**Ruošiamės į mokyklą – be baimės**

Būsimųjų pirmokų tėvai ir jų vaikai jau, matyt, gyvena rugsėjo 1-osios nuotaikomis. Taigi, dabar pats laikas pasvarstyti, kokius klausimus ar net baimes gali kelti artėjanti rugsėjo pirmoji. Apie tai kalbėjomės su Vilniaus universitetinės ligoninės vaikų filialo Vaiko raidos centro psichologe Egle Grakauskaite-Kodikiene. Kalbino Jurga Laurinaitytė.

**Su kuo susijęs tėvų ir vaikų nerimas, galvojant apie mokyklą?**

Tai gali tapti gana dideliu išbandymu visai šeimai. Vaiko auginimas paprastai skirstomas į tam tikrus etapus. Mūsų civilizuota sistema taip sutvarkyta, kad septynmečiai turi pradėti lankyti mokyklą, tad šiuo laikotarpiu juos gali ištikti ir tam tikra krizė.

Iki tol šeima galėjo rinktis: leisti vaiką į darželį ar auginti namuose, padedant seneliams ar auklei. O mokykla jau privalomas dalykas. Su tais pokyčiais susijęs stresas pirmiausia kyla tėvams, nes jie turi iš naujo paskirstyti savo laiką, nuspręsti, kas vežios ar lydės vaiką į mokyklą, kaip ir kada jis kasdien grįš namo, ar sugebės atlikti kažkokius savarankiškus darbelius, pavalgyti. Vaikas netgi gali sėkmingai gyventi be jokių baimių, jeigu aplink jį nesisuka nerimaujantys tėvai, besigąsdinantys „kaip ten bus su ta mokykla“.

**Baimes vaikas dažniausiai perima iš šeimos?**

Įvairiai pasitaiko, tačiau didžiausia rizika jomis persiimti atsiranda dėl būgštaujančių suaugusiųjų, nes jų nuotaikos automatiškai persiduoda vaikams. Naujas, mokyklinis, etapas visada kelia naujus uždavinius šeimai. Nuo rugsėjo pirmosios gyvenimas keisis negrįžtamai. Taip pat ir gerąja prasme.

Kitas dalykas, dėl ko mokykla gali tapti savotišku iššūkiu, – pirmasis vaiko atidavimas socialiniam vertinimui. Darželyje to nebuvo. Dabar pradinukams pažymiai neberašomi, tačiau jie vis tiek vertinami žodžiu ar pasirinktais simboliais. Be to, nuo pirmos klasės ir patys tėvai gali įvertinti savo vaiką pagal jiems suprantamus kriterijus. Kol veda į darželį, pagal tai, kaip piešia, šoka ar deklamuoja, lyginti savo atžalą su jos bendraamžiais daugumai tėvų sudėtinga. Mokykloje vaiko žinias ir gebėjimus jau galima patikrinti. Juk matome, kaip sekasi mokytis skaityti, ar raidės tiesios, ar lengva skaičiuoti. Tad iškart atsiranda noras vertinti ir lyginti, kaip manajam sekasi? Neduok Dieve, jeigu tas vertinimas nepakankamai empatiškas, jeigu iškart pradedama reikalauti labai aukštų rezultatų.

Vaiko žinias, gebėjimus jau tikrina ir pedagogas, galintis išsakyti savo pastebėjimus tėvams. O jie, jeigu kas nors nepatinka, negali apsisukti ir išeiti – šioje veikloje kartu su savo vaiku teks praleisti mažiausiai dešimt metų.

**Tai kam labiau vertėtų ruoštis mokyklai: tėvams ar vaikams?**

Visiems kartu reikia pasistengti kiek įmanoma mažiau nerimauti.

Aišku, visi vaikai skirtingi, bet tyrimai rodo, kad tokiame amžiuje berniukai dar ne tiek, kiek mergaitės, orientuoti į socialinius vertinimus, jiems mažiau rūpi išorė. Jeigu tarp jų kyla konfliktų, paprastai jie labai greitai ir nesudėtingai išsprendžiami: pasimušė, apsikabino ir vėl draugai. Berniukai turi daugiau visokios aktyvios, išoriškai pastebimos veiklos – jiems ir dėl to lengviau susidraugauti.

