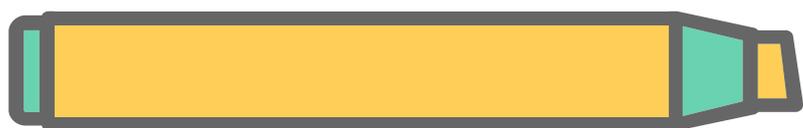
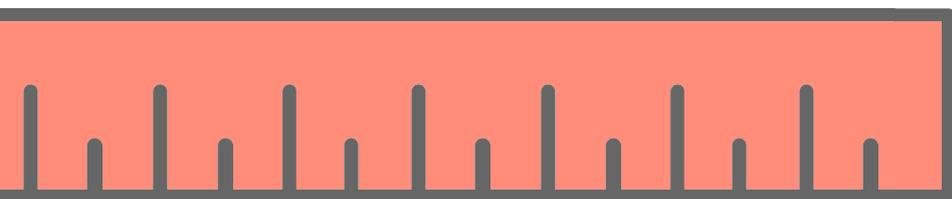
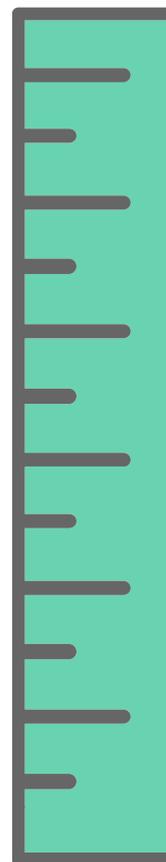
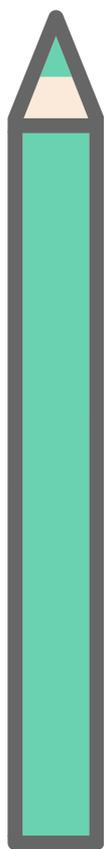


MINI GUIDA PDF DI
WWW.PARENTCOACHING.IT

PER UN RIENTRO A SCUOLA SERENO

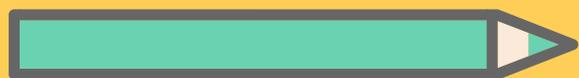
VERONICA REMORDINA



1) SVEGLIA PRESTO

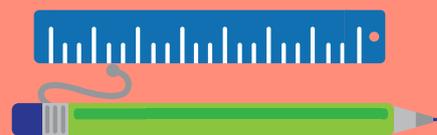
Nei giorni che precedono l'inizio della scuola, riporta il tuo bambino ad una routine simile a quella che terrà durante l'anno.

Sposta l'orario dell'addormentamento e quello del risveglio, un po' ogni giorno.



2) ANSIE E PAURE

Se tuo figlio mostra ansia per il rientro a scuola, accogli i suoi sentimenti, ascolta attentamente e mostrati interessato a ciò che sta provando. Evita frasi del tipo: "che sarà mai, ci siamo passati tutti, dai su smettila di piangere".



3) FIDUCIA

Che la scuola sia nuova o meno, se tu sei sicuro della tua scelta, fatta con oculatezza e attenzione, dai fiducia:

A TUO FIGLIO, credi in lui e nelle sua capacità di socializzazione, adattamento e resilienza.

AGLI INSEGNANTI, che avrai forse già conosciuto in colloqui precedenti.

Se vuoi che tuo figlio abbia fiducia in sé stesso e nella struttura, dimostra tu per primo fiducia e sicurezza.

4) CAPRICCI

Alcuni capricci, al mattino, derivano dalla fretta e dal senso di urgenza, che vengono messi al bambino per uscire di casa.

PREPARA I VESTITI la sera prima, ancora meglio se è tuo figlio a sceglierli;
SVEGLIATI UN PO' PRIMA per preparargli la merenda o il pranzo.

5) PIANGE E VA IN CRISI

Assicurati che tuo figlio sia sereno quando vi salutate. Non lasciarlo alla struttura o alle insegnanti se è in piena crisi di pianto. Assicurati che stia bene emotivamente, prendetevi un attimo di tempo, due coccole, parlagli con calma.



6) IL CONGEDO OTTIMALE

Saluta sempre tuo figlio prima di lasciarlo a scuola o in classe, sfatiamo il mito che si debba scappare via di nascosto per evitargli crisi e capricci.

Sii chiaro con lui su come si svolgerà la giornata.

Specifica chi lo andrà a prendere all'uscita da scuola.

Dagli un'indicazione di quanto tempo trascorrerà a scuola (fino a pranzo o fino dopo pranzo).

Veronica Remordina
Parent Coach.

Visita il sito
www.parentcoaching.it
e scarica l'ebook
GRATUITO dalla home