

# Jak emocjonalnie przygotować dziecko do szkoły?

Zadaniem przedszkola jest przygotowanie dziecka do podjęcia nauki w szkole. Przejście z przedszkola do szkoły jest dla dziecka ważnym krokiem. To przekroczenie pierwszego progu edukacyjnego. Wychowując dzieci przedszkolne zgodnie z zasadą i regułami inteligencji emocjonalnej możemy w znacznym stopniu wpłynąć na ich przyszłe osiągnięcia w szkole.

W obliczu reformy, zakładającej obniżenie wieku dziecka rozpoczynającego naukę w szkole podstawowej, wielu rodziców już dziś zastanawia się, czy posłać swoje dziecko wcześniej do szkoły, czy wtedy, kiedy skończy 7 lat. Każdy z rodziców obserwując dziecko, słuchając je, może w przybliżeniu określić czy osiągnęło ono ten poziom dojrzałości, którego wymaga nauka w szkole.

Gotowość do podjęcia nauki wymaga jednak ogólnej dojrzałości dziecka i dlatego rozwój we wszystkich sferach (fizycznej, umysłowej, emocjonalnej, społecznej) jest tak ważny. Przyszły pierwszoklasista powinien nawiązywać kontakty w dużej grupie, posiadać umiejętność rozwiązywania konfliktów, skupić uwagę na zadaniu, współpracować z innymi dziećmi, rozumieć zasady rywalizacji. Powinien kontrolować emocje i panować nad nimi. O społecznej dojrzałości dziecka świadczy też jego stopień samodzielności, zwłaszcza w czynnościach samoobsługowych. Dziecko gotowe do szkoły jest obowiązkowe, starannie wykonuje zadania, jest systematyczne. Cechuje je umiejętność reagowania adekwatnie do sytuacji, wyrażania wdzięczności, przyjaźni, solidarności, życzliwości. Dziecko takie przeżywa radości i smutki nie tylko własne, ale i kolegi. Jest empatyczne.

Czym zatem są i skąd się biorą emocje i co to jest inteligencja emocjonalna? Umiejętność przeżywania i rozpoznawania emocji jest elementem nieodzownym w komunikowaniu się z drugim człowiekiem, towarzyszy przekazywaniu informacji, posiada ogromną rolę tworzącą więź, jest podstawą współprzeżywania. Uczucia odgrywają ważną rolę w życiu każdego człowieka. O tym, czy miłość, radość, przyjaźń znaczą coś dla człowieka, czy towarzyszą mu w jego życiowej wędrówce, czyniąc ją bogatszą i szczęśliwą, decydują w znacznym stopniu wrażenia i przeżycia z okresu dzieciństwa. W wieku przedszkolnym dostępna jest dziecku pełna skala uczuć, najczęściej przeżywane są proste uczucia, takie jak: radość, smutek, złość. Nie pojawiają się jeszcze uczucia wyższe, do których zalicza się np. uczucia patriotyczne czy estetyczne. Te pojawiają się dopiero wraz z rozwojem myślenia abstrakcyjnego. Duży urok dziecięcych uczuć polega na bezpośrednim związku z konkretną sytuacją, na ich spontaniczności i wyrażaniu przy użyciu całego ciała. Z czasem dzieci naśladowują sposób wyrażania emocji rodziców oraz innych, znaczących dla nich osób. Stopniowo uczą się kontrolować swoje emocje, dostosowując ich uzewnętrznienie do norm panujących w otoczeniu dziecka. Okres przedszkolny to uczenie dzieci okazywania uczuć. Warto właśnie wtedy pokazać im, jak radzić sobie z własnymi, często trudnymi uczuciami.

Aby próg szkolny dziecko przekroczyło w miarę spokojnie, bez stresu, należy je do tego odpowiednio przygotować. Oto kilka rad dla rodziców przyszłych pierwszoklasistów:

