

# AŠ – PRADINUKAS !



Prasidėjus mokslo metams tėveliai ne juokais susirūpina, kaip jų atžalėlėms, taip pat ir jiems patiems, pavyks priimti naujus pokyčius.

Dažniausiai visi vaikai nori eiti į mokyklą, ypač pirmos klasės mokiniai, nes:

- ❖ **tai jiems atrodo svarbus darbas;**
- ❖ **nori būti panašūs į suaugusiuosius;**
- ❖ **tikisi susirasti daug draugų;**
- ❖ **siekia pažinti mokytoją;**
- ❖ **didžiuojasi naujais daiktais (kuprine, pieštukais ir pan.).**

Vis dėlto, nors vaikai džiaugiasi mokykla, kartu ir nerimauja, kaip bus naujoje vietoje. Psichologai tyrimais įrodė, kad nuolat nerimą ar kitas neigiamas emocijas patiriančiųjų intelektualiniai gebėjimai mažėja. Taigi kad pirmieji vaikų žingsniai į suaugusiųjų pasaulį būtų kuo lengvesni, tėvai privalo nepamiršti keleto dalykų. Svarbiausias jų – vaiko noras mokytis.



## ***Kaip skatinti vaiko norą mokytis?***



Labai svarbu kalbėtis, kaip vaikas jaučiasi, ar nori eiti į mokyklą, kas joje patinka, o kas kelia nerimą. Kilus rūpesčių, bendrauti su mokytojais, kad vaikas jaustųsi saugesnis, kad žinotų, jog gali pasikliauti tėvais. Svarbu, kad šie, kai vaikas giria, nekritikuotų mokyklos ar mokytojos. Taip pat reikia skatinti vaiką pasitikėti savo jėgomis. Todėl:

- ❖ **kuo dažniau rodykite jiems savo meilę;**
- ❖ **neneikite vaiko jausmų ir išgyvenimų (leiskite liūdėti, verkti);**
- ❖ **skatinkite, girkite, drąsinkite;**
- ❖ **mokykite jį patį spręsti ir leiskite klysti (juk ir mes, suaugusieji, klystame).**

Pasitikintys ir teigiamai save vertinantys vaikai daug lengviau išgyvena neigiamas emocijas, jaučiasi saugesni. Tai padeda ryžtingiau siekti tikslo.

Kiekvienas pradinukas, ypač pirmokėlis, nerimauja – juk mokykloje nėra jo mylimų žmonių: mamos, tėčio, brolio. Ar galime jam padėti?

Nerimą išduoda keletas požymių: vaikas atsisako eiti miegoti be mamos ar tėčio, nuolat sapnuoja košmarus, skundžiasi galvos ar pilvo skausmais, dusuliu, nekaip jaučiasi, svaigsta galva, pykina. Taip pat dažniau pyksta, ašaroja, skundžiasi, kad tėvai jų nemyli.

## *Ką daryti, kaip padėti vaikui?*



- ❖ **Pasistenkite neparodyti, kad jaudinatės dėl vaiko. Juk jis jau gana savarankiškas;**
- ❖ **Galite pabandyti ramiai pasikalbėti ir išsiaiškinti, ko ir kodėl jis bijo;**
- ❖ **Skatinkite tikėti, kad su sunkumais susidoros.**

## *Ko tėveliams nereikėtų daryti?*

Gana dažna tėvelių klaida, kad vaikui sukrauna kuprinę. Tuomet ne tik kad vaikas nesijaučia savarankiškas, bet ir atėjęs į mokyklą nežino, kokie daiktai kur yra ir ar iš viso juos turi. Jei tėveliai labai bijo, kad vaikas į mokyklą susidės ne viską, siūloma reikiamus daiktus sudėti, pvz., ant stalo ir paprašyti, kad mažasis į kuprinę susikrautų pats.

Beje, neverta persistengti ir kuprinės tikrinti kiekvieną kartą.

Pirmą pusmetį pirmokėliai mokykloje tarsi žaidžia, todėl į pamokas turi atsinešti mėgstamą žaisliuką ar nuotraukų, kitų daiktų. Stropuoliai tėveliai ir čia, būna, persistengia – radę vaiko kuprinėje „nederanti“ daiktą nieko nesakę ima ir išima. Taip per pamoką vaikas gali pasijusti

nuskriaustas, kad negali papasakoti apie save ypatingos istorijos ar kad klasė nepamatė mėgstamiausio meškiuko.

## *Sunkumų ištakos*

Pradėjęs lankyti mokyklą šioki tokį stresą patiria kiekvienas vaikas: pasikeičia aplinka ir dienotvarkė, atsiranda naujų reikalavimų, reikia išmokti sukaupti dėmesį. Ypač sunku priprasti tiems vaikams, kurie šeimoje neturi aiškių pareigų, reikalavimų, jiems nėra nubrėžtos leistino elgesio ribos. Mokykloje reikalaujama atsakomybės, disciplinos, tvarkos, atlikti darbus – tai vaikui kelia nepasitenkinimą.

Neretai mokykla nusivilia tie vaikai, kuriems tėvai nuolat kartojo, jog jie patys geriausi, protingiausi, nusipelnę dėmesio... Toks vaikas, atėjęs į mokyklą ir susidūręs su realybe, kur ir kiti vaikai panašiai galvoja apie save, o mokytoja vienodai bendrauja su visais ir nė vienam nerodo jokio išskirtinumo, gali pasijusti tarsi apgautas. Juk tėvai aiškino vienaip, o yra visai kitaip. Todėl patariama neslėpti nuo vaiko, kad į mokyklą ateina įvairių vaikų ir pasitaiko ne pačių maloniausių situacijų.

Tačiau svarbu ir nestiprinti mokyklos baimės. Klausimai: „ar tavęs niekas nemušė?“, „ar neskriaudė?“, „ar nebijojai?“ – vaikui formuoja mintį, kad ten taip gali būti, jis to pradeda tikėtis ir baimintis. Todėl patariama verčiau domėtis, kaip vaikui sekėsi, klausiant: „ką naujo sužinojai?“, „kokie ten vaikai?“, „kas patiko?“ ir pan.