



Przygotowanie Psychologiczne Dziecka do Pierwszych Dni Szkoły

Wiemy, że początek roku szkolnego to pełen ekscytacji i emocji moment w życiu Waszych dzieci.

Oto kilka wskazówek, jak przygotować psychologicznie Wasze dziecko na ten ważny krok:

- 1. Rozmowy o szkole:** Rozmawiajcie otwarcie o szkole. Opowiedzcie o ciekawych przygodach, jakie ich tam czekają, i pomóżcie im zrozumieć, że to nowa, pozytywna faza w ich życiu.
- 2. Zwiedzanie razem szkolnego terenu:** Jeśli to możliwe, zorganizujcie wspólną wizytę w szkole przed rozpoczęciem roku. To pomoże dziecku zaznajomić się z nowym otoczeniem.
- 3. Twórz pozytywną rutynę:** Stwórz z dzieckiem stabilną codzienną rutynę i pokaż, że wcale nie musi być nudna. Porozmawiajcie na temat organizacji czasu, przygotowywania się rano oraz rozwoju zdrowych przyzwyczajeń.
- 4. Dyskusja o emocjach:** Rozmawiajcie o uczuciach związanych z rozpoczęciem nauki. Dajcie swojemu dziecku przestrzeń do wyrażenia swoich obaw, a także podkreślcie pozytywne aspekty nowego doświadczenia.
- 5. Cele i osiągnięcia:** Pomagaj dziecku określić cele, które chce osiągnąć w szkole. Uznawaj i celebruj małe osiągnięcia, co zwiększy poczucie sukcesu i pewności siebie.

Pamiętajcie, że każde dziecko jest inne, więc dostosuj swoje podejście do jego potrzeb. Razem możecie sprawić, że pierwsze dni w szkole będą pełne radości i entuzjazmu!

