

Πώς να μην κλαίει το παιδί στον παιδικό σταθμό

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



από Έλενα

Μπούλια

Πρώτη μέρα στον παιδικό σταθμό και... ο τρόμος ξεκινά! Όλα βαίνουν σχετικά καλώς μέχρι τη στιγμή που φτάνετε έξω από την πόρτα του σχολείου. Και τότε τα πρώτα δάκρυα αρχίζουν να κυλούν στο σχεδόν χλωμό προσωπάκι του. Δεν καταφέρνει να βγάλει άχνα. Μόνο σας σφίγγει δυνατά το χέρι. Και ενώ η καρδιά σας λέει να το πάρετε αγκαλιά και να επιστρέψετε τρέχοντας στο σπίτι, η λογική έχει άλλη άποψη: Αυτό το βήμα πρέπει να γίνει. Και πρέπει να γίνει σήμερα.

Η σωστή προετοιμασία

Το να προετοιμάσετε το παιδί σωστά, πριν τη μεγάλη μέρα είναι το ήμισυ του παντός. Και μιλώντας για μεγάλη μέρα... προσπαθήστε να μην την παρουσιάσετε έτσι! Μην αρχίσετε, δηλαδή, να λέτε στο παιδί πόσο φοβερό είναι που θα πάει για

πρώτη φορά σχολείο, γιατί το πιθανότερο είναι ότι θα το αγχώσετε. Αντίθετα, δημιουργήστε του μία πιο οικεία εικόνα, π.χ. ότι θα είναι σαν την παιδική χαρά, θα κάνει πολλούς νέους φίλους και όλη μέρα θα παίζουν, θα τραγουδάνε και θα φτιάχνουν όμορφες κατασκευές.

Ακόμα, μια καλή ιδέα είναι να πάρετε ένα παραμύθι με σχετικό θέμα, στο οποίο ο πρωταγωνιστής θα βιώνει την πρώτη μέρα του σχολείου με μεγάλη χαρά. Στα βιβλιοπωλεία θα βρείτε πληθώρα, για κάθε ηλικία.

Πολλοί παιδικοί σταθμοί έχουν καθιερώσει την «εβδομάδα προσαρμογής» για τα παιδιά, κατά την οποία ο γονιός ή συνοδός μπορεί για μία εβδομάδα να παραμένει στο σχολείο, όσες ώρες θα είναι και το παιδί εκεί, προκειμένου αυτό να αισθάνεται περισσότερη ασφάλεια. Απλά, καλό είναι οι ώρες αυτές να μειώνονται μέρα με τη μέρα, μέχρι και το παιδί να μην έχει πια ανάγκη την παρουσία του. Συζητήστε με την δασκάλα του παιδιού σας αν υπάρχει αυτή η δυνατότητα στον παιδικό σταθμό που θα το στείλετε.

Η μεγάλη μέρα έφτασε

Το πρωί της πρώτης «σχολικής» ημέρας προσπαθήστε να μειώσετε όσο γίνεται και το δικό σας άγχος, ενώ θα ετοιμάζετε το παιδί σας. Επιτρέψτε του να πάρει μαζί του ένα αγαπημένο προσωπικό αντικείμενο, καθώς αυτό θα το βοηθήσει υποσυνείδητα να νιώθει διαρκώς συνδεδεμένο με το σπίτι του. Επιπλέον, την ώρα που θα πηγαίνετε μαζί προς το σχολείο, δείξτε του την διαδρομή και δώστε του να καταλάβει πόσο κοντά είναι, ώστε να μη νιώσει ότι απομακρύνεται πολύ από εσάς. Διαβεβαιώστε το, ακόμα, ότι η πρώτη μέρα δεν θα διαρκέσει πολύ και ότι σύντομα θα είστε ξανά μαζί. Και, πράγματι, δεν χρειάζεται η πρώτη μέρα στον παιδικό σταθμό να διαρκέσει πολλές ώρες!

Μπορείτε, ακόμα, έπειτα από συνεννόηση με την δασκάλα, να πείτε αναλυτικά στο παιδί τι ακριβώς θα κάνει εκεί μέχρι να πάτε να το πάρετε, ώστε να ξέρει πότε να σας περιμένει. Για παράδειγμα: «Στην αρχή θα πείτε ένα παραμύθι, μετά θα ζωγραφίσετε, στην συνέχεια θα παίξετε ένα φανταστικό παιχνίδι και στο τέλος θα φάτε. Αμέσως μετά το φαγητό θα έρθω να σε πάρω.»

Αν βλέπετε ότι το παιδί είναι ιδιαίτερα προσκολλημένο σε εσάς, δοκιμάστε αυτό που κάνουν πολλές μαμάδες, να του δώσουν δηλαδή κάτι δικό τους, π.χ. ένα πλαστικό βραχιολάκι ή ένα μπρελόκ, λέγοντας στο παιδί ότι μπορεί να το αγγίζει κάθε φορά που νιώθει να του λείπει η μαμά του. Ή βάλτε στο παιδί έναν στόχο με αυτοκόλλητα για κάθε «γενναίο αντίο». Συμφωνήστε, δηλαδή, ότι κάθε πρωί που θα αποχαιρετίζεστε χωρίς μελοδραματισμούς θα κερδίζει ένα αυτοκόλλητο και με

κάθε πέντε αυτοκόλλητα θα το περιμένει μια μικρή έκπληξη.

Μια ακόμα ιδέα που θα μπορούσε να λειτουργήσει είναι να μην πηγαίνετε εσείς το παιδί στο σχολείο τις πρώτες μέρες, αλλά ο άντρας σας ή η γιαγιά, αν υπάρχει και μπορεί. Ίσως έτσι ο αποχαιρετισμός να είναι λίγο πιο εύκολος και για τους δυο σας.

Τέλος, μην ξεχνάτε ότι το κάθε παιδί είναι διαφορετικό και θέλει τον δικό του χρόνο για να προσαρμοστεί και να δεχτεί τη μεγάλη αυτή αλλαγή στην καθημερινότητά του. Για κάποια παιδιά το «άγχος» του παιδικού σταθμού μπορεί να κρατήσει μόνο μερικά λεπτά, ενώ για άλλα ο αποχωρισμός μπορεί να είναι δύσκολος για μήνες. Σε κάθε περίπτωση δώστε στο παιδί σας τον χρόνο που χρειάζεται, χωρίς -όσο γίνεται- να κάνετε βήματα προς τα πίσω και προσπαθήστε να δείτε την προοπτική των πραγμάτων: Θα έρθει σύντομα η μέρα που το παιδί σας όχι μόνο θα ανυπομονεί να πάει στο σχολείο και να συναντήσει τους φίλους του, αλλά και δεν θέλει να φύγει το μεσημέρι που θα πηγαίνετε να το πάρετε!

Πηγή: mama365.gr