1. Zapewnijcie dziecku poczucie bezpieczeństwa psychicznego i emocjonalnego. Zapewnijcie, że kochacie, doceniacie, akceptujecie.
2. Łagodźcie lęk przed szkołą, wypełniając dziecku czas atrakcyjnymi zabawami, spacerami i rozmowami.
3. Wzmacniajcie dziecko, podnosząc poczucie jego wartości. Stosujcie wiele pochwał słownych, nagród.
4. Nie krytykujcie, pomagajcie w znajdowaniu sposobów rozwiązywania problemów, poprawiania błędów.
5. Nie stawiajcie dziecku zbyt wygórowanych wymagań. Liczcie się z jego indywidualnymi możliwościami.
6. Wzmacniajcie relacje z dzieckiem. Poświęcajcie mu dużo uwagi, czasu, pytajcie o jego potrzeby, w miarę możliwości spełniajcie jego pragnienia.
7. Chronście dziecko przed budowaniem negatywnego obrazu szkoły. Nie straszcie szkołą, nauczycielem, nauką, własnymi przykrymi doświadczeniami.
8. Budujcie wraz z dzieckiem pozytywny obraz szkoły. Zwiedźcie z dzieckiem szkołę przed rozpoczęciem w niej nauki, cieszcie się razem z nim z nowego tornistra, podręczników. Wspominajcie swoje pozytywne doświadczenia związane ze szkołą.
9. Wsłuchajcie się w emocje dziecka. Obserwujcie je, pytajcie, co czuje i dlaczego. Analizujcie jego zachowanie, zastanawiajcie się nad przyczynami smutku lub niepokoju.
10. Pozwalajcie dziecku na wyrażanie emocji. Nie gniewajcie się, gdy dziecko np.: płacze, waszym zdaniem bez powodu.
11. Zapewnijcie dziecko, że wszystko będzie dobrze. Przedstawcie pozytywne aspekty chodzenia do szkoły, z optymizmem patrzcie w przyszłość, nie przenoście swojego lęku na dziecko.

Gotowość szkolna to jednak nie tylko dojrzałość emocjonalna, ale i intelektualna. To oczywiście nie tylko zasób wiedzy o świecie, o bliższym i dalszym otoczeniu, o życiu przyrody i ludzi, ale i spostrzegawczość, umiejętność myślenia i wypowiedzania się. O umysłowej dojrzałości świadczy jego chęć ciekawości świata. Dziecko przygotowane do szkoły potrafi słuchać innych, skupić się na tym, co inni mówią lub na tym, co robi. Rozumie polecenia dorosłych, swobodnie wypowiada się w mowie potocznej. Bogaty zasób słów powinien pozwolić mu porozumiewać się w sposób zrozumiały nie tylko z rodzicami i najbliższymi kolegami, ale i z innymi osobami z jego otoczenia. Dziecko powinno umieć wyrażać pragnienia i dzielić się wrażeniami. Mowa powinna być poprawna pod względem artykulacyjnym i gramatycznym. Prawidłowa wymowa jest bardzo ważna w procesie uczenia czytania i pisania. O rozwoju umysłowym dziecka świadczą też jego rysunki i sposób ich wykonywania. Rysunek dziecka spostrzegawczego będzie bogatszy w szczegóły, bardziej kolorowy. Dziecko gotowe do szkoły potrafi ukończyć pracę, doprowadzić czynność do końca. Mniej dojrzałe nie finalizuje prac, przerywa zadania, kaprysi, nie dając się namówić na jej zakończenie. Bardzo ważna jest zdolność analizy i syntezy wzrokowej i słuchowej.

Im pełniejsza dojrzałość psychiczna, emocjonalna, społeczna, fizyczna i umysłowa dziecka przekraczającego próg szkoły, tym większa gwarancja jego powodzenia w nauce.

I na zakończenie kilka sentencji w relacji dorosły – dziecko :

- Aby dziecko było wrażliwe – traktuj je godnie.
- Aby dziecko szanowało i lubiło siebie i innych – traktuj je z szacunkiem.
- Aby dziecko umiało okazywać uczucia i radzić sobie z nimi – okazuj szacunek dla jego uczuć i pokaż jak radzisz sobie ze swoimi uczuciami.
- Aby dziecko miało do nas zaufanie i otworzyło się przed nami – stań po jego stronie.

### **Literatura:**

1. Kozłowska A., „Zaburzenia emocjonalne u dzieci w wieku przedszkolnym”, Warszawa 1984.
2. Kownacka M., „Jak przygotować dziecko do roli ucznia, czyli o dojrzałości emocjonalnej”, Warszawa 1990.
3. Zakrzewska B., „Każdy przedszkolak dobrym uczniem w szkole”, Warszawa 2003.
4. Kwaśniewska M., Żaba – Żabińska W., „Program edukacji przedszkolnej - Nasze przedszkole”.
5. Zasoby Internetu.

Magdalena Bibik