

Powrót do klas po kilkumiesięcznej przerwie stanowi dla dzieci duże wyzwanie a ponowna adaptacja do środowiska szkolnego może zająć kilka tygodni.

Wypracowane wcześniej relacje rówieśnicze mogły ulec zmianie po okresie izolacji społecznej. Dlatego teraz, po powrocie, wszyscy przechodzą ponowną adaptację rówieśniczą.

Dzieci, tak jak my wszyscy, mają motywację do nauki wtedy, kiedy czują się bezpiecznie w swoim środowisku szkolnym. Takie poczucie daje im posiadanie przyjaciół, świadomość przynależności do grupy i przyjazna atmosfera. Aktualnie uczniowie potrzebują czasu na ponowne odnalezienie się w grupie i odnowienie kontaktów po przerwie. Ponadto stan niepokoju i stres związany z nastrojami społecznymi związanymi ze stanem epidemicznym mogą utrudniać koncentrację, zapamiętywanie oraz przyswajanie nowych informacji.

Kolejnym aspektem, który należy mieć na uwadze jest tempo wejścia w nowy rok szkolny. Pamiętajmy, że kilka ostatnich miesięcy uczniowie spędzili w domu, dlatego nie należy układać sztywnego, napiętego planu pozalekcyjnego, zanim dziecko na nowo nie wejdzie w środowisko szkolne. Już sam powrót do szkoły to duża zmiana, starajmy się nie przytłoczyć dzieci kompletną modyfikacją trybu dnia.

W obecnej sytuacji związanej ze stanem epidemicznym warto uczyć swoje dzieci na to, żeby nie piły po sobie z jednej butelki, nie dawały sobie tak zwanego "gryza", ponieważ niesie to ryzyko przeniesienia wirusów. Mając jednak świadomość, że dla uczniów takie wymiany pełnią (poza jedzeniem) funkcję budowania relacji, to zapewne nie uda się ich w pełni wyeliminować. Dlatego warto zadbać, żeby dziecko miało przy sobie np. swoją słomkę, a jeśli chce poczęstować czymś kolegów, to powinno być to już wcześniej podzielone na części.

Rolą opiekunów jest uważne towarzyszenie dzieciom. W praktyce oznacza to obserwowanie, co się dzieje z dzieckiem i uwrażliwienie na jego potrzeby. Bardzo ważne jest okazywanie dzieciom zrozumienia i świadomość dorosłych, że pociechom może być obecnie trudniej odnaleźć się w szkole po czasie izolacji społecznej. Słowo „trudniej” w tym

kontekście oznacza, że najmłodszy mogą przeżywać różne emocje, takie jak niepokój, lęk, złość, poczucie osamotnienia czy niepewność. W tych sytuacjach pomocna jest obecność osoby, która potrafi zauważyć te uczucia i spokojnie wysłuchać. W sytuacjach, gdy występujące zachowania niepokoją rodziców warto podjąć współpracę z psychologiem szkolnym.

Autorzy: N. Chudzik, J. Spychalska

Źródło: <https://38pr.prowly.com/releases/centrum-medyczne-damiana>

Opracowanie: Katarzyna Bil