Jeigu rugsėjo pirmoji artėja, o būsimam pirmokui jokių akivaizdžių klausimų nekyla, ar reikėtų tėvams patiems pradėti pokalbį šia tema?

Jei galvojate, kad pasiskaitę straipsnį, kuriame parašyta „kalbėkite su vaiku apie mokyklą, viską aptarkite nuo rūbinės iki tualeto, papasakokite apie savo pirmąją klasę“ ir panašiai, turite pulti ir viską nuodugniai išaiškinti, nepersistenkite. Galbūt jūsų vaikas tokia asmenybė, kuriai to visiškai nereikia, jam nekyla jokių klausimų ir jis puikiausiai tvarkosi. Kartais per didelis pateikiamos informacijos kiekis netgi gali sukelti nerimą.

Tačiau jeigu vaikas klausia, reikia pasistengti atsakyti nenumojant į tai ranka. Nes galbūt jūsiškis jau išklausė vyresniųjų draugų samprotavimus apie mokyklą, kurie jos atžvilgiu, švelniai tariant, nėra labai palankūs. Tad išgirdus būsimąjį pirmoką kalbant, kad iš mokyklos nieko gero nelaukia, būtų logiška apie tai su juo išsamiau pasišnekėti.

Nereikėtų nuvertinti mums nepatinkančios informacijos, sakyti, jog tas mokyklos nekenčiantis draugas neteisus ir kalba nesąmones, nes mokykla – puikus dalykas. Taip tik nuo vieno kraštutinumo pereitume prie kito. Jei girdime, kad galbūt Tomui ar Jonui mokykloje nepatinka, saviškiui galime paaiškinti: tu eisi į savo klasę, bendrausi su kita mokytoja, o daugiau apie tai pasikalbėti galėsime, kai jau lankysi pirmą klasę ir turėsi savą patirtį. Taip mes nepaneigsime kitokios informacijos ir nepateiksim savo kaip vienintelės teisingos.

Kai kurie vaikai viską išsiaiškina dar lankydami darželį, kur jie ruošiami mokyklai: atlieka tam tikras užduotis, darbelius, prieš rugsėjo pirmąją eina susipažinti su būsima mokykla. Tai nėra privaloma, bet tokia praktika vis plačiau taikoma.

**Kuo tai naudinga darželinukui, būsimam pirmokui?**

Tai, ko nežinome, mums kelia baimę ir nerimą. Ir pradinukams, ir suaugusiesiems. Įsivaizduokite, kaip jaučiatės prieš kokią kelionę, apie kurią nieko nenutuokiate, bet viena ausimi girdėjote, jog bus puiku, o kita – kad nieko gero. Išankstinis susipažinimas su mokykla vaikui suteikia didesnį saugumo jausmą, jis bent jau gali įsivaizduoti, kas jo laukia. Aišku, ekskursija į mokyklą dar negarantuoja, kad viskas bus gerai rugsėjį, bet po jos jaučiamasi saugiau. Kita vertus, daugybė mūsų išaugo be jokių ekskursijų ir sėkmingai tą rugsėjo pirmąją išgyveno.

**Ar iš tikrųjų vaikai nori eiti į mokyklą?**

Dauguma vaikų siekia tapti savarankiškesni. Juk šalia atsiranda vis daugiau mažių, kuriems galima pavadovauti. Mokykla dvelkia tam tikra laisve: nebereikia miegoti po pietų, privalomai visko suvalgyti ir žaisti tik aptvertoje teritorijoje. Vaiko akimis tai pakilimas į aukštesnį socialinį statusą. Labai gerai, jei ir aplinka padeda suvokti, kad jis jau tapo pakankamai didelis. Leiskime jam pačiam rinktis kuprinę, mokyklines priemones, nes taip skatinsime priimti savarankiškus sprendimus.

Kiek teko susidurti, šešiamečiams ir septynmečiams pagrindinis baubas yra pietų miegas, tampantis net savotišku simboliu, privalomu leliukams. Tu nesirenki, miegoti ar ne, bet esi priverstas. Todėl atsisveikinimas su šiuo kūdikystės simboliu atrodo labai svarbus žingsnis.

