

## ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΚΑΛΟ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΠΡΙΝ ΕΡΘΕΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΤΟ ΣΤΑΘΜΟ

1. Συζητείστε μεταξύ σας αλλά και με τα άλλα μέλη της οικογένειας που θα έχουν σχέση με τον παιδικό σταθμό (πχ παππού ή γιαγιά που θα έρχονται να το πάρουν κλπ) ώστε να εκφραστούν σκέψεις, ανησυχίες, ιδέες για το πώς θα προγραμματιστεί η νέα ζωή σας και η σχέση σας με το παιδί. Επίσης μιλήστε με φίλους και γνωστούς που έχουν ήδη ζήσει αυτή την εμπειρία. Καλό είναι οι αγωνίες σας να μην εκφράζονται μπροστά στο παιδί.
2. Εξηγήστε οπωσδήποτε στο παιδί, **ακόμη και αν είναι μωρό**, ότι θα πάει το φθινόπωρο στο σχολείο, θα είναι με άλλα παιδιά, θα παίζει και θα το φροντίζουν οι δασκάλες του. Εσείς δεν θα κάθεστε μαζί του. Θα πηγαίνετε στη δουλειά αλλά ΠΑΝΤΑ θα γυρίζετε να το πάρετε.
3. Αυτή η τακτική, ειλικρίνειας και εξήγησης κάθε φορά που το παιδί μένει με άλλο πρόσωπο στο σπίτι ή αλλού, είναι αυτή που καλό είναι να ακολουθείτε γενικά και για να διευκολυνθεί η ένταξη του παιδιού στο σταθμό αλλά και για να υπάρχουν σχέσεις ειλικρίνειας μεταξύ σας, σχέσεις που θα σας συνοδέψουν σε όλη σας τη ζωή.
4. Φροντίστε ώστε, τουλάχιστον μια εβδομάδα πριν το ξεκίνημα της χρονιάς, να έχετε εφαρμόσει σταδιακά ένα πρόγραμμα καθημερινότητας που θα ταιριάζει στα ωράρια που θα ακολουθηθούν μετά. Το παιδί να κοιμάται σχετικά νωρίς το βράδυ ώστε να ξυπνά χωρίς κόπο το πρωί και να μην είναι κουρασμένο και, άρα, δυστυχισμένο και γκρινιάρικο.
5. Να πηγαίνετε το παιδί στην παιδική χαρά, σε παιδότοπους, σε φιλικά σπίτια κλπ όπου θα βρίσκεται με άλλα παιδιά.

## ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΚΑΛΟ ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΑΦΟΥ ΞΕΚΙΝΗΣΕΙ Η ΧΡΟΝΙΑ

1. Να συνεχίσετε την τακτική ειλικρίνειας εξηγώντας στο παιδί (ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΜΩΡΟ) τι θα συμβεί. Οι εξηγήσεις δίνονται και την προηγούμενη το βράδυ (“αύριο που θα ξυπνήσουμε θα πάμε...”) αλλά, βέβαια, και το πρωί, την ώρα της ετοιμασίας. Οι εξηγήσεις διαφέρουν ίσως από μέρα σε μέρα. Για παράδειγμα, την πρώτη μέρα, ανάλογα με τις οδηγίες, θα πείτε, για παράδειγμα: “Θα πάμε στο σταθμό, θα δούμε τη δασκάλα, τα παιχνίδια, τα άλλα παιδάκια. Εγώ θα είμαι μαζί σου.” Και την επόμενη: “εγώ θα φύγω για λίγο, αλλά πολύ γρήγορα θα έρθω να σε πάρω...”

ΔΕΝ ΦΕΥΓΕΤΕ ΠΟΤΕ ΚΡΥΦΑ, όσο και αν αυτό συχνά σας διευκολύνει (γονείς και παιδαγωγούς) γιατί δεν ζείτε τα τυχόν κλάματα του παιδιού. Όμως το κοροϊδεύετε και καταστρέφεται η σχέση εμπιστοσύνης μεταξύ σας, με αποτέλεσμα να μη μπορεί να έχει εμπιστοσύνη ούτε στο γονιό ούτε στην παιδαγωγό και να νιώθει ακόμα πιο χαμένο και μοναχό.

2. Συνεννοείστε με την παιδαγωγό για την τακτική που θα τηρήσετε τόσο κατά τη διάρκεια της παραμονής σας στο σταθμό όσο και για τη διάρκεια παραμονής του παιδιού στο χώρο κατά τις πρώτες ημέρες.
3. Αφήστε το παιδί να πάρει μαζί του, εάν το επιθυμεί, το αγαπημένο του αντικείμενο (κουβερτάκι, πανάκι κλπ) ή κάποιο άλλο παιχνίδι (όχι αντικείμενα που ανήκουν στο γονιό). Είναι αυτό που σιγουρεύει το παιδί σας ότι το σπίτι του και εσείς εξακολουθείτε να υπάρχουν και όσο δεν είστε παρόντες και του δίνει μεγαλύτερη σιγουριά και πεποίθηση ότι θα ξαναβρεί πρόσωπα και χώρους που έχει χάσει.
4. Δώστε του το δικαίωμα να εκφράσει όπως επιθυμεί τα συναισθήματά του για τη νέα του εμπειρία, όσο και αν είναι για σας μερικές φορές στενάχωρο: αφήστε το, πχ, να κλάψει

ίσως και να “πενθήσει” το γεγονός ότι θα σηκώνεται πια να πηγαίνει κάθε πρωί (και για όλη του τη ζωή!) σε έναν άλλο χώρο, μακριά σας για να κάνει άλλα πράγματα που αποτελούν πια το δικό του κόσμο.

