

## KAIP TAU ŠIANDIEN SEKĖSI MOKYKLOJE?

Ar ir jūsų vaikas į tokį klausimą atsako „gerai“? Juk per dieną mokiniai neabejotinai patiria įvairių įspūdžių, jiems reikia atlikti daug užduočių, bendrauti, susitarti ir kt. Kai neaišku, nuo ko pradėti, lengviausia atsakyti tiesiog „gerai“.

Domėdamiesi vaiko diena mokykloje, parodome, kad mums rūpi tai, kuo jis gyvena. O mums iš tiesų ir rūpi! Į ką svarbu atkreipti dėmesį, kad pokalbis su vaiku būtų sėkmingas?

- Vaikui tik įžengus pro duris, jo laukiantys klausimai apie mokyklą bus priimti gynybiškai. Juk mokinys yra alkanas, pavargęs, susimąstęs... Užtektų vaikui pasakyti, kad džiaugiatės jį matydami ir apsikeisti keliais sakiniais, kurie būtų visai nesusiję su mokykla.
- Klausimą „Ką šiandien tau uždavė namų darbams?“ atidėkite bent valandai laiko. Šiek tiek pailsėjęs vaikas pats apie juos prisimins, o galbūt pasidalins su jumis kitais, ne mažiau svarbiais klausimais.
- Kartais vaikai visai nenori kalbėti apie mokyklą ir mes turėtume tai gerbti. Kartais noras dalintis dienos įspūdžiais ateina tada, kai mes visai tam nenusiteikę. Kaip svarbu atidėti darbus, kitas veiklas į šoną ir per tas 10 ar 20 min. išgirsti tai, kas vaikui yra tikrai svarbu. Juk vėliau vaikas galbūt tuo pasidalinti nebenorės.

## KAIP KLAUSTI, KAD VAIKAS BŪTŲ LINKĖS ATSAKYTI?

Galime užduoti atvirą, paprastą ir teigiamai suformuluotą klausimą apie praėjusios dienos įvykius. Pavyzdžiui:

- Kas įdomaus šiandien mokykloje nutiko?
- Kas šiandien tave prajuokino?
- Kas tau šiandien labiausiai patiko?
- Kaip dabar atrodo jūsų klasė?
- Su kuo kalbėjaisi šiandien?
- Kokios pamokos šiandien buvo?
- Kokius projektus šiuo metu ruoši?
- Kokias temas mokotės per gamtos pamokas ir kt.?

## KAS PADEDA PALAIKYTI POKALBĮ?

- Skirkite laiko pokalbiui. Pasistenkite, kad jums netrukdytų telefonas, televizorius, kalbėdami su vaiku neatlikinėkite buitines darbus. Pajutę, kad nesulaukia visiško tėvų dėmesio, vaikai tiesiog nustos kalbėti ir pasakoti.
- Nenuvertinkite. Jeigu vaikas jums kažką pasakoja, vadinasi, jam tai svarbu. Galite reaguoti sakydami: „Kaip įdomu!“, „Kada tai nutiko?“, „Kaip dėl to jautiesi?“, „Padėk suprasti“ ir pan.
- Atspindėkite vaiko jausmus. Niekas taip gerai nenuramina ir nesuteikia erdvės atsivėrimui kaip jausmas, kad tave supranta. Bandykite įvardinti vaiko jausmus: „atrodai suirzęs/supykęs“, „jauti neteisybę“, „atrodai nusiminęs/nusivylęs/besididžiuojantis“ ir kt. Galbūt iš karto nepavyks taikliai atspėti vaiko savijautos, tačiau net ir tokiu atveju nustebsite, kiek daug apie save jis jums papasakos!

- Kalbėkite pagarbiai apie mokyklą ir mokytojus. Pavyzdžiui: „Buvai suirzęs – nepaisant to, svarbu su mokytoja kalbėti pagarbiai“; „Tau atrodo neteisinga, tačiau galbūt mes nežinome visų aplinkybių“; „Pagalvokime, kaip galėtume elgtis kitą kartą“ ir pan.

Parengta pagal:

<https://raisingchildren.net.au/pre-teens/school-education/school-homework-tips/talking-about-school>

***Mieli tėveliai,** kviečiu kreiptis individualiam pokalbiui, jei jūsų vaikui:*

- *nepavyksta bendrauti su bendraamžiais;*
- *nepavyksta kontroliuoti ir tinkamai išreikšti nemalonių emocijų (pyktis, baimė, liūdesys, gėda ir kt.);*
- *tenka išgyventi sunkų laikotarpį (persikraustymą, tėvų skyrybas, artimųjų, augintinio netektį ir kt.)*
- *jei vaikas patiria ugdymosi sunkumų (nesusikaupia, sunkiai įsimena naują informaciją, stokoja mokymosi motyvacijos ir kt.);*
- *jei vaikas nenoriai eina į mokyklą, skundžiasi pilvo, galvos skausmais, pykinimu ir medikai neranda jokios fiziologinės priežasties.*

Linkėdama lengvos ir sėkmingos naujų mokslo metų pradžios,

Kauno Martyno Mažvydo progimnazijos psichologė Ingrida Nadieždiniene

Registruotis pokalbiui/konsultacijai galite telefonu: +37067418000 arba rašydami laišką Ingridai Nadieždinienei Mano dienyne.