Kita vertus, su vaiku tenka pasikalbėti ir apie žodį „reikia“. Kartais tikrai sunku juo įtikinti, ypač jeigu vaikai paklausia: „Kam man ta mokykla?“ Tiesa, mažiukams lengviau paaiškinti primenant, jog ten išmoks skaityti ir rašyti. Svarbu atkreipti dėmesį, su kokia situacija susidūrę jie pradeda to klausti.

**Kada geriausia pradėti lankyti mokyklą: sulaukus šešerių, septynerių, o gal – aštuonerių metų?**

Teoriškai sakyčiau, kad skubėti neverta. Septyneri metai turbūt parinkti neatsitiktinai, nes jie susiję ir su kūno branda, fiziniais pokyčiais. Tačiau prisimenu vieną atvejį, kai pas mus atvedė penkerių su puse metų mergaitę, kad, mamos prašymu, parašytume rekomendaciją mokyklai.

Išgirdusi apie tai telefonu iškart pagalvojau, kad turėsim problemų dėl mamos. Bet kai ji atvedė dukrą, supratau, jog mergaitė tikrai išskirtinių gabumų: ne tik skaitė, rašė, bet pasirodė mąstanti, pakankamai fiziškai išsivysčiusi, kad tiktų mokyklai, galėtų išsėdėti visą pamoką. Pietų miego jai nebereikėjo, o darželio grupėje dėl savo proto, smalsumo, žinių tarp kitų penkiamečių, kurie dar lėlytėmis žaidžia, tiesiog skurdo.

Iš tikrųjų, itin gabių vaikų nėra daug. Atsidūrę tarp vidutinių gabumų bendraamžių, jie kartais gali būti tempiami žemyn. Skaičiuojant procentais, išskirtinių sugebėjimų vaikų turėtų būti panašiai tiek, kiek ir turinčių protinę negalią. Gaila, kad Lietuvoje papildomos lėšos skiriamos tik pastariesiems – vaikams, turintiems specialių poreikių. Daugelyje užsienio šalių lygiai tiek pat lėšų ir dėmesio skiriama ypatingų gabumų vaikams, jiems parenkamos specialios programos. Juk kol kiti spalvina trikampiukus, jie jau galėtų apskaičiuoti jų perimetrą. Tad ir toji mergaitė į darželį eidavo su ašaromis, kiekvieną dieną patirdavo traumą, nes neturėdavo ten ką veikti. Ją įvertinę parašėme rekomendaciją mokyklai. Bet tai, aišku, buvo išimtis.

**Tikriausiai daugeliui tėvų atrodo, kad jų vaikas išskirtinis. Kaip atpažinti, kada jis turi neeilinių gabumų?**

Geriausia palyginti su bendraamžiais. Gabieji vaikai tėvams kartais sukelia problemų, nes paprastai išsiskiria tuo, jog siekia žinių. Mums nesudėtinga atskirti, ar vaikas išmokytas skaityti ir skaičiuoti, ar pats tai perprato. Toks, su kuriuo tėvai tiesiog anksti pradėjo dirbti, niekada neprieina ir neklausia, kokia čia raidė, skaičius, kas čia parašyta. Jis turi gerą atmintį, išmoksta, ko mokomas, bet jam tai neįdomu: žiūri pro langą ir nori į lauką. O gabieji domisi aplinka, patys visko klausinėja. Jeigu vaikas anksti ima teirautis apie priežastis, vadinasi, jau vystosi mąstymas, jis bando viską aiškintis ir kaupia informaciją. Tai ženklas, kad gali turėti didesnių gebėjimų.

**O jei ne, vaikų į mokyklą geriau neskubinti?**

Tėvai turi labai gerai apsvarstyti. Kai kas jau šešerių pasiruošęs, kitam reikia palaukti septynerių ar daugiau metų. Lengviau išsiaiškinti, jeigu vaikas lanko darželį ir tiesiog „išauga“ tas vaikiškas kelnaites: jam jau kančia miegoti po pietų, jis turi motyvaciją kažko išmokti. Bet jeigu pradėsime girdėti „man neįdomu“, tai gali reikšti ir tai, kad darželinukas peraugo norą mokytis – tėvai praleido tą momentą.