5. Μη ρωτάτε με αγωνία, φυσική περιέργεια και... ανακριτικό τόνο: “πώς πέρασες;, τι έκανες; κλπ”. Το παιδί σας μπαίνει σε ένα καινούργιο, δικό του κόσμο και έχει δικαίωμα, αν δεν θέλει, να κρατήσει μυστικές τις εμπειρίες του. Δώστε του όμως χρόνο και ευκαιρίες, όταν νιώθει την ανάγκη, να σας πει ό,τι θέλει αυτό.
6. Δώστε του ευκαιρίες να προσπαθεί να τα βγάλει πέρα μόνο του σε διάφορες καταστάσεις, ανάλογα με την ηλικία του. Μην τσιγκουνεύεστε τα καλά λόγια και την έκφραση (εκ μέρους σας) χαράς και περηφάνιας όποτε τα καταφέρνει (εννοείται πως δεν το κατηγορείτε όταν συμβαίνει το αντίθετο. Λέτε: “Δεν πειράζει, είμαι σίγουρη πως σε λίγο καιρό θα τα καταφέρεις”).
7. Και με το ξεκίνημα αλλά και κατά τη διάρκεια της χρονιάς το παιδί πρέπει να έρχεται καθημερινά στο σταθμό (εκτός, φυσικά, αν υπάρχει σοβαρός λόγος, πχ αρρώστια). Αυτό βοηθάει πολύ στο να συνηθίσει τη νέα ζωή. Αν υπάρχουν συχνές διακοπές, αποδιοργανώνεται και πρέπει κάθε φορά να ξεκινήσει την προσπάθεια σχεδόν πάλι από την αρχή....

#### ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗΣ

ΜΕΡΕΣ	ΠΑΙΔΙ	ΓΟΝΕΙΣ
1 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ	Κλαίει ή είναι επιφυλακτικό. Δεν αποχωρίζεται το γονιό. Μπορεί όμως από την αρχή να φανεί ανεξάρτητο και ήρεμο.	Συζητά με την παιδαγωγό ώστε να νιώσει το παιδί σιγουριά για τη σχέση γονιού και παιδαγωγού. Μιλούν στο παιδί για την παραμονή του στον Π.Σ.  Μένει με το παιδί για λίγο στην τάξη και φεύγει για λίγη ώρα αφού έχει συνεννοηθεί με το παιδί. Επιστρέφει και ξαναφεύγει με το παιδί (2η.3η.4η.5η μέρα)
2 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ	Επιφυλακτικό .Πιο διερευνητικό και ίσως πιο ανεξάρτητο.	Συζητά για λίγο με την παιδαγωγό για την καθημερινότητά του παιδιού και στη συνέχεια αποχαιρετά με ηρεμία αλλά και σιγουριά το παιδί.
3η και 4 <sup>η</sup> ΕΒΔΟΜΑΔΑ	Αρχίζει να νιώθει πιο άνετα στο καινούργιο περιβάλλον. Απομακρύνεται πιο εύκολα από τον γονιό. Έχει επαφή με την παιδαγωγό.	Αποχαιρετά με ηρεμία και σταθερότητα το παιδί.

Είναι σύνηθες φαινόμενο ,παιδιά που δεν έχουν εμφανίσει αρνητικά συναισθήματα την 1η εβδομάδα ,να τα εκδηλώσουν τις επόμενες εβδομάδες. Αυτό συμβαίνει γιατί απλά τότε συνειδητοποιούν τη “μονιμότητα” της νέας κατάστασης. Δεν ανησυχούμε ότι κάτι άλλαξε στα

δεδομένα της παραμονής τους στο σχολείο.

Το παιδί, **ανεξάρτητα από την ηλικία του**, έχει ανάγκη από τη σωματική επαφή, για αυτό, όταν βλέπουμε ότι χρειάζεται την αγκαλιά, δεν θα πρέπει να του την στερήσουμε.

Επισημαίνουμε ότι το χρονοδιάγραμμα είναι ενδεικτικό καθώς στη διαδικασία της προσαρμογής θα πρέπει να ληφθούν υπ' όψιν **οι ανάγκες και η ιδιαιτερότητα του κάθε παιδιού και της οικογένειάς του.**

*ΑΓΝΗ ΖΑΚΟΠΟΥΛΟΥ*

*ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ-ΨΥΧΟΠΑΙΔΑΓΩΓΟΣ, ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ RENE DESCARTES, PARIS V, SORBONNE.*

*ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΑΤΕΙ ΑΘΗΝΑΣ.*