

Készülődés az iskolába, iskolaérettség

Hasznos tanácsok az
iskolakezdéshez

Győri-Dani Dóra

Iskolapszichológus

Az iskolaérettség fogalma

- Az iskolai munkára való alkalmasság
- Figyelmi szabályozás és stratégiahasználat → szükséges az alkalmazkodáshoz
- A tanulási motiváció és az önszabályozás magas szintje, amely az iskolai teljesítményhez társul → független a mért értelmi szinttől

A személyiség fejlődésére hatást gyakorló tényezők

- Adottságok
- Érés
- Tanulás
- Kulturális környezet (pl. szocializáció, nevelés)
- Trauma

Külső tényezők

Az iskolaérettség követelményei

- Fizikai és mozgásos feltételek:

 - Kb. 120-130 cm magasság, kb. 20-22 kg testsúly
 - Állóképesség, terhelhetőség
 - Első alakváltozás (jele pl. fogváltás megindulása, testarányok átalakulása)
 - Dominancia kialakulása (jele pl. melyik kézben fogja a ceruzát)
 - Nagymozgások koordináltsága, összerendezettsége, keresztmozgások
 - Biztos egyensúlyrendszer
 - Az írástanuláshoz fontos a finommozgás megfelelő szintű fejlettsége, a vállak, csukló, ujjak mozgékonyága és a végtagok egymástól független mozgatása

Az iskolaérettség követelményei

- Szükséges képességek:

 - A térérzékelés, a térben való tájékozódás, térirányok ismerete
 - Alak, forma, nagyság felismerése
 - Alakzat és háttér megkülönböztetése
 - Lényeges azonosságok és különbségek felismerése
 - Hallott szavak felbontása hangokra, hang hosszúságának érzékelése
 - Megfelelő fogalmi és problémamegoldó gondolkodás, emlékezet és figyelem
 - Jó beszédkésztség, tiszta beszéd, ép érzékszervek
 - Általános tájékozottság (pl. név, cím, szülők neve, foglalkozása, stb.)

Az iskolaérettség követelményei

- Pszichológiai feltételek:

- Szabálykövetés, szabálytudat kialakulása
- Alkalmazkodás, közösségben oktathatóság
- Teljesítmény igénye, feladattudat
- Jó kudarc- és monotóniatűrő képesség
- **Motiváltság, pozitív érzelmek az iskolával, iskolás léttel kapcsolatban**
- **Önállóság**
- Érzelemszabályozás, késleltetés
- Megfelelő viszony a tekintélyhez/tekintélyszemélyekhez; kortársakhoz

Az iskolaéretlenség következményei

- Szorongás, frusztráció
- Teljesítményhelyzetek kerülése, kudarckerülés
- Magatartásproblémák
- Lemaradás
- Kortárs közösségbe való beilleszkedés nehézségei
- Pszichoszomatikus tünetek
- Későbbi tanulási nehézségek, részképesség-zavarok

Mit tehet a szülő az iskolára való
lelki felkészülés segítése érdekében?

Saját érzéseink tisztázása

- Mik a szülő érzései az iskolakezdéssel kapcsolatban?
-

- Hátráltathat:

- Korábbi negatív tapasztalat (pl. nagyobb testvérrel; óvodába beszkokáskor)
- Saját negatív tapasztalatok
- Aktuális nehéz élethelyzet, stressz a család életében, friss változások

- Segíthet:

- Óvodapedagógus, óvodapszichológus
- Gyermekhez közel álló másik felnőtt (pl. nagyszülő)
- Pozitív kortárs minta
- Megismerkedés a leendő iskolával, tanítókkal

Folyamatosság figyelembe vétele

- Az iskolára való felkészülés nem egy nagy cselekedet, hanem sok, a hétköznapi életbe ágyazott apró mozzanat sorozata
- Fontos:
 - Spontaneitás
 - Ne „árasszuk el” a gyereket
 - Gyerek sajátosságaihoz (pl. érdeklődés, képességek) való igazodás
 - Ha minden a „helyén van”, akkor hagyjuk pihenni a témát

Szerepjáték támogatása

- Óvodáskorban fontos játékforma
- Intenzív fantáziamunka
- Társas szerepek gyakorlása
 - Pl. diák(ok), tanító
- Gyakori vágy: iskolatáska, tolltartó, füzetek használata → lehetőségekhez mértén engedni

