

STRATEGIE DO WYKORZYSTANIA DLA RODZICÓW/OPIEKUNÓW, ABY WSPIERAĆ DZIECKO W PRZEJŚCIU DO SZKOŁY ŚREDNIEJ

Ważne jest, aby dziecko porozmawiało o swoich obawach z zaufaną osobą dorosłą w domu. Rozmowa z młodymi ludźmi o ich problemach i obawach i okazywanie im wsparcia mogą pomóc im w radzeniu sobie z praktycznymi i emocjonalnymi trudnościami, a także budowaniu pewności siebie. Pomóż dziecku wyrazić swoje obawy, jeśli jest w stanie to zrobić. Zachęć je, aby zastanowiło się, dlaczego denerwuje się rozpoczęciem szkoły średniej i jakie działania może podjąć, aby poradzić sobie ze zmianami? Zadawaj pytania takie jak: Co Cię najbardziej przeraża w związku z rozpoczęciem nowej szkoły? Jak myślisz, co jest najbardziej ekscytujące w rozpoczęciu szkoły średniej? Czego będzie Ci brakować ze starej szkoły? Na jakie nowe przeżycia czekasz z niecierpliwością?

Niektóre z najczęstszych problemów i powodów, dla których dziecko martwi się przejściem do szkoły średniej:

- lęk przed nieznanym po przewidywalności szkoły podstawowej
- podróż (nieraz uczniowie muszą korzystać z autobusu)
- niepokój związany z nawiązywaniem nowych znajomości, niedopasowaniem i byciem zastraszanym
- obawa o zgubienie się w „labiryncie korytarzy”
- strach przed nowymi nauczycielami i personelem pomocniczym
- niepewność związana z radzeniem sobie w nauce



PRZYGOTOWANIE DO SZKOŁY ŚREDNIEJ

- Zachęć dziecko do poznania drogi do szkoły. Poproś kogoś, komu ufa, aby udał się z nim do szkoły, zanim zrobi to samo.
- Zrób album ze zdjęciami przyjaciół dziecka ze szkoły podstawowej, aby móc go przeglądać w okresie przejściowym.
- Poświęć trochę czasu na przeglądanie strony internetowej szkoły średniej. Możesz tam znaleźć informacje o wycieczkach, oczekiwaniach związanych z pracą domową, zajęciach pozalekcyjnych itp. To wszystko może pomóc złagodzić lęki dziecka.
- Poświęć trochę czasu na przejrzanie online karty dań obiadowych, dowiesz się w ten sposób, jaki jest wybór, aby dziecko nie czuło się zaskoczone w czasie lunchu.
- Poznaj zasady obowiązujące w nowej szkole (ponieważ prawdopodobnie będą się znacznie różnić tych w szkole podstawowej).
- Dowiedz się, jakie zajęcia pozalekcyjne są w ofercie oraz kiedy i gdzie są prowadzone.
- Zachęć dziecko, aby napisało listę tego, co chciałoby wiedzieć o szkole średniej. Np. jak będzie wyglądał plan dnia, ilu będzie nauczycieli, ile osób będzie w klasie, gdzie są toalety, o której jest obiad itp.?
- Można rozmawiać z dzieckiem o różnicach między obiema szkołami, o ile jest w stanie, w przeciwnym razie skupić się głównie na podobieństwach i rzeczach, które są takie same w obu szkołach.
- Wybiegnij myślami w przyszłość i zastanów się, jak mogą zmienić się uczucia dziecka w trakcie pierwszej klasy szkoły średniej. Przyznaj, że to normalne, że ma wiele różnych odczuć związanych ze zmianami.



WSPARCIE W SZKOLE ŚREDNIEJ

- Dowiedz się, z kim dziecko może porozmawiać w szkole średniej, jeśli ma trudności lub czymś się martwi. Przypomnij mu, aby nigdy nie bało się prosić o pomoc i wsparcie.
- Zorganizuj, by dziecko chodziło na przystanek autobusowy razem z przyjacielem lub by mogło się tam z nim spotykać.
- Przygotuj harmonogram prac domowych i zapisz w nim nazwiska nauczycieli.
- Poproś o szkolną mapę, którą dziecko będzie mogło trzymać w kieszeni lub zeszytcie, dopóki nie nauczy się topografii szkoły.
- Wspieraj swoje dziecko w praktycznych codziennych czynnościach, np. czytaniu planu lekcji, pakowaniu torby, uzupełnianiu pieniędzy na obiad itp.; aż nabierze pewności, że umie to robić samodzielnie.
- Jeśli dziecko ma problemy z nawiązywaniem przyjaźni, zachęć je do poświęcenia czasu na poznanie innych uczniów na lekcjach.
- Upewnij się, że dziecko ma w swoim telefonie najważniejsze kontakty i zdecydowanie, do kogo może zadzwonić w nagłym wypadku. Dobrym pomysłem jest, by miało w torbie czy plecaku „awaryjne pieniądze”, na wszelki wypadek.
- Pomóż dziecku dobrze się zorganizować, zachęcając je do spakowania plecaka i przygotowania ubrań do szkoły w przeddzień, aby nie spieszyło się rano.



JEŚLI DZIECKO POTRZEBUJE DODATKOWEGO WSPARCIA, ROZWAŻ WSPÓŁPRACĘ ZE SZKOŁĄ, ABY:

- opracować zindywidualizowany plan przejścia obejmujący skuteczne zidentyfikowane strategie.
- Poproś o przydzielonego członka personelu, z którym możesz pozostać w kontakcie, aby móc porozmawiać o swoim dziecku.

ZAPAMIĘTAJ



**PRZYPOMNIJ SWOJEMU DZIECKU,
W CZYM JEST DOBRE
I MYŚL POZYTYWNE.
ZACHĘCAJ JE
I NIE BÓJ SIĘ PROSIĆ SZKOŁY
O POMOC!**

Niniejszy dokument jest dostępny w języku walijskim / Mae'r ddogfen hon ar gael yn Gymraeg
Ten document is available in English.