



Είτε το παιδί σας αλλάζει τάξη, είτε πάει σχολείο για πρώτη φορά, είτε αλλάζει σχολείο λόγω μετακόμισης, η μετάβαση και η προσαρμογή είναι πάντα ένα θέμα για όλη την οικογένεια.

Μερικά παιδιά είναι ψύχραιμα και αντιμετωπίζουν τις αλλαγές με ηρεμία, και άλλα δε μπορούν να απαγκιστρωθούν από πάνω σας. Για να κάνουμε την κατάσταση λίγο πιο εύκολη, σας δίνουμε μερικές συμβουλές για να διευκολυνθεί η προσαρμογή στο νέο περιβάλλον.

1. Το άγχος είναι φυσιολογικό

Τα παιδιά φοβούνται το άγνωστο και μπορεί να είναι αρνητικά. Αντί να λέτε συνέχεια ότι όλα θα πάνε καλά, συζητήστε μαζί τους τις λεπτομέρειες που τους φοβίζουν ή τους ανησυχούν και προσπαθήστε να λύσετε κάθε πρόβλημά τους.

2. Η συμπεριφορά σας έχει σημασία

Μη δείχνετε την αγωνία που πιθανόν βιώ νετε κι εσείς. Αφήστε την αυτοπεποίθησή σας και τη θετική σας σκέψη να μετακυλήσουν στο παιδί. Μιλήστε για το πόσο

όμορφα περάσατε όταν ήσασταν εσείς στη θέση του.

3. Εμπλακείτε

Μην στείλετε το παιδί σε ένα καινούργιο περιβάλλον που είναι άγνωστο και για σας. Να έχετε πρώτα μιλήσει με τη διευθύντρια, τη δασκάλα του ή άλλους γονείς, να έχετε δει τις τάξεις, να είστε γενικά ενήμεροι.

4. Γνωρίστε τους κανόνες λειτουργίας

Να έχετε γνώση για τις δραστηριότητες μετά το μάθημα, για τις ώρες των διαλειμμάτων, το κυλικείο, τις πολιτικές του σχολείου, ό,τι μπορείτε. Το να έχετε απαντήσεις σε πιθανά ερωτήματα των παιδιών σας, θα τα κάνει να νιώσουν ασφάλεια.

5. Μάθετε την τακτική για το μεσημεριανό γεύμα

Πού τρώνε, τι τρώνε, πώς το τρώνε. Στέλνετε ταπεράκι, το ζεσταίνουν, τίωρα τρώνε, τι μπορούν να φάνε... Τα πάντα για το φαγητό, πρέπει να τα ξέρετε και αναλόγως να έχετε προετοιμαστεί. Τα υλικά, τις αλλεργίες του παιδιού σας, τα κεράσματα, για όλα πρέπει να έχετε ασχοληθεί και να έχετε φροντίσει από πριν.

6. Να είστε εκεί ακόμη κι αν δεν σας χρειαστεί

Τις πρώτες μέρες, καλό είναι να είστε σχετικά «εύκαιροι». Μιλήστε μαζί τους όταν γυρίσουν από το σχολείο, ασχοληθείτε με το τί έκαναν και πώς πέρασαν, μην κανονίσετε όλα σας τα απογευματινά ραντεβού εκείνες τις μέρες, ούτε κάποιο επαγγελματικό ταξίδι.... Ακόμη κι αν δε σας χρειαστούν, το να ξέρουν ότι είστε εκεί θα τους δώσει ασφάλεια και αυτοπεποίθηση.

Πηγή: mothersblog.gr