

Βαδίζοντας από το Νηπιαγωγείο στο Δημοτικό

Γράφει ο/η: Ράνια Α. Κυριαζή, Ψυχοπαιδαγωγός – Δρ Κοιν. Ψυχολογίας

1. Προετοιμάζω – συζητώ με το παιδί μου για το δημοτικό



Η πρώτη επαφή του παιδιού (που τώρα φοιτά στο νηπιαγωγείο) με το δημοτικό αποτελεί ένα ξεχωριστό γεγονός τόσο για το ίδιο όσο και για τους γονείς του και πολύ **συχνά οι «πρώτες» εντυπώσεις** καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό **την μετέπειτα στάση του** απέναντι στο **σχολείο** και στη **μάθηση**. Η είσοδος του παιδιού στο δημοτικό, λοιπόν, αποτελεί μια σημαντική αλλαγή στη ζωή του και, όπως συμβαίνει με όλες τις αλλαγές, είναι φυσικό να **συνοδεύεται από κάποιο άγχος, έναν βαθμό ανησυχίας**. Αυτά τα συναισθήματα μπορεί κάποιος να τα διαχειριστεί, μονάχα αν συγκεντρώσει σχετικές πληροφορίες γι' αυτό που του είναι άγνωστο και πρωτόγνωρο. Ανάλογα με το είδος των πληροφοριών, θα ρυθμίσει τη στάση του και τη συμπεριφορά του: αν αυτές είναι μπερδεμένες και ανησυχητικές, θ' αρχίσει να φοβάται και να ανησυχεί, ενώ αν είναι σαφείς και ενθαρρυντικές, θα νιώσει άνετα και αισιόδοξα.

Οι πληροφορίες που έρχονται στα αυτιά του νηπίου για το τι σημαίνει «δημοτικό», «δάσκαλος», «μαθήματα», «μελέτη» κτλ., χωρίς καν το ίδιο να το επιδιώξει, από πολλές πηγές (αδέλφια, συνομήλικοι, παππούδες, γιαγιάδες, τηλεόραση, γειτονιά) είναι τις περισσότερες φορές αντικρουόμενες και του δημιουργούν επιπλέον σύγχυση και απορίες.

Σε μια τέτοια περίπτωση, **τα πλέον κατάλληλα άτομα**, οι πιο αξιόπιστες πηγές πληροφόρησης για ένα παιδί είναι **οι γονείς του**, επειδή αυτούς εμπιστεύεται περισσότερο, με αυτούς συνδέεται

με έντονο συναισθηματικό δεσμό και μέσα από αυτούς έχει πραγματοποιηθεί η πρώτη του συνάντηση με τις αξίες και τους κανόνες της κοινωνίας. Για να διατηρηθεί λοιπόν αυτή η σχέση εμπιστοσύνης, θα **πρέπει οι γονείς πρωτίστως να λάβουν σχετική ενημέρωση, έτσι ώστε να απαλλαγούν από τους δικούς τους φόβους και στη συζήτηση με το παιδί τους να είναι αληθινοί και πειστικοί.**

2. Τι πρέπει να γνωρίζω

Ένας γονέας, στην προσπάθειά του να στηρίζει το παιδί του κατά τη μετάβαση στο δημοτικό, θα πρέπει να θυμάται ότι το νήπιο στη φάση αυτή **δεν είναι εντελώς αρχάριο και ανέτοιμο**, αντίθετα «κουβαλάει» πολλές «εμπειρίες σχολείου»: **έχει ήδη μάθει** να αποχωρίζεται τη μαμά και τον μπαμπά, να μένει αρκετό χρόνο μακριά τους μαζί με άλλα συνομήλικα παιδάκια, να συμμετέχει σε δραστηριότητες, να περιμένει, να απογοητεύεται, να χάνει, να ακολουθεί κανόνες, να ολοκληρώνει εργασίες, να μαθαίνει, να χαίρεται το παιχνίδι.

Βέβαια, το δημοτικό είναι **ένας διαφορετικός κόσμος**, και αυτή η διαφορετικότητα γίνεται φανερή από τις πρώτες κιόλας μέρες:

– Το κάθε πράγμα στο δημοτικό έχει, με μικρότερη ευελιξία απ' ό,τι στο νηπιαγωγείο, την ώρα του και τη σειρά του. Στο δημοτικό οι μαθητές κάθονται σε συγκεκριμένη θέση, που συνήθως επιλέγει ο δάσκαλος, δεν σηκώνονται το ίδιο συχνά από την καρέκλα τους, για να ξεκουραστούν ή να κοιτάξουν έξω από το παράθυρο ή να πουν κάτι στο αυτί του φίλου τους, ασχολούνται λιγότερο χρόνο με ζωγραφιές, κατασκευές και παιχνίδια, ζητούν την άδεια, πριν μιλήσουν ή πριν σηκωθούν από το θρανίο τους. Οι κανόνες κάνουν πιο έντονη την παρουσία τους, χωρίς αυτούς η συνύπαρξη με τους άλλους, η δουλειά και η προσπάθεια δεν φέρουν αποτέλεσμα, γι' αυτό και υπάρχουν συνέπειες, όταν τους παραβαίνουν.

