

Na myśli o pierwszym dzwonku dzieciom może towarzyszyć ekscytacja i zadowolenie, ale może pojawić się też niepokój lub niechęć. O tym, jak pomóc dziecku radzić sobie ze szkolnymi trudnościami, rozmawiam z pedagogiem i socjoterapeutką Anielą Sobczak.

# Szkoła – wyzwanie dla dziecka i rodzica

**PRZEMYSŁAWA Katarzyna Sterszeńska**

**D**la rodziców pierwszy dzwonek to krok w nieznanym, mogą pojawić się trudności, których dotąd nie przeżyliśmy. W pierwszych miesiącach szkoły na pewno warto zadbać o atmosferę spokoju. Dziecko jest bowiem barometrem naszych uczuć. Nawet jeśli coś nas niepokoi, nie powinniśmy tego przy nim komentować. Jeżeli zachowamy spokój i będziemy wierzyli w nasze dziecko, to ono ze spokojem i optymizmem do tej szkoły pójdzie. Ważne, by te pierwsze dni w szkole były dla dziecka bardzo pozytywne.

Istotne jest, by zadbać o klimat oczekiwania pełnego radości, celebrować początek roku szkolnego. Można wybrać się na wspólne zakupy przyborów szkolnych, pozwolić dziecku wybrać piórnik czy zeszyt. W ten sposób oswoi się ono z myślą o nauce szkolnej. Coraz częściej się słyszy o braku chęci dzieci do nauki. Rodzice stosują różne

metody: próby, groźby, a nawet próby przekupstwa. Co zrobić, żeby zbudować u dziecka wewnętrzną motywację? Warto już od najmłodszych lat pokazywać wartość zdobywania wiedzy, doświadczeń, różnych umiejętności. Jeśli dziecko czuje się w czymś dobrze, to je to napędza pozytywnie. Tak samo sukces edukacyjny napędza do nauki. Naszą rolą jest odkrywanie kompetencji dziecka, może to będzie recytacja wierszy, szachy, jazda konną.

Do nauki dobrze wprowadzić element zabawy, jest mnóstwo gier edukacyjnych. Musimy dziecko czymś zainteresować, trochę bawić się tą nauką, ubogacić ją. Wszelkie zajęcia manualne rozwijają grafomotorykę, jest to szczególnie ważne w późniejszej nauce czytania i pisania.

Kary i krytyka za trudności w nauce nigdy nie przyniosą efektu. Dziecko będzie zniechęcone, ucierpi jego poczucie własnej wartości. Pozytywne wzmacnianie natomiast korzystnie wpłynie na motywację wewnętrzną.

Dzieci często kwestionują polecenia rodziców, podobnie bywa z odrabianiem pracy domowej. Jak zatem rozmawiać z dzieckiem, żeby nas słuchało?

Najpierw to my musimy się nauczyć słuchać dziecko. Kiedy przychodzi do nas z jakimś problemem, odłożymy na chwilę gotowanie zupy, wysłuchajmy i nie bagatelizujmy sprawy, nawet je-

lepiej sobie radzi bez naszego udziału, możemy małymi krokami wprowadzać je w samodzielność. Ale kontrola prac domowych i pomoc w nauce potrzebna jest przez wiele lat. Dziecko musi mieć poczucie, że nas to interesuje. Ta kontrola powinna być jednak delikatna – odpyranie, poszukiwanie nowego sposobu nauki. Błędem jest osaczanie dziecka kontrolą. Musimy zaufać mu, dać szansę na odniesienie sukcesu, ale czasem także ponieście porażki.

Smartfon, tablet, bycie online to dziś nieodłączny element naszej rzeczywistości. Co można doradzić rodzicom, którym trudno odwracać swoje dziecko od komputera?

Trzeba zacząć od siebie. Nie możemy oczekiwać, że nasze dziecko nie będzie sięgało po gry komputerowe, jeśli sami gramy, nie będzie sięgało po telefon, jeśli my non stop z niego korzystamy. Największą wartością dla dziecka, przynajmniej w początkowym etapie, jest czas spędzony z rodzicem oraz pa-się. Jeśli ten czas będzie atrakcyjny, to dziecko nie będzie miało potrzeby używania smartfonu czy grania na komputerze. Dzieci sięgają po to z nudy, ale także dlatego, że to jest ciekawe, atrakcyjne. Zastąpienie tej atrakcyjności czymś innym może dać pozytywny efekt. Dziecko będzie wolało pójść na balet, jazdę konną, czy zajęcia z piłki nożnej. Wyjście na dwór, spotkanie z przyjacielem będzie miało większą wartość niż świat wirtualny.

Jak powinniśmy kontrolować korzystanie dziecka z Internetu?

Są różne metody kontroli rodzicielskiej, ograniczania dostępu do niektórych treści. To warto zrobić i warto być zainteresowanym, co to nasze dziecko w sieci robi. Bardzo ważne jest też, by nie dawać możliwości korzystania z żadnych mediów na dwie godziny przed zasnięciem. To powoduje zaburzenia snu i koncentracji. Powinniśmy też uwrażliwić dziecko na możliwe zagrożenia płynące z sieci, a także uświadomić mu, że to, co piszemy i mówimy w sieci, oddziałuje na drugiego człowieka. Rozwijajmy w naszych dzieciach empatię.

Dzieci mają często problem z koncentracją, co może prowadzić do trudności w nauce. Jak zatem wyciszyć dziecko,

Jak zorganizować mu przestrzeń i pomóc się skupić?

Ważne jest, by wypracować określony schemat dnia. Możemy na ta-blicy korkowej zrobić razem z dzieckiem plan tygodnia, którego będziemy się trzymać. Dzieci bywają chaotyczne, wiele rzeczy chciałyby robić jednocześnie. Warto kształtować u dziecka umiejętność koncentracji na jednym zadaniu oraz klasę nacisk na doprowa-dzenie go do końca.

Miejsce do nauki powinno być przy-jemne, spokojne, z dala od rozpraszaczy, nie może się też źle kojarzyć – to sprzyja koncentracji.

Niektóre dzieci z łatwością nawiązują relacje z rówieśnikami i zyskują sympatię, innym przychodzi to z większym trudem. Jak rodzice powinni wspierać dzieci w tym zakresie?

Tę otwartość na świat, kompeten-cje społeczne możemy kształtować. Od najmłodszych lat warto malucha wy-pychać w otwartość w sensie pozytywnym. Jeśli dziecko nie do końca się odnajduje w klasie, możemy poszukać innej grupy rówieśniczej, np. schoił czy klubu piłkarskiego. Dobrym pomysłem jest zaproszenie kolegi czy koleżanki z klasy do domu, można zorganizować wspólne wyjście do parku lub kina, żeby dzieci miały ze sobą kontakt także poza szkołą. Tak często powstają przyjaźnie. Dziecko nie musi być gwiazdą społeczną. Dobrze, jeśli będzie pewnie siebie i spokojne, że jest akcep-towane. To zbuduje u niego wysokie poczucie własnej wartości. Jeżeli nas coś niepokoi, kontaktujmy się z innymi rodzicami czy z nauczycielem.

Dziękuję za rozmowę.

