierne korzyści i wsparcie dla Twojego dziecka w codziennych wyzwaniach.

TEGO UNIKAJ!

Pamiętaj, że pedagodzy są po to, by wspierać Ciebie i Twoje dziecko w pokonywaniu trudności, a nie oceniać. Jeżeli mówią o tym, co ich niepokoi, wcale nie próbują Ci udowodnić, że jesteś złym rodzicem (bo nie jesteś!). Kierując się jednak uczuciami, możesz nie dostrzegać tego, co widzą inni. Poza tym, sytuacje, w których zachowania dziecka w domu i szkole (przedszkolu) są różne, wcale nie należą do rzadkości...



***Niech ten nowy rok szkolny
będzie dla Waszych dzieci
owocnym czasem, pełnym
radości
i satysfakcji ze zdobywania
nowych umiejętności!
A Wam życzę dużo pozytywnej
energii i siły
do tego, by móc towarzyszyć
im w tym każdego dnia!***

