

Óvodakezdés tudatosan

Óvodakezdés tudatosan

Az óvodakezdés fontos változás a család életében. Bármennyire is sokat vittük gyermekünket eddig játszótérre, játszóházba, foglalkozásokra ez most más lesz. Míg egy játszótéren bármikor odajöhet védő szárnyaink alá akár éhes, akár megijedt, vagy egy kis szeretetre, ölelésre vágyik az óvodában már nem vagyunk ott mindig. Fontos, hogy tudatosan készüljünk rá, így az ismeretlen ellenére is egy biztonságérzetet alakíthatunk ki benne. Előre nem tudhatjuk milyen lesz az óvoda, hogyan fog féltve óvott kisgyermekünk reagálni az ottani dolgokra. Van, hogy pont az a gyermek a legsírósabb, aki a játszótéren könnyen és gyorsan barátkozott, mivel a padon ott ült a védelmet adó édesanya. Fontos az is, hogy bár minden változás nehéz (akár jó, akár rossz történik az emberrel), minél kevesebb rossz élménnyel kezdődjön az óvodai beszoktatás. Sajnos a rossz élmények hozzák a következő rossz eseményt és van, hogy csak később egy rossz szokás vagy betegség derít fényt a feldolgozatlan rossz élményekre.

Hogyan legyünk felkészültek? Hogyan tartsuk meg kisgyermekünkben a biztonságérzetet úgy, hogy már nem leszünk ott mellette, nem lát minket, nem tud odaszaladni hozzánk, amikor csak szeretne?

Készítsük fel a gyermekünket, hogy mi fog történni!

Beszélgünk a gyerkőccel, hogy az ősszel az óvodában tölti a napot. Szintjének megfelelően beszélve, például 10-et kell még aludni, vagy amikor idelapozunk a naptárban, elmegyünk az óvodába és ott fogsz reggelizni, ebéd után aludni. Beszélgünk a rendszerekről, amik az óvodában várják: a katicabogár lesz a jeled, ezt rávarrjuk, ráragasztjuk a dolgaidra, ezt a poharat fogod majd használni, ebben a szekrénykében lesznek a Te ruháid stb. Meséljünk a foglalkozásokról, amik újak és amik

hasonlóak az otthoniakhoz. Beszéljünk a többi gyerekről, a közös játékokról, éneklésről. Érdeklődjük meg, hogy lesz-e az óvodában valami különleges foglalkozás és beszéljünk arról is. De említsük meg azt is, amit nem lehet majd csinálni pl. kismotorozni az udvaron, a kedvenc mesét megnézni ebéd előtt. Meséljünk vidáman, élményszerűen, inkább ismertessük a dolgokat érzéssel, hogy ne legyen számára ijesztő az ismeretlen.

Készítsük fel magunkat, a család többi tagját, hogy mi fog történni!

Legyünk felkészültek, mert lehet, hogy a beszoktatási idő alatt kisgyermekünk sírással jelzi, hogy még búcsúzkodna 5 percig, de az is lehet, hogy hátra sem nézve szalad játszani a csoportszobába és mi ott állunk, mert vágyunk még egy ölelésre. Gondoljuk végig, hogy ez egy leválási folyamat (a sok közül a gyermekünk felnövekedése során), amire a különböző jellemű, egyéniségű gyermekek különbözőféleképpen reagálnak. Talán épp ellenkezőleg, mint számítottunk rá. Bízunk magunkban, a szeretetünkben, hogy gyermekünk számára jót teszünk. A bizonytalanságunk benne is rossz érzést kelt, még jobban akar ragaszkodni, még inkább feszülten reagál a dolgokra. Bízunk magunkban és a szeretetünkben, akkor észre fogjuk venni, ha valami mégsem megfelelő számára és megoldjuk, megvédjük csemeténket.

És bízunk gyermekünkben, szeretetében, hogy a különleges játék az óvodában, amiért szalad reggel, nem azt jelenti, hogy nem szeret. És ne akarjunk otthonra is venni abból a játékból, hiszen pont az a lényeg, hogy az otthon és az óvoda más. Úgy, ahogy más lesz majd az iskola, a munkahely, az új család. Igen kicsit előreszaladtunk az időben, de ezek ugyanolyan változások, amik esetében nekünk szülőknek ugyanaz a dolgunk: éreztetni azt a biztonságot, hogy szeretjük és mindig ott vagyunk mellette. Még akkor is, ha éppen nem lát minket :0)

Ha ezt a biztonságot érzi gyermekünk, Ő is megnyugszik és

megtalálja a jó dolgokat az óvodában.

Fontos, hogy figyeljük meg kisgyermeküknek sikerült-e kialakítania ezt a biztonságérzetét, kérdezzünk rá, hogy jól érzi-e magát a közösségben. Ha nem, kérjünk tanácsot szakembertől, szükség esetén tegyük át másik csoportba, óvodába a gyereket.

Kellemes óvodai élményeket kívánok Önnek és kisgyermekének is!