

Како помоћи детету да се прилагоди у новој средини - адаптација на средњу школу



Полазак у средњу школу представља стресан период јер укључује промену целокупног окружења на које је дете навикло. Поред промене простора, дете добија нове вршњаке, наставне предмете, наставнике, одговорности... Боравак у непознатом простору, са људима које не познаје и задацима које није сигурно да ли ће моћи да испуни, свакако је велики притисак за дете. Ову ситуацију додатно отежава чињеница да су све очи окренуте ка њему, односно дете је свесно да постоје одређена очекивања које треба да испуни. Међутим, адаптација на нову средину је процес од ког умногоме зависи не само успех ученика, већ и целокупан развој његове личности. Зато је веома важно да будемо подршка уместо да стварамо додатни стрес. Како бисмо то успели, потребно је да будемо добро информисани, те вам нудимо неколико савета о томе како помоћи детету да се прилагоди у новој средини.

Причајте са другим родитељима Како помоћи детету да се прилагоди у новој средини је питање које постављају многи родитељи будућих средњошколаца, те смо свесни да ово није стресан период само за децу већ и за родитеље. Пре свега, важно је да знате да је нормално да осећате страх и да вас сјајним родитељем чини сама чињеница да читате овај текст, односно да тражите начин да помогнете свом детету. Искуства других родитеља, пријатеља, комшија, рођака који су прошли период прве године средње школе и те како вам могу бити драгоцене. Наравно да је свака средина, дете и ситуација различита, те ће бити и искуства која деца имају. Међутим, разговори са другим родитељима могу вас припремити за неке потенцијалне ситуације које децу чекају, али вам могу указати и на који начин су други олакшали свом детету овај период. Ово вас значајно може усмерити у ком правцу да водите разговоре са дететом.

Свакако, верујемо да ће и за вас лично ови разговори бити учинковити, јер вам могу помоћи да схватите да се и други људи успешно суочавају са изазовима које носи одрастање детета.

Укажите детету на позитивне стране поласка у средњу школу Веома важан корак у одговору на питање како помоћи детету да се прилагоди у новој средини је разговор о свим добрим странама новог окружења. Разговор о стварима које могу поћи по злу и преиспитивање дететових способности да се избори са изазовима нове средине, само ће отежати процес адаптације.

Посматрање средње школе као окружења пуног препрека које мора успешно да превазиђе, код детета може изазвати непријатна осећања као што су, страх, нелагода, трема, итд. Зато је потребно да приликом разговора са дететом фокус померите на позитивне стране које доноси промена окружења. Детету можете указати да ће у средњој школи упознати велики број вршњака који имају слична интересовања, као и да може срести потенцијалног момка/девојку, учити о стварима које га занимају, те проширити своје знање.

Такође, можете поделити са децом сопствене успомене, кроз фотографије или приче о најлепшим догађајима из средње школе.

Информшите дете о могућностима које школа нуди Поред истицања позитивних ствари које може да очекује у овом периоду живота, веома је важно да деци укажете на могућности које им одређена средња школа нуди. То могу бити информације о ваннаставним активностима, факултативним предметима, екскурзијама и другим облицима активности које школа организује. Ове податке можете пронаћи на сајту или информисањем у конкретној установи. Циљ је да мотивишете дете, тако да средњу школу доживи као изазов, односно простор који му нуди бројне прилике за лични и професионални развој. Размишљање о заједничким путовањима, излетима и активностима које ће му продубити и задовољити интересовања, изазваће код детета позитивна осећања што ће умногоме убрзати процес адаптације.

Подстакните га да се повеже са вршњацима Процес адаптације у нову средину умногоме је одређен личним карактеристикама самог детета. Комуникативна деца врло лако ће стећи прва познанства, те је њима процес прилагођавања у новој средини значајно лакши. Међутим, за неку децу тај први корак упознавања може бити тежак.

Захваљујући друштвеним мрежама, деца се данас упознају и пре поласка у школу. Додавање вршњака из одељења на друштвеним мрежама, укључивање у групе разреда или смера допринеће бржој адаптацији. Повезујући се онлине, деца се међусобно упознају на терену који је њима познат. На тај начин, први сусрет уживо биће знатно природнији јер ће деца имати утисак као да се већ познају.

Не постављајте захтеве и очекивања

Постављање захтева и очекивања о постигнућу, на почетку средње школе, неће олакшати детету процес прилагођавања, напротив. Ово се односи и на обећавање награда за постигнуће.

Уколико детету нудите награде у замену за добре оцене на почетку средње школе или их захтевате, стварате му додатни притисак. Уместо да буду мотивисана, деца ће бити оптерећена у жељи да вас не разочарају. Надаље, ако деца у тим условима заиста доживе почетни неуспех (лошу оцену), то се може трајно одразити на њихову мотивацију и однос према школи.

Посматрајте дете Тинејџере често „смара“ велики број питања који постављамо. Зато је је важно да их не притискате, те ако видите да нису расположени да причају немојте инсистирати. Међутим, у овом периоду требало би да посматрате своје дете. Уколико приметите да се повлачи, да је нерасположено, проводи пуно времена само, избегава школу и разговор о њој, знак је да нешто није у реду. Такође, очекује се да дете које се уклапа у нову средину буде пуно утисака, позитивних или негативних, те нам кратки одговори (све је у реду, очекивано, ништа посебно...) могу указати да се процес адаптације не одвија на прави начин.

Препоручите му филм о средњој школи Период поласка у нову школу предмет је радње многих филмова. Ови тинејџ филмови често говоре о новим пријатељствима, симпатијама или проблемима са којима се млади суочавају у новој средини, те прате велики број различитих ликова и ситуација са којима се могу поистоветити. Наравно, потребно је да истражите филмове и препоручите деци оне за које сматрате да им могу помоћи да се опусте и да виде све лепе ствари које се дешавају у периоду средње школе.

Дајте детету време и простор Процес прилагођавања у новој средини захтева време. Немојте очекивати да се дете уклопи одмах. Долазак у непознато окружење које треба испитати није лак процес, па га немојте пожуривати. Верујемо да ће ужа породица и пријатељи бити први гости који имају безброј питања о томе како је у средњој школи. Деца су још увек на почетку ове авантуре, ни сами нису сигурни како се сналазе. Зато се потрудите да свом детету дате довољно простора и времена.