

# Vaiko psichologinis paruošimas mokyklai

*Daugelio mūsų gyvenime vykstančių dalykų sėkmė priklauso nuo pasiruošimo. Psichologiškai pasiruošęs mokyklai vaikas turi daugiau pasitikėjimo savimi, sugeba geriau kontroliuoti savo elgesį ir daug labiau nori eiti į mokyklą ir mokytis.*

*Kas svarbu ruošiantis į mokyklą?*

## Dienotvarkė



Likus kelioms savaitėms iki mokslo metų pradžios reikėtų vaiką pratinti prie būsimos dienotvarkės.

Pirmiausiai derėtų sureguliuoti svarbiausius fiziologinius poreikius, kaip miegą, mitybą, vaiko saugumą. Miego, mitybos laiką reikėtų kuo priartinti prie būsimos mokslo metų dienotvarkės. Taip vaikui bus lengviau adaptuotis mokykloje, vaikas bus pailsėjęs, geros nuotaikos. Aiški dienotvarkė visada padeda sutvarkyti iškilusias nedideles elgesio ir emocines problemas.

## Taisyklės ir pareigos

Mokykloje vaikui reikės susitaikyti, jog daugelį dalykų teks daryti prieš savo norą – „pirmiausia pamokos, paskui žaidimai“. Kad šio „norų tramdymo“ jau būtų išmokta, prieš mokyklą reikėtų dažniau tai praktiškai taikyti namuose. Vaikas turi turėti jo amžiui tinkančių pareigų, darbų, kuriuos atlikęs jis gali užsiimti jo mėgstama veikla. Kaip pavyzdys galėtų būti spalvinimas, piešimas, knygos skaitymas, būtinų kasdienos darbų atlikimas, o po to žaidimas kompiuteriu ir t.t.



## Savarankiškumas

Skatinkite vaiko savarankiškumą, mokykite planuoti. Skirkite būsimam pirmokui nedideles savarankiškas užduotis, pvz., nueiti iki artimiausios parduotuvės, nupirkti pieno ir parnešti grąžą. Jis jau turi mokėti susitvarkyti, susirinkti savo žaislus ar drabužius. Reikėtų mokyti planuoti, ką veiks rytoj, ir tam pasiruošti. Kai bus mokinys, toks vaikas kuprinę susidės pats, o ne tėtis ar mama. Ir susidės tuos daiktus, kurių jam reikės rytojaus pamokoms, o ne visai savaitei.



## Motyvacija

Psichologiškai ruošiant vaiką jam būtina sudaryti sąlygas dirbant patirti sėkmę, ugdyti jo vidinę motyvaciją išmokti naujų dalykų. Mokymosi procesui reikia daug pastangų ir valios. Derėtų vaiką skatinti darbą padaryti iki galo, kad padaręs jaustų pasitenkinimą, padėti vaikui „išgyventi“ susidūrus su nesėkme, įtikinant, kad sunkumas yra laikinas dalykas.



## Socialiniai įgūdžiai

Vaikams klasėje labai svarbu:

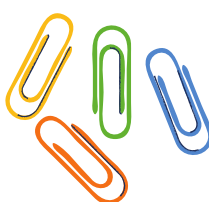
- gebėjimas bendrauti,
- valdyti nemalonus situacijas,
- mokėti palaukti,
- spręsti konfliktus,
- mokėti pasakyti apie savo norus kitam ir priimti kito norus,
- paprašyti pagalbos.



## Vaiko individualumas



Visi vaikai vystosi pagal tam tikrus dėsningumus, tačiau skirtingų vaikų raidos tempai gali būti labai įvairūs. Todėl ypač svarbu atsisakyti bet kokio savo vaiko lyginimo su kitais (sesėmis, broliais, kaimynais, giminaičiais ir pan.). Pastebėkite jo asmeninius pokyčius: prasidėjus mokslo metams ir jų eigoje. Kiekvieno vaiko patirtis mokykloje yra unikali, tad plačiai atmerkite akis ir nepamirškite jos pastebėti.



- A. Kuriene „Kaip užauginti žmogų“
- A. Blandė "10 svarbiausių psichologės patarimų būsimų pirmokų tėvams"