– Στο διάλειμμα θα πρέπει ο μικρός μαθητής να «προφθάσει» να παίζει, να πάει στην τουαλέτα, να φάει το κολατσιό του, να πιει νερό, να εξοικειωθεί με τα τόσα άγνωστα πρόσωπα που τον περιτριγυρίζουν, να ξεκουραστεί πριν από το χτύπημα του κουδουνιού. Θα πρέπει λοιπόν να μάθει να διαχειρίζεται σωστά τον χρόνο του.

– Στο σπίτι, μετά το σχολείο, θα οργανωθεί διαφορετικά και ο χώρος και ο χρόνος του, έτσι ώστε να «χωρέσει» ξεκούραση, παιχνίδι, συζήτηση αλλά και μελέτη, προετοιμασία και εξάσκηση.

Όμως, παρόλες τις τυχόν διαφορές και δυσκολίες, είναι χρήσιμο ο γονέας να έχει πάντα στον νου του πως ό,τι θα ζητηθεί από το παιδί του εκ μέρους του σχολείου **θα είναι λογικό**, δηλαδή θα είναι αντίστοιχο της νοητικής και χρονολογικής του ηλικίας. Αν υπάρξουν δυσκολίες είτε στη μάθηση είτε στη συμπεριφορά, θα του δοθεί **περισσότερος χρόνος** προσαρμογής αλλά κι **επιπλέον βοήθεια**.

Η σημαντικότερη βοήθεια πάντως που μπορεί να του παρασχεθεί από την πλευρά της οικογένειας είναι η **ψύχραιμη στάση** και η πεποίθηση ότι « **το παιδί μπορεί να τα καταφέρει**».

3. Πώς θα διευκολύνω τη μετάβαση του παιδιού μου στο δημοτικό σχολείο

Πολλοί είναι οι τρόποι με τους οποίους ένας γονιός μπορεί να υποστηρίξει την ομαλή μετάβαση του νηπίου του στο δημοτικό σχολείο. Ενδεικτικά προτείνονται οι παρακάτω:

– **Αφουγκράζομαι τους φόβους και τις αγωνίες** του παιδιού μου, οι οποίες συχνά εκδηλώνονται και με μη λεκτικό τρόπο (π.χ. ανορεξία, διαταραχές στον ύπνο, ψυχοσωματικές εκδηλώσεις, προβλήματα συμπεριφοράς)

– Με αφορμή μια ζωγραφιά, ένα παραμύθι, μία διαφήμιση ή ένα σχόλιο από έναν συγγενή **συζητώ μαζί του**, προκαλώ ερωτήματα, το αφήνω να εκφράσει τις ανησυχίες και τις απορίες του, δεν τις υποτιμώ και δε γελώ μαζί τους όσο «κουτές» ή αστείες κι αν μου φαίνονται. Αντίθετα δίνω τις απαιτούμενες πληροφορίες (τόσες όσες μπορεί να κατανοήσει) και του δείχνω πώς μπορεί να διαχειριστεί τους φόβους και τους προβληματισμούς του.

– Το βοηθώ να προσαρμοστεί στη **νέα πραγματικότητα**, **αποδεχόμενος εγώ πρώτα και υιοθετώντας τους κανόνες της**, κανόνες που σχετίζονται με τη **συνύπαρξη** (ακούω, μιλάω

ευγενικά, δε διακόπτω, βοηθώ, μοιράζομαι κ.τ.ό.) και τη **μάθηση** (ακολουθώ συγκεκριμένο πρόγραμμα και στο σπίτι, δίνω κίνητρα, οργανώνω, ενθαρρύνω, ενισχύω).

– Αν συναντήσω **δυσκολίες στη φάση του αποχωρισμού** μας, δεν προσπαθώ να το ξεγελάσω και δεν απομακρύνομαι, όταν έχει στρέψει αλλού την προσοχή του, αλλά του εξηγώ με αποφασιστικό τρόπο ότι στο σχολείο θα πάει, όπως κάνουν άλλωστε όλα τα παιδιά της ηλικίας του και όπως η μαμά και ο μπαμπάς πηγαίνουν στη δουλειά τους. Παράλληλα **ενθαρρύνω δεξιότητες αυτονομίας και τη δημιουργία δεσμών με κάποιο συνομήλικο, ενώ συγχρόνως συνεργάζομαι στενά με τον δάσκαλό του.**

– **Επικοινωνώ τακτικά με το σχολείο και τους εκπαιδευτικούς,** ανταλλάσσω απόψεις και πρακτικές για ό,τι με απασχολεί και με προβληματίζει.

-Προσπαθώ να **προσαρμόσω τις προσδοκίες που έχω από το παιδί μου στις δυνατότητες και στα ενδιαφέροντά του.**

– Ρυθμίζω με προσοχή τη **διάθεση του ελεύθερου χρόνου** του και τις επιπλέον δραστηριότητες που θα αναλάβει.

– Διατηρώ ένα **οικογενειακό περιβάλλον ήρεμο,** με ελάχιστες προκλήσεις

-Τέλος, του δίνω το μήνυμα **ότι συναισθηματικά θα είμαι πάντα δίπλα του** και ότι οι όποιες αποτυχίες ή τα τυχόν λάθη που θα κάνει στη διαδρομή της προσαρμογής του δεν είναι δυνατόν σε καμία περίπτωση να αλλάξουν τα αισθήματα αγάπης και αποδοχής που έχω γι'αυτό.