Iskola pozitív kontextusban való emlegetése

- Kerüljük:
 - „Addig játssz, amíg lehet, jövőre az iskolában már tanulás lesz ám, nem játék!”
 - „Ha ilyen csúnyán fogsz viselkedni az iskolában, szényen szemre vissza fognak küldeni az oviba!”
 - „Az iskolában már nem lesz ilyen jó világ!”
 - „Majd bánod még, hogy nem aludtál délután, amikor még lehetett! Jövőre már nem lesz ilyen jó dolgod! Egész nap tanulás lesz!”
- Idősebb testvér mintája (pl. Milyen légkörben telik a házi feladat írás?, Mit mesél az iskoláról?), szülők tapasztalatai (pl. régi fényképek, történetek)

Ismerősség érzése

- Ami ismerős, arról pozitívabban gondolkodunk (szülő és gyermek is)
- Ismerkedés az iskola épületével
- Iskolai programokon való részvétel
- Nyílt napok
- Leendő tanítók megismerése



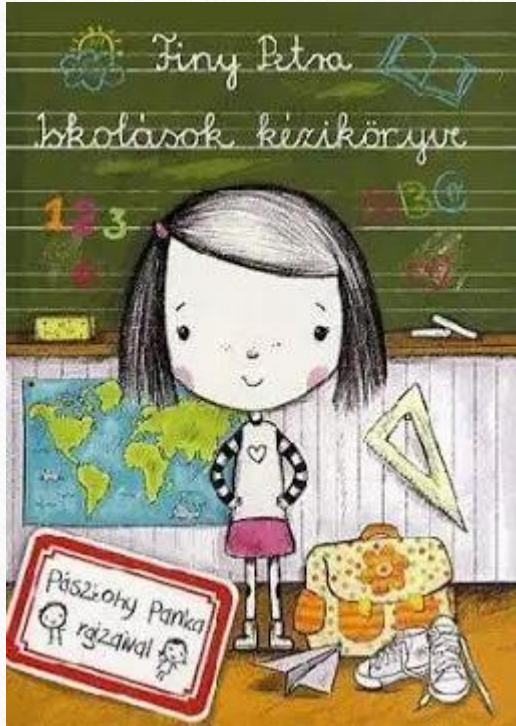
Ismerősség mellett a bizalom is mélyül, kötődés kialakulása elindul

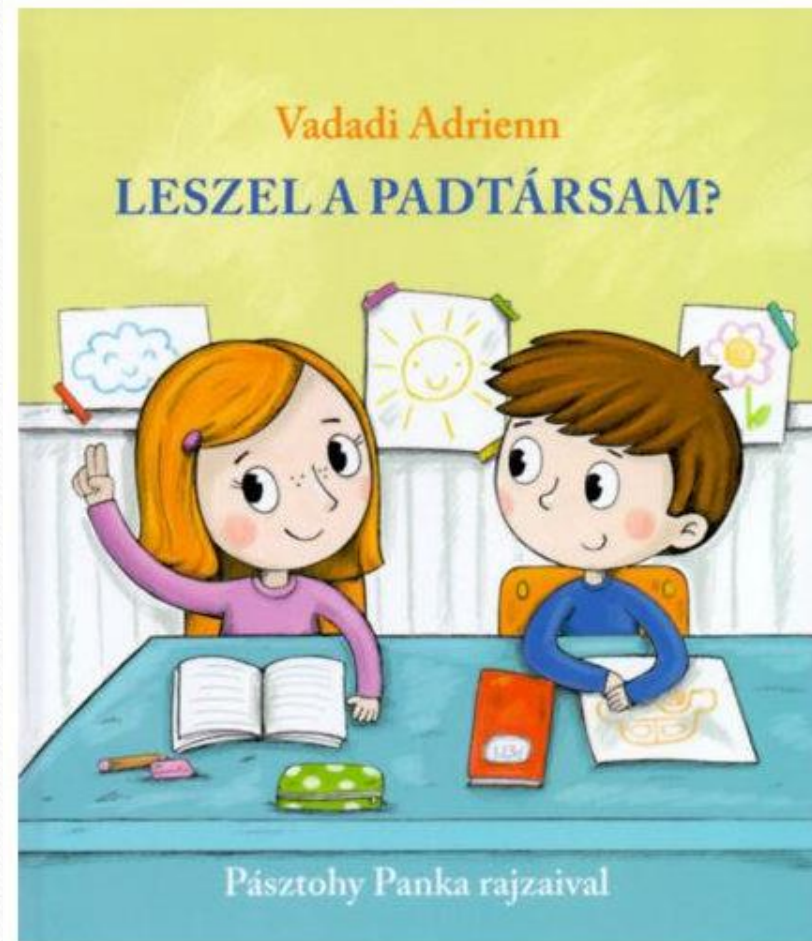
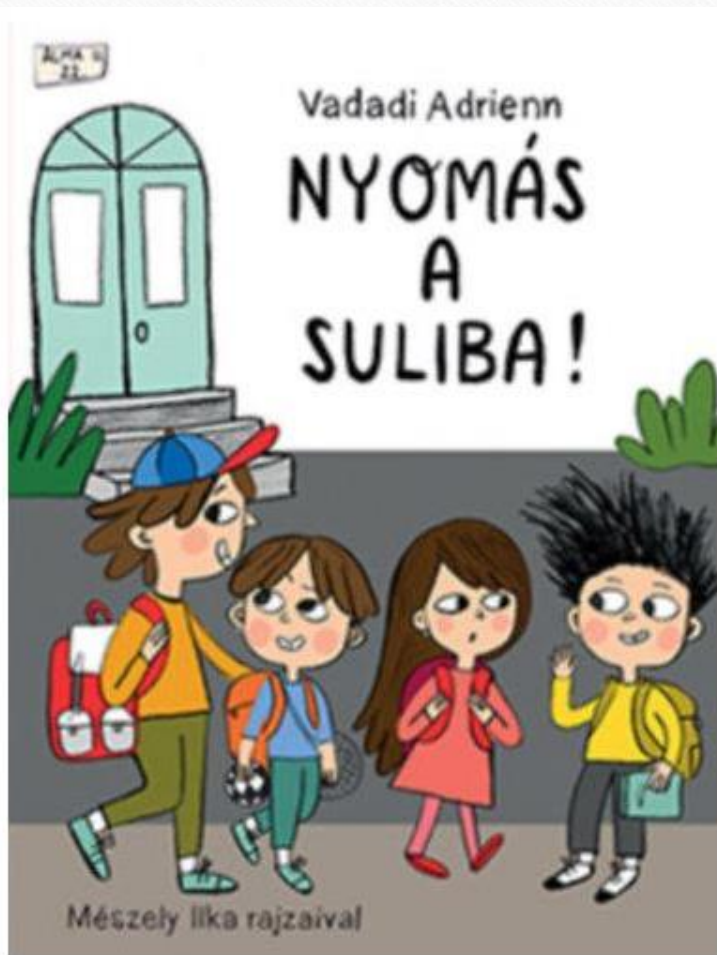
Önállóság támogatása

- Mik azok a feladatok, amiket a gyermek egyedül is el tud végezni?
 - Legközelebbi fejlődési zóna → komfortzónából való kilépés (a szülőnek is!)
 - Segít a gyermeknek az iskolába való beilleszkedésben
 - A magabiztosság, önbizalom alapja, hogy érezze, „képes elvégezni” bizonyos feladatokat
 - Szembesül kudarcokkal is → Hogyan küzdök meg velük? Hogyan tartok ki? Milyen érzés, ha valami nem sikerül? Milyen érzés, ha igen? Hol vannak a határain?

Sok beszélgetés és mese

-
- Spontán formában (pl. leendő iskola épülete mellett elhaladva)
 - Gyerek kérdéseire válaszolva (Őt mi foglalkoztatja és mennyire?)
 - Saját történetek megosztása (Milyen volt a szülőnek az iskola? Hogy hívták az első tanítóját? Kik voltak a barátai? → pozitív fókusz megtartva)
 - Mese kitalálása a gyerek főszereplésével, vagy hozzá hasonló szereplőkkel
 - Mankó lehet: beszélgetést segítő könyvek, mesék az iskoláról





Felhasznált irodalom

- Cole és Cole (2006): *Fejlődéslélektan*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Döbör Á. (2008): *Amit a hallgatónak tudni illik a: kisiskoláskorról*. Szeged: Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó.
- Koltói L. (2013): *Pedagógiai pszichológia jegyzet óvodapedagógusoknak*. Mentor(h)áló 2.0 Program
- N. Kollár K. és Szabó É. (2004): *Pszichológia pedagógusoknak*. Budapest: Osiris.

Köszönöm a figyelmet!

Győri-Dani Dóra

E-mail: gyoridani.dora.pszichologus@gmail.com