Vieni vaikai patys ieško įdomesnių iššūkių, kiti ne. Vienas, gimęs gruodžio mėnesį, dar iki rugsėjo turi kuo užsiimti darželyje, o kitas, gimtadienį švenčiantis kitų metų sausį, jau nebežino, ką veikti su bendraamžiais.

Mokyklai vaikai ruošiami parengiamosiose darželių grupėse. O kokių socialinių dalykų būsimąjį pirmoką turėtų išmokyti tėvai?

Kartu gyvendami tų dalykų po truputį mokome: pasisveikinti, atsisveikinti, pereiti gatvę, pirkti parduotuvėje. Vaikas turi tapti kiek įmanoma savarankiškesnis.

Vieni pirmokai jau po kelių mėnesių mokykloje patys pareina namo, kitus tėvai vežioja ir lydi iki trečios klasės.

Tą gali lemti ir objektyvios priežastys – dideli atstumai. Bet jeigu pradinukas sugeba ir nebijo važiuoti vienas, o tėvai neleidžia, tai jau atspindi jų požiūrį. Jei jie nusprendžia vaiką anksti išleisti į mokyklą, turi žinoti, ar jis sugebės savarankiškai pavalgyti, grįžti namo, ar mokės elgtis su pinigais, ar nebijos likti vienas namuose.

**Dėl ko vaikai labiausiai nerimauja prieš rugsėjo pirmąją?**

Pagrindinė priežastis – kad juos vertins. Mokykloje esi lyginamas su kitais. Pradedama baimintis: ar sugebėsiu būti pakankamai geras, ar būsiu geriausias? Tik vieni apie tai kalba, kiti ne, treti ima kitaip elgtis.

Sulaukus šešerių septynerių metų imama vis labiau tolti nuo tėvų, tampa svarbūs draugai, formuojasi pirmosios socialinės grupės. Tad kartais problema būna ne akademiniai dalykai, o santykiai su bendraamžiais. Baiminamasi, ar susirasiu draugų, ar tapsiu gerbiama kolektyvo dalimi. Taigi kartais visai gerai, jei į vieną klasę eina keli vaikai iš tos pačios darželio grupės.

**Kiek pirmokus jaudina būsimos mokytojos asmenybė?**

Girdėjau pasakojant, kaip kažkokioje grupėje darželinukų paprašė nupiešti, kaip jie įsivaizduoja savo pirmąją mokytoją. Vėliau vienas berniukas pasikūkčiodamas prisipažino, kad jam jo piešinys pasirodė labai baisus. Jis nervinosi, kaip dabar reikės eiti į mokyklą ir ką mokytoja pagalvos, kad jis ją tokią negražią nupiešė? Jam jo paties piešinys sukėlė didžiulį stresą. Taip kad vaikų protas dar nėra toks, kaip mūsų.

Vaikai, augantys kritiškoje aplinkoje, pernelyg dažnai tėvų vertinami neigiamai ar turėję panašios patirties su darželio auklėtoja, apskritai gali baimintis suaugusiųjų.

**Vaikas nenoriai eina į pirmą klasę. Ką patartumėte tėvams?**

Jeigu matome, kad vaikas pavargęs, kartais galima leisti patingėti. Nereikėtų orientuotis į pažymius ar įvertinimus, ypač jeigu tai dar ne pažymiai, o simbolinės saulutės ar šypsenėlės. Edukologė Austėja Landsbergienė labai gerai pastebėjo, kad mes dažniausiai teiraujamės: „Kaip sekėsi, kokius pažymius gavai?“ Ji rekomenduoja klausti: „Ką naujo šiandien mokykloje sužinojai?“ Kitaip tariant, orientuotis ne į vertinimą, o ko ten einama. Akcentuoti, ypač pirmaisiais metais, pastangas: „tu šiandien labiau stengeisi“, „padarei pats“. Arba priešingai: „Man labai liūdna, kad tuo nesusidomėjai.“ Ir jokiu būdu nesakyti „tu blogas, kvailas“. Aišku, kai skaitai patarimus, skamba tobulai – deja, ne visada pavyksta jais pasinaudoti.

Žurnalo "Aš ir psichologija", 2010 m. Nr.5