,,Jestem dzielnym przedszkolakiem" - adaptacja przedszkolna

Rozpoczęcie edukacji przedszkolnej jest ważnym momentem i wielkim przeżyciem zarówno dla dziecka, jak i dla jego rodziców. Wiele dzieci po raz pierwszy na dłuższy czas rozstaje się ze swoimi rodzicami i po raz pierwszy spotyka się z większą grupą rówieśników. Pójście do przedszkola wiąże się również ze zmianą dotychczasowego trybu życia, zwłaszcza gdy wcześniej dziecko nie chodziło do żłobka, czy też nie miało możliwości kontaktu z większą grupą dzieci. Rozpoczynając edukację przedszkolną dziecko uczy się nowej dla siebie roli - roli przedszkolaka. Nowe okoliczności, nowe otoczenie, rozłąka z mamą i tatą, budzą u maluchów duży niepokój i niepewność. Dziecko w tym czasie potrzebuje wielu pozytywnych doświadczeń i dużo czasu by zaakceptować nową rzeczywistość i zaadaptować się do niej. Rodziców wiąże z dziećmi silna więź emocjonalna, zawsze są gotowi zaspakajać jego potrzeby, a nie rzadko w pierwszych latach życia dziecka są wyłącznie do jego dyspozycji. Zaufanie innej osobie, która będzie sprawowała opiekę nad dzieckiem, jest dla rodziców trudne. Pierwsze dni w przedszkolu są bardzo emocjonującym przeżyciem zarówno dla dziecka, jak i jego rodziców. Pomimo, że osoby, które pracują w przedszkolu są wykwalifikowanymi nauczycielami i często posiadają wieloletnie doświadczenie w pracy, rodzice są przepełnieni lękiem i obawą o swoje dziecko. Rodzi się wiele pytań, na które nie są w stanie sobie odpowiedzieć. Zastanawiają się, jak dziecko poradzi sobie z adaptacją, czy odnajdzie się w grupie rówieśniczej, czy nawiąże dobre relacje z kolegami i koleżankami, czy jest wystarczająco samodzielne, by poradzić sobie ze wszystkimi zadaniami, jakie będą przed nim stawiane. Są to obawy w pełni uzasadnione i zupełnie oczywiste. Zarówno dzieci jak i rodzice potrzebują rozmów i wsparcia ze strony personelu przedszkola. Rodzice powinni być przekonani o tym, że oddają dzieci w dobre, profesjonalne ręce, że przedszkole będzie służyło dziecku i pozytywnie wpływało na jego wszechstronny rozwój. Trudności związane z adaptacją dzieci nie należą do rzadkich i zdarzają się w każdym przedszkolu.

A oto kilka porad dla rodzica jak pomóc dziecku w adaptacji do przedszkola:

-dowiedz się, jak wygląda porządek dnia w przedszkolu, aby wprowadzić w domu podobny harmonogram zajęć i tym samym ułatwić akceptację nowego rytmu dnia przed dziecko,

-powiedz dziecku o zmianach, jakie je czekają, ale nie zapewniaj, że będzie wspaniale aby nie wzbudzić podejrzeń dziecka i nie wzmóc jego obaw,

-jeśli do tej pory dziecko było z tobą nierozłączne, to moment pójścia do przedszkola może być dla niego bardzo trudny, dlatego ćwicz ,,rozstania", najpierw na krótki czas (np. zostaw pociechę u kogoś z rodziny), następnie przedłużaj nieco czas pobytu dziecka bez ciebie,

-wspieraj dziecko w jego samodzielności, unikaj wyręczania we wszystkim, dzięki temu nauczy się wykonywać czynności, które pomogą mu w sprawnym funkcjonowaniu w przedszkolu,

-odprowadzając dziecko do przedszkola powinieneś maksymalnie skrócić rytuał pożegnania,

-jeśli dziecko płacze, nie pozwól by to zachwiało twoją pewność siebie, jeśli ulegniesz i w tym momencie zabierzesz pociechę do domu, to przy następnej próbie odprowadzania do przedszkola będzie jeszcze gorzej,

-gdy znikniesz z pola widzenia dziecka, będzie ono mogło skupić się na radzeniu sobie z emocjami i zaangażuje się w eksplorację otoczenia np. zabawę nowymi zabawkami, kontakty z kolegami i koleżankami,

-nigdy nie stosuj manewru ucieczki - nie zostawiaj dziecka bez pożegnania,

-powiedz dziecku, kiedy odbierzesz je z przedszkola, podając punkt w czasie, który będzie dla niego łatwy do określenia np. ,,gdy skończycie jeść podwieczorek",

-w okresie adaptacji wsparciem dla dziecka może być zabranie do przedszkola jakiegoś