

ÓVODÁRA KÉSZÜLÜNK

- szempontok az óvodapszichológustól -

Nemcsak a gyermek, a szülők számára is nagy lépés az óvodakezdés. A gyerekek nagy része (temperamentum kérdése is mennyire) 3 éves kor körül már vágyik a kortárs közösségre, sokszor már alig lehet őket hazavinni a játszótérről, otthon is hiányolják a barátaikat. Elérkezett az ideje annak, hogy a világ új szeletét fedezzék fel - a szülők védőszárnyai alól kikerülve – a kortárs közösségben szerezzenek tapasztalatokat a társakkal, felnőtt világgal való együttműködésről.

Az óvodáskor kezdetével a gyerekek nemcsak ismeretszerzésben, de az érzelmi fejlődésben is nagyot lépnek előre. A közösségbe illeszkedésnek minden kisgyermeknél egyéni mintázata van, amit egyénisége, és a kapcsolódásról, elválásról szóló előzetes tapasztalatai is meghatároznak.

Az óvodára történő előzetes készülődés, hangolódás a családban megkönnyítheti gyermekünk első lépéseit ezen az új, izgalmas, de még ismeretlen terepen, amit az óvodai élet jelent.

- **Beszélgessünk az óvodáról** a mindennapi események, napi rutinok során: az óvodában is van közös étkezés, játék az udvaron, közös rendrakás...
- **Bátorítsuk gyermekünk önállóságát** öltözködésben, önálló étkezésben, biztassuk, **de az óvodával semmiképp ne fenyegetjük** „ha az óvó néni meglátja milyen rendetlen vagy”
- **Mint mindig, most is fontos az őszinteség:** arra a kérdésre, hogy „de ugye te is ott maradsz velem” nem adhatunk kitérő választ. Jó, ha tájékozódunk az óvoda befogadási szokásairól és ennek megfelelően beszélgetünk a gyermekünkkel.
- **Az óvodakezdés előtti hetekben már igazíthatjuk napirendünk sarokpontjait a későbbi óvodai rendhez:** az alvás és étkezések idejének összehangolása segíti a beilleszkedést, így az első napok izgalmas történéseit nem nehezíti a biológiai ritmus esetleges felborulása.
- **A játszótéri barátkozások a kortársakkal** – esetleg némely közülük ovistárs is lesz – remek gyakorlóterep az óvodai élet próbálgatására. A szülő jelenlétében a félénkebb gyerekek is megbátorodnak, könnyebben teremtenek kapcsolatot és ezek az élmények biztonságos fogódzót nyújtanak majd számukra az óvodai közegben.

A gyermek óvodába érkezésének élményét alapvetően meghatározza szülői hozzáállásunk. Higgyünk benne, hogy a szeretetünkkel, törődésünkkel eleget raktunk a gyermekünk hátizsákjába ahhoz, hogy az új helyzethez saját, egyéni útját megtalálva alkalmazkodjon és nagyot lépjen előre az önállóság, magabiztosság terén.

Örüljünk neki, és készüljünk együtt arra, hogy óvodás lesz, és bízunk a gyermekünkben, ennél jobb útravalót nem kaphat tőlünk!

Szalay Viktória
óvodapszichológus
szalay0221@gmail.com