



Jak przygotować dziecko do wizyty w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej?

1. Porozmawiaj z dzieckiem o planowanej wizycie.

Zawsze należy uprzedzić dziecko o planowanej wizycie w poradni. Rozmowa powinna odbyć się w spokojnej atmosferze, kilka dni wcześniej (nie w drodze do poradni). Dziecko powinno mieć czas na to, aby oswoić się z informacją oraz zadać rodzicowi pytania.

2. Wyjaśnij, z jakiego powodu zgłaszacie się do poradni.

Dziecko powinno usłyszeć, że celem spotkania jest lepsze zrozumienie jego potrzeb oraz znalezienie sposobów, które ułatwią mu funkcjonowanie w szkole oraz w domu. Można powiedzieć: „Pójdziemy do poradni, aby porozmawiać o tym, jak możemy Ci pomóc np. w nauce czytania, pisania, koncentracji uwagi”. Ważne jest, aby mówić o tym w sposób wspierający, bez oceniania i zawstydzania dziecka.

3. Zaakceptuj emocje dziecka i daj mu przestrzeń na reakcję.

Dziecko może odczuwać: lęk, niechęć, wstyd, złość, poczucie winy, smutek lub bezradność. Warto pamiętać, że opór dziecka często nie oznacza „złego nastawienia”, lecz jest reakcją na nową sytuację. Dobrze jest nazwać towarzyszące emocje i je zaakceptować, np.: „Rozumiem, że możesz się denerwować. To zupełnie normalne”.

4. Powiedz dziecku, jak może wyglądać spotkanie.

Nieznane sytuacje są trudniejsze, dlatego warto opowiedzieć dziecku o tym, czego może się spodziewać. Zazwyczaj spotkanie obejmuje rozmowę oraz wykonywanie różnych zadań. Można powiedzieć, że dziecko będzie: rozmawiało ze specjalistą, odpowiadało na pytania, rozwiązywało różne ćwiczenia. Warto zaznaczyć, że specjalista nie ocenia dziecka, tylko próbuje lepiej je poznać. Dobrze jest również zaznaczyć, że nie ma „złych odpowiedzi”, a najważniejsze jest, aby dziecko starało się wykonywać zadania najlepiej, jak potrafi.

5. Zadbaj o stan psychofizyczny dziecka w dniu wizyty.

W dniu badania należy zadbać o zaspokojenie podstawowych potrzeb dziecka, które w istotny sposób wpływają na jego samopoczucie oraz zdolność koncentracji. Dziecko powinno być wypoczęte oraz po posiłku. Na czas pobytu w poradni zaleca się zabranie wody. Warto również ograniczyć korzystanie z urządzeń cyfrowych przed wizytą, aby ułatwić skupienie uwagi podczas diagnozy. W przypadku wystąpienia objawów przeziębienia u dziecka należy odwołać wizytę poprzez kontakt telefoniczny z sekretariatem poradni.

Po wizycie...

Po spotkaniu w poradni dziecko może odczuwać zmęczenie, napięcie lub przeciążenie emocjonalne. W tym czasie szczególnie ważne jest, aby rodzic zadbał o jego komfort i poczucie bezpieczeństwa.

Zaleca się, aby:

- pozostać blisko dziecka i okazać mu spokojną obecność,
- unikać oceniania oraz komentowania przebiegu badania,
- pozwolić dziecku odpocząć i wrócić do równowagi we własnym tempie.