

10 vinkkiä eppuluokkalaisen vanhemmalle

Ole aikuinen

Ole lapselle turvallinen aikuinen, joka päättää, kertoo säännöt ja ottaa vastuun. Uskalla olla aikuinen pelkäämättä lapsen pettymystä. Rajojen asettaminen on parasta rakastamista ja välittämistä.

Suhtaudu koulun myönteisesti

Oppiminen tuottaa tutkitusti valtavan mielihyvän tunteen. Pidä yllä tunnetta siitä, että oppiminen on kivaa ja se kannattaa! Puhu koulusta kotona aina myönteisesti: sillä on uskomaton vaikutus lapsen motivaatioon ja oppimiseen. Jos jokin koulun toiminnassa ihmetyttää, kysy reilusti. Jätetään jupinat kotoa pois, jotta lapsi voi luottaa koulun aikuisiin. Anna lapselle kaikki mahdollisuudet pystyä mihin vaan - älä siirrä omia ikäviä muistoja tai sinulle vaikeita asioita lapselle. Ole mukana lapsen arjessa: ota tavaksi kysyä koulupäivästä ja seuraa päivittäin lapsen Wilmaa.

Tue sinnikkyyttä

Koulunkäynti vaatii lapselta sinnikkyyttä ja ponnistelua. Toisinaan täytyy tosissaan tehdä töitä, että jokin alkaa sujua, pettymystenkin kautta. Lapsi selviää siitä kyllä! Muista kannustaa yrittämään ja kehua pienistäkin onnistumisista.

Kannusta omatoimisuuteen

Kannusta lasta huolehtimaan vähitellen itse omista kouluasioistaan: repun pakkaamisesta, läksyistä, vaatteiden laittamisesta valmiiksi jne. Auta lasta toiminnanohjauksen taidoissa omalla puheellasi: "Tänään on maanantai, mitähän pitäisi pakata mukaan?". Hiljalleen hän oppii tekemään sen itse.

Opeta itsesääätelyä

Kerro lapselle, kun hän toimii väärin: puhuu rumasti, lyö tai käyttäytyy huonosti. Keskustelkaa oikeasta toimintatavasta ja siitä, miten hänen toimintansa vaikuttaa toisiin ihmisiin. Kasvamiseen kuuluu rajojen kokeilua ja sen syytä voi ymmärtää, mutta toimintatapana sitä ei voi hyväksyä. Suhtaudu kuitenkin lempeästi taitoja harjoittelevaan lapseen ja anna aina uusi mahdollisuus parantaa.

Suojele lapsuutta

Lapset ovat luonnostaan kekseliäitä ja innokkaita oppijoita. Suojele lapsen herkkää mieltä ja luovuutta jättämällä sille riittävästi aikaa ja tilaa. Jätä arkeen hetkiä, joille ei ole mitään sovittua tekemistä. Harrastusten määrä ei ole vanhemmuuden mittari. Tutkimusten mukaan juuri tylsyydestä ja joutenolosta kumpuaa luovuus. Omat ajatukset kasvavat siellä, missä niille on tilaa. Vapaa leikki on myös huikea tehokkaan työskentelyn tuki.

Helpota vanhemmuuttasi

Päätä perheen toimintatavat valmiiksi, niin säästyt lapsen kanssa "vääntämiseltä". Sopikaa säännöt keskeisiin kysymyksiin: peliaikaan, nukkumaanmenoon, läksyihin, kaverikyläilyihin jne. Kun asiat on valmiiksi päätetty, neuvottelua ei tarvitse joka kerta tehdä ja säästyy sekä aikaa, että kaikkien hermoja. Lapselle tämä tuo turvaa ja ennustettavuutta, sekä opettaa, että sinnikkäästi vinkumalla ei saa periksi.

Pidä arjen rutiinit

Pidä huolta, että eppuluokkalainen saa unta 10 tuntia vuorokaudessa. Unessa lapsen aivot käsittelevät päivällä opittua. Kun ilta rauhoitetaan puhelimitä (klo 18 jälkeen) ja päivässä on ollut liikuntaa, uni tulee helposti. Samat rutiinit kannattaa säilyttää myös viikonloppuisin, niin viikko alkaa hyvin.

Opeta rauhoittumaan

Oman mielen rauhoittamista opiskelua varten voi tietoisesti harjoitella. Etsi lapsen kanssa keinot rauhoittumiseen ja muistuta niistä, kun rauhoittuminen on vaikeaa. Anna lapselle levollinen opiskeluympäristö ja karsi tarvittaessa levottomuutta aiheuttavat ärsykkeet. Valvo älylaitteiden käyttöä. Se voi aktivoida impulsiivisuutta ja keskittymiskyvyttömyyttä ja vaikuttaa ajattelun ja oppimisen taitoihin.

Arvosta lukemista

Huolehdi, että lapsella on koko ajan saatavilla lukemista. Koulun lukuharjoittelu ei pelkästään riitä sujuvan lukutaidon saavuttamiseen, vaan lapsen tulee lukea päivittäin kotona vähintään 10 minuuttia. Tee kirjastokäynnistä rutiini ja varaa päivästä tietty aika lukemiselle. Lue lapselle ääneen, vaikka hän osaisi lukea jo itsekin. Tämä on suora satsaus koulumenestykseen. Maukkaita lukuhetkiä!