

# NENUSTEBKITE

- jei dėl pasikeitusio krūvio ir naujų pareigų laikinai pasikeis vaiko elgesys
- jei dažniau, nei anksčiau, vaikas patirs nuotaikos pokyčių
- jei iš pradžių vaikas bus labiau įsitempęs, nerimastingas;
- jei dažniau, nei paprastai, kils pykčio protrūkių
- jei vaikas bandys „kapituliuoti“, sakys, jog jam niekas neišeina;
- jeigu prašys nuolaidų, derėsisi dėl „lengvatų“
- geriausia pagalba vaikui adaptavimosi prie mokyklos laikotarpiu – supratimas, jog vaikui sunku, rami reakcija į vaiko elgesio ir nuotaikos pasikeitimus bei padrašinimas, jog su sunkumais susitvarkys



## DALYKAI, KURIUOS DERĖTŲ PRISIMINTI PIRMOKŲ TĖVAMS

- jei elgesio pokyčiai bei prasta nuotaika tęsiasi per ilgai (ilgiau nei tris mėnesius)
- jei vaikas nuolat abejoja savo gebėjimais, jaučiasi menkas ir nevertingas
- jeigu vaikas tampa neryžtingas, labai bailus, nepasitiki savimi
- jeigu vaikas nuolat yra liūdnas arba atrodo prislėgtas
- jei vaikas nuolat skundžiasi nuovargiu, galvos skausmais arba kitais sveikatos sutrikimais

**BŪKITE DĖMESINGI. KREIPKITĖS** patarimų į specialistus – pedagogus, specialiuosius pedagogus, socialinius darbuotojus, gydytojus, psichologus

**Lankstinuką rengė:**

**Ventos gimnazijos psichologė Daiva Skirienė**

**Mokymosi pradžia – didelių pasikeitimų metas ir sunkus išbandymas pačiam vaikui ir visai jūsų šeimai. Todėl pasirenkite ir sėkmėms, ir nesėkmėms.**

## NEPAMIRŠKITE, kad:

- vaikas mokysis ne tik skaityti, rašyti, skaičiuoti, bet ir valdyti ranką, susikaupti, išlaikyti dėmesį, įsiminti, logiškai mąstyti
- bendraudamas su mokytojais, jis mokysis būti mokiniu, priimti gautą informaciją, savarankiškai mąstyti
- mokysis paklusti, būti drausmingu (todėl labai svarbu, kaip vaiką auklėjate)
- mokysis valdyti savo emocijas, pasirūpinti savimi
- jums taip pat reikės mokytis, kaip mokyti vaiką, kaip jam paaiškinti nesuprantamus dalykus
- išankstinis prisaikdinimas, kad klausytų mokytojų, gautų tik gerus vertinimus, vaikui sukelia didelį stresą, todėl veiksmingiau yra išreikšti pasitikėjimą, padrašinti, prašyti stengtis

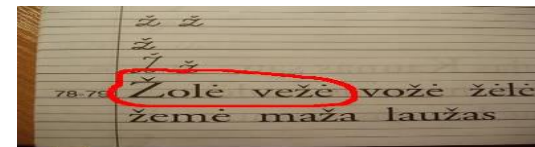
**LABAI SVARBU**, kad pirmokas turėtų teigiamą nuostatą mokyklos, mokytojų, mokymosi atžvilgiu. Todėl:

- niekada negąsdinkite vaiko mokykla, mokytojais
- pagarbiai kalbėkite apie mokytojus, mokymą, mokyklą, o jei kas nepatinka arba kelia abejonių, aptarkite tai suaugusių tarpe, vaikui negirdint
- stenkitės, kad mokslo metų pradžia taptų maloniu įvykiu vaikui ir visai šeimai
- papasakokite vaikui malonių arba įdomių epizodų iš savo mokyklinio gyvenimo
- pirkdami mokyklinius reikmenis, leiskite vaikui rinktis bent jau svarbiausius pirkinius (tai padės vaikui pasijusti savarankišku ir labiau atsakingu)
- patys būkite nusiteikę geranoriškai, glaudžiai bendradarbiaukite su pedagogais, mokyklos administracija

- stenkitės, jog vaikas suvoktų mokymąsi ne tik kaip pareigą, bet ir kaip sau naudingą veiklą

## SVARBU

- dienos režimą pritaikyti naujiems vaiko poreikiams, atsižvelgiant į naujų pareigų atsiradimą
- rytą vaiką žadinti ramiai, kantriai
- gerai apskaičiuoti laiką, kad nereikėtų vaiko skubinti
- neišleisti į mokyklą alkano (jei neturi apetito, tegul suvalgo nedaug, bet sveiko maisto)
- palinkėti vaikui sėkmės
- sutikti vaiką ramiai
- paklausti, kas buvo gerai mokykloje, kaip jautėsi
- nesėdėti šalia, kai ruošia pamokas. Jei vaikas sugeba užduotis atlikti pats — netapkite prižiūrėtojais, tikrintojais
- mokyti vaikus elgtis mandagiai ir namuose
- mokyti vaiką būti aktyviu šeimos nariu, supažindinti su šeimos taisyklėmis, įtraukti į jų kūrimą
- mylėti ir priimti vaiką tokį, koks jis yra — su jo temperamentu, charakteriu, gebėjimais; nelyginti jo su kitais
- sakyti mažiau pastabų, o daugiau paaiškinti
- jokiu būdu nebausti vaiko už prastus įvertinimus. Geriau išsiaiškinti jų priežastis ir vertinti vaiko pastangas bei atliktą darbą



(versti)