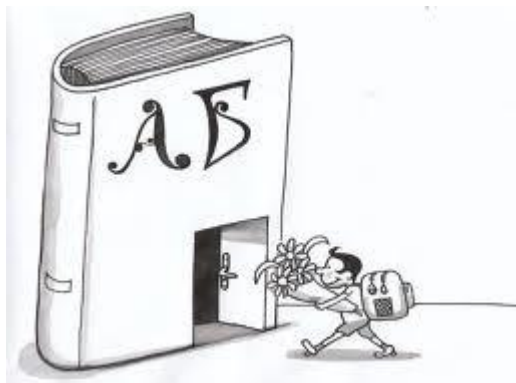


Първият учебен ден – радости, вълнения, тревоги

Публикувана във в. "Вестник за здравето...и пътя към него", бр.4, 2004г



Спомням си навечерието на първия учебен ден в I-ви клас на племеницата ми (сега тя е гимназистка) – вълнението, нетърпението, тревогата. Беше свръхпревъзбудена – не даде мира на никой около нея. Предишния ден непрекъснато пренареждаше чантата си. Вечерта накара всички роднини в

къщата да седнем в хола – тя беше подредила масата – кристални чаши за ликьор, пласмасово шише със сок, купичка със солети. Беше си облякла официалните дрехи за училище. Наля ни сок и каза: "Сега сядаме и ще си говорим". "За какво?" – "За различни неща...."

Е, за толкова много неща вече си говорим с нея – тя е умно момиче, зряло. Често си говорим за тази ситуация – за вълнението ѝ (два дни не спря да я боли коремче). И за това колко различен беше първия учебен ден за брат ѝ – протест, всичко си знаел, защо да ходи на училище, може да чете, а дядо му ще го учи на това, което му е нужно. И как скришом поглеждаше назад към двете си баби и двамата си дядовци, дошли специално за неговия първи учебен ден, застанали накрая зад учителката.

И се замислям за всички въпроси, които се въртяха в моята глава в навечерието на първия учебен ден на син ми (въпреки тренинга, който имах с тръгването на училище на племенниците си!):

Как ще преподредим програмите си? Кой как ще работи – нали първи клас е най-важния. Въпреки професионалната си подготовка, усещам как на моменти ме завладяват силни емоции, породени от въпросите: Сами ли ще се справим с програмата на детето – занятията свършват още в 11.30ч? Ще трябва ли да търсим жена, която да ни помага? А синът ни дали ще я одобри? Дали ще е прекалено строга с него? Или ще ѝ е безразлично как се чувства детето? А как ще приеме учителката? Дали сме го записали в най-доброто училище или не.

А малкия и неговата адаптация в детската градина? В колко трябва да тръгна към градината от офиса, така че да не е последен на пейката с учителката и охраната.....

Въпроси, въпроси и в един момент разбирам, че забравям най-важното - *ДЕТЕТО И НЕГОВИТЕ ПРЕЖИВЯВАНИЯ* в тези първи дни в училище, градината. За това, колко е важно да успеем да го *подкрепим и подготвим* за промяната; че ще влезем в училищния двор, а там е толкова шумно, гъмжги от батковци и каки, гонят се, викат. Какъв контраст с двора на детската градина Нова госпожа, нови деца....*Всичко ще е ново! Неизвестно!!!*

Първият учебен ден в първи клас е началото на нов период в живота на детето. Стъпвайки в училище, детето преживява качествени промени в емоционално, социално и психологическо отношение. Преживяванията и емоциите на детето са също толкова важни, както и това до колко успешно се справя с учебния материал. За някои деца, този период на преход *от режим на игра с обучение в детската градина (или в къщи) към режим на учене, спазване на училищните норми, нов тип взаимоотношения учител-ученик*, може да бъде съпроводен с промени в поведението - тръшкане, плач, до по-крайни прояви като агресия и отказ да ходи на училище. Такова свръхемоционално реагиране притеснява и плаши всеки родител. Подобно поведение може да продължи няколко седмици или само пет-шест дни. Децата трудно "обличат" в думи емоциите и страховете си - за тях те "говорят" с поведението си или чрез телесни симптоми (психосоматични проблеми) - болки в корема, стомаха, главоболие. Това са симптоми на тревожност преди нещо ново и неясно. Сигналът към нас като родители е със следното значение: *"Моля, обърнете ми внимание!!!! Изплашен съм!"*.

Необходимо е да отделим време да поговорим с детето си, преди да го заведем на лекар заради болката в коремчето (някъде там между другото в НАШАТА подготовка като родители за първия учебен ден). Не забравяме ли за душата на детето си, унесени в мислите: "как ще изглежда с костюмче - добре или зле?"; "...а на мъжа си дали да дам вратовръзка?"; "...със синия костюм изглеждам по-слаба"; "...букети, колко букети да купя за учителките"

Важно е някой от семейството се спре до малчугана, да седне до него, да го прегърне и му разкаже за своя първи учебен ден (без страшни случки, моля!), да сподели емоциите си от онзи ден.

Добре е да отидем с детето си няколко пъти в двора на училището приди да е започнала учебната година и да поиграем с него там.

Трябва да говорим повечко с детето си за неговите очаквания: как си представя часовете; какво би искал да прави; какво би разказал за себе си на новите си другарчета.

Изключително ВАЖНО е родителите да се доверим на специалистите-педагози. Доверието е двустранен процес и много динамичен. Като родители трябва да успокоим детето, че каквото и да стане, госпожата ще е до него, за да му помогне, а не за да му се скара.

И да не забравяме да прошепнем на детето си колко много го обичаме, но не когато спи.....

Защо се притесняваме да показваме емоциите на децата си? Защо се смущаваме да ги назоваваме.....

Ето анонимната изповед на родител до неговото дете в Интернет (.... Пространството, в което може да останем анонимни.....Дали неговото дете е попаднало на нея.....)

"Да си родител никога не е лесно, макар че това е роля, която ми е скъпа. Понякога не мога да се отърся от мисълта, че имаш нужда да ме чуеш. Понякога тормозя душата си с грижи, чудейки се дали можеш да разбереш, колко много те обичам, какво значение ще имаш винаги за мен. Порастна толкова бързо, струва ми се че се променяш всеки ден, и скоро ти ще тръгнеш по света по паветата на твоя път. Така понякога това старо сърце не знае какво е почивка, защото искам да ти дам това, което ще ти помогне да бъдеш по-добрия. И аз се терзая от моите отговори, за всяко "да" и "не", и крещя късно през нощта, защото ми е толкова трудно да те пусна да си тръгнеш. Зная, че съм превил грешки, които не мога да поправа, не мога да върна времето назад и да ги поправа, но аз винаги ще бъда с теб, твой родител и твой приятел."

Мария Джонгова-Крумова

Магистър по клинична и консултативна психология

Тел. 02 846 50 91, 0887 619693