

ПРИПРЕМА ЗА ШКОЛУ

Полазак у школу је радостан догађај за дете и породицу, обележите га нечим.

Представите школу реално, без застрашивања или улепшавања (шта је другачије у односу на вртић, шта ће бити лепо, шта мање лепо). Представите је као обавезу, као што ви идете на посао.

Испричајте своја искуства из школе, присетите се како је било вама првог дана, нађите неке фотографије из школе.

Одведите дете у шетњу до школе неколико пута да савлада тај простор.

Дете је спремно за школу када:

- Правилно изговара све гласове,
- Воли да слуша приче и уме да их преприча,
- Решава једноставне загонетке,
- Научило је да губи (друштвене игре, „не љути се човече“...),
- Радо се игра са другом децом,
- Склања играчке само,
- Вешто је у склапању слагалица и коцки (лего коцке...),
- Самостално се облачи, обува, везује пертле, једе и сипа само, купа се само, спава у свом кревету, закопчава дугмиће.

Самосталност и вештине

Пред њима су нови задаци: да седе мирно, решавају проблеме и одговарају без помоћи, да поштују рок за завршавање задатака... Радне навике усталите од почетка, без обзира што још нема оцена, нека се навикава да после ручка и краћег одмора понови оно што је радило у школи. Обезбедите одређено место и време за учење, научите дете да планира, буде уредно (најбоље је да научи по моделу, од вас), да заврши започето.

Овде ће доћи до изражаја све што сте за претходних шест година урадили. Ако је до сада дете научило да склања играчке, пере редовно руке и зубе, облачи се само, зна да каже „молим, хвала, изволите“, поштује и зна време када се једе, иде на спавање, већ је стекло основе сигурности, да поштује своје и туђе време, и све то се касније лакше преноси и на учење и лакше и брже се стичу радне навике. Брига о играчкама ће лако прећи у вођење рачуна о томе какав је радни сто, онда и свеска, итд... Радне навике ће омогућити успех у школи, и тиме веће осећање сигурности и вере у сопствене могућности, задовољство собом и резултатима. Искористиће се максимално потенцијал детета. Ово је, ипак, дуг и сложен процес, потребна је помоћ родитеља и сарадња са школом. Сарађујте са учитељицом и ПП службом школе, како бисте знали како се дете понаша у различитим ситуацијама којима ви не можете да присуствујете. Ово ће вам дати информације о понашању.

Важно је још и да дете усмерава, да му поставите границе и да научите дете да препознаје и искаже своја осећања и доживљаје. Границе су детету неопходне како би његов свет имао ред. Оно ће их свеједно тестирати, и увек тражити где су, како спољашње границе (докле могу да идем), тако и унутрашње (дете мора да зна шта реално може, а где су му ограничења). То је основа самопоуздања, као и развоја самосвести, која почиње да се формира управо сада, са седам година. Постављање граница је нужно, јер ако њих нема, у детету се рађа немир, изгубљено је и уплашено, нису му јасни кораци које мора да предузме нити последица тога што је наумило да уради (пример са везаним очима). Тиме је подложније утицајима са стране, који нису увек на корист детета. Такође може негативним понашањем скретати пажњу док му неко од одраслих не постави ту границу. Деца са седам година воле ред и ситуације које су им познате, јачају и увежбавају тек стечене вештине, и потребно им је да окружење буде сигурно и предвидиво.

Љубав је неопходна, али не и довољна, што значи да ћете морати да инсистирате на неким за њих непријатним, али корисним стварима. То неће ићи лако, јер деца су по природи хедонисти, све чему теже је да избегну непријатност и раде оно што им прија и у чему уживају. Ту морате одиграти своју родитељку улогу и стрпљиво, упорно и доследно захтевати од њих да раде и непријатне ствари, док оне не постану навика. Тада ће их извршавати сами и чак се некада и осећати лоше ако не поступе онако како су навикли. Имајте у виду да их учите стварима важним за њихов добар развој и касније задовољство у животу. Нека науче да се само трудом заиста долази до осећања задовољства и постижу жељени резултати. Овде ви морате бити ти који ће савладати своја осећања док гледате своје дете како ради нешто што сматра непријатним. Имајте у виду ту ширу слику и корист коју тиме добија, јер ви сте ту да га припремите за живот, који не може да се живи по принципу лаких решења, као што деца данас, на жалост, стичу утисак, захваљујући новим технологијама и брзом животу.

Деци је потребно да њихова осећања буду прихваћена и поштована. Покушајте да слушате пажљиво и ћутке. Можете потврдити њихова осећања речима „аха, хмм, схватам“. Можете да дате име осећању „Рекла бих да те то баш нервира“ или можете жељу детета испунити у машти, нпр. уместо да кажете „То не може, већ сам ти рекла.“ – „Волела бих да могу да учиним да се то деси.“ Сва осећања могу да се прихвате. Поступци, међутим, некада морају да се ограниче. Због тога ћете прво уважити оно што дете осећа, а онда кориговати понашање, ан пример: „Видим колико си љут на тог дечака. Реци му шта желиш, речима, не песницама.“ Ако су осећања упућена вама и не можете да их прихватите, као „мрзим те“, то детету и кажите. „Не свиђа ми се то што сам чула, ако си због нечега љут, реци ми то на други начин. Онда ћу ти можда помоћи.“

Ако сами разговарате о осећањима између себе, и деца ће научити да изражавају природно своје жеље, потребе, доживљавање различитих ствари. Често деца не знају због чега нешто осећају, некада не говоре да се плаше из страха да ће одраслима то изгледати смешно. Не притискајте и да објашњавају шта се десило или зашто се тако осећају. Боље је да констатујете као нешто најнормалније „Видим да те је нешто растужило.“ Ако и погрешите, нема везе, дете ће вас одмах исправити, „Није ме ништа растужило, љут сам!“, и тада можете да наставите разговор. Не намећите своје идеје како треба да се осећа и своју процену да ли је то исправно или није. Нико, ни ми одрасли, не волимо када нам неко попује како треба да се осећамо или да због нечега не треба да се нервирамо. Углавном се изнервирамо још више.

Васпитање

Коришћење награда и казни има различите ефекте. Казном дете неће усвојити ново понашање, нити ће стећи неку корисну вештину. То ћете постићи похвалама, подстицајима, подршком, награђивањем пожељног понашања. Казна служи само да се негативно понашање прекине. Физичка казна има краткотрајан ефекат, док је најболнија и веома штетна казна игнорисањем. Тада дете осећа само да је невидљиво, губи осећај самопоштовања, а не зна ни да је то вид казне, нити шта је лоше урадило.

Морате им тачно и јасно рећи своја очекивања, шта треба да ураде, до када и шта ће се десити ако то не ураде. Позитивно понашање никада не заборавите да похвалите.

Усклађеност ставова партнера у погледу васпитања деце је веома важно. Ако делујете као тим, поставићете јасније и прихватљивије границе, дете ће имати мање простора да манипулише, поштоваће правила. Не покушавајте да budete пријатељи са децом! Вас однос није равноправан и не треба ни да буде.

Не радите ништа уместо детета, ништа што уме само. Допустите понављања, грешке, увежбавања. Самопоздање ће стећи само ако схвати да је неку вештину савладало самостално. Имајте стрпљења. Понудите помоћ само као савезници, радите у сарадњи са њим. Не тражите савршенство.

Никада не изједначавајте дете са учеником! Пошло је у школу, али то је оно исто дете. Интелектуални развој није никаква гаранција за успех у животу, ако није праћен и физичким, емотивним и социјалним развојем. Здрава личност и задовољство у животу су резултат усклађености та четири аспекта развоја. Треба да вам буде подједнако битно како се игра са другом децом као и какве оцене има.

Дајте му могућност избора, на пример гардеробе, али ограничите тај избор – „Коју ћеш од ове две мајице?“ Не стављајте цео ормар на располагање, тако ће имати осећај да је само изабрало, а неће се изгубити у тражењу пред превеликом понудом и тиме и штедите време.

Без јутарње журбе, у почетку, док дете не навикне на нови ритам, лезите на време и устаните раније да имте довољно времена да дете опуштено спремите и кренете у школу, и останете још који минут са њим у „опраштању“. То је њима веома важно, док је средина нова. Тиме, такође, радите највреднију ствар, поштујући њихов ритам, чувари сте дечије спонтаности.

Детету треба обезбедити: добар сан, јасну структуру дана, окружење које је предвидљиво, устаљен ритам, квалитетну исхрану (најбоље да доручкује код куће), боравак у природи.

Слободно време треба да буде структурисано, јер се дечији осећај за време разикује од нашег. Њима је сад – још мало, брзо – за сат времена... Нека свако у породици, у складу са узрастом, има нека задужења, намештање свог кревета, књига, бацање ђубрета.... Ограничите гледање телевизије и играње компјутерских игара. Поред огромног трошења психичке енергије путем чула вида (енергије која више не може да се поврати и не изазива здрав умор као код физичке активности, већ апатију и губљење интересовања за друге активности, па и учење), садржај видео игара и ТВ емисија и филмова може бити штетан. Водите рачуна шта вам деца гледају, и још важније, како доживљавају то што гледају. Играјте се са њима, деца тако најбоље уче. Опонашаће вас, зато водите рачуна, јер љубав према књизи може да се развије само у средини где је дете то видело. Ако ви читате, и оно ће.

Пажња

Неопходно је да се пажња фокусира, то су нови захтеви које школа ставља пред њих. Можете помоћи смањењем стимулуса који одвлаче и расипају пажњу, као што су стално укључен ТВ, компјутер у соби, много играчака. Од четири до шест играчака је довољно, тако уче да инвестирају, да их доводе у односе и испробавају ситуације из реалног живота кроз игру. Не дозволите, такође, да раде више ствари у исто време. План активности можете заједно направити - која емисија се гледа, када се она заврши, искључује се ТВ и прелази на нешто друго. Немојте прекидати активност или је забрањивати, мудрије је понудити неку другу, примамљиву, и да дете спонтано пређе на њу.

Током учења дајте му, с времена на време, подршку, похвалите труд („Добро ти иде.“) још у процесу учења, не само када се постигне резултат. Покушајте да избегнете материјалне награде, награда је и похвала, пољубац, омиљено јело, одлазак на неко лепо место. Немојте поредити децу, ни браћу и сестре, ни другу децу са вашом. Реците и другима да избегавају такве коментаре.

Када дође кући, оно жели исто што и ви, сигурну луку, место за опуштање, где је прихваћено и радо дочекано. Не постављајте питања са врата „Како је било у школи?“ „Шта сте данас радили?“ „Јеси ли данас нешто одговарао-ла?“ Тиме сте стали на пут комуникацији и природној потреби детета да вам исприча само шта жели. Ако 10 минута само ћутите, загрлите га и дочекате са осмехом, оно ће само да се отвори и испричаће вам све (и шта треба и шта не треба).

Подржите дружење са вршњацима, направите од свог дома пријатну атмосферу, место на које ће деца радо хтети да дођу.

Додатне, ваншколске активности

Немојте претеривати, гледајте да бар једна укључује физичку активност, бирајте их поштујући интересовања детета.

Тестирање

Развојни количник који се рачуна није онај исти IQ као код одраслих. Дечији нервни систем је у развоју, RQ је мера само тога да ли дететов развој одговара ономе који има већина његових вршњака. Промене су велике и брзе, након неколико месеци, уз рад са дететом, можемо постићи велике помаке. Нека вас не брину коментари других родитеља у школском дворишту, како је њихово дете натпросечно, колико су се они, а колико ви задржали код психолога... Карактеристике одређеног узраста и сама ситуација процењивања и тестирања утицаће на резултате. Шестогодишњаци су нпр брзоплети, кажу прво што им падне на памет, без много размишљања. Имају фазе великих излива енергије и периоде умора и честих прехлада и од самог дана ће зависити како ће се дете понашати код психолога. Седмогодишњаци опет, имају проблем са ограничавањем времена на појединим задацима. Они желе да све ураде тачно, уредно и лепо, и фрустрира их када их прекину а то још није „савршено“.

Могући проблеми

Могући проблеми су ако дете одбија да иде школу, ако је адаптација отежана, ако се појави ноћно мокрење, тикови, грицкање ноктију, проблеми са усвајањем градива, ако заборавља ствари у школи, доноси туђе, не усваја правила понашања, итд. Они су често реакција на новонасталу ситуацију, лош одговор на проблем који дете не уме да реши Много тога прође спонтано, временом, али ако се понавља или не престаје, ако вам учитељ-ица, психолог или педагог скрену пажњу на нешто, потражите стручну помоћ. Одлагањем ћете изгубити драгоцено време, а проблем ће се можда продубити.

Има много разлога (читаве студије су направљене) за неуспех у школи. Главни разлог остаје: недостатак унутрашње мотивације. Деца не знају зашто нешто уче, не налазе ништа интересантно у градиву, различите ствари им одвлачи пажњу. Родитељи су беспомоћни и немају довољно времена да се позабаве њима, да градиво повежу са дечијим искуством, да их похвале и подрже, нестрпљиви су, и под стресом. То је изгледа случај и са наставницима, а труд који треба данас да уложи је далеко мањи, када су све информације доступне (интернет), и брза решења су она за која се углавном опредељују.

Маја Димитријевић, психолог