

1

Να είστε θετικοί και ενθουσιασμένοι και να κάνετε το παιδί σας να ανυπομονεί να πάει στο γυμνάσιο

6

Μιλήστε στο παιδί σας για το ωράριο, τα μαθήματα και τις τάξεις. Να έχετε κάπου πρόχειρα μερικά αντίτυπα

2

Κανονίστε για τη σχολική στολή

7

Αναπτύξτε καλές συνήθειες μελέτης και δημιουργήστε ένα περιβάλλον όπου γίνεται διαχείριση όλων των ενδιαφερόντων – αθλήματα, τηλεόραση, μουσική

3

Κανονίστε για τα βιβλία, γραφική ύλη και τσάντα – βάλτε ετικέτα με το όνομα του παιδιού σε όλα τα πράγματα

8

Υπενθυμίστε στο παιδί σας ότι το άγχος και η ανησυχία είναι φυσιολογικά. Κρατήστε την επικοινωνία ανοιχτή για τυχόν ανησυχίες που μπορεί να έχει

4

Μάθετε για τη ρουτίνα του σχολείου – αυτή μπορεί να είναι πολλή διαφορετική απ' ότι στο δημοτικό

9

Ενθαρρύνετε το παιδί σας να συνεχίσει τις σχέσεις με τους φίλους του από το δημοτικό και να κάνει καινούργιους φίλους

5

Βοηθήστε το παιδί σας να εξοικειωθεί με τη διαδρομή από και προς το σχολείο καθώς επίσης και με τα δρομολόγια της συγκοινωνίας αν χρειάζεται

10

Να έχετε ένα σχέδιο ασφάλειας για έκτακτες ανάγκες – να είστε σαφείς με ποιο άτομο θα πρέπει να επικοινωνήσει το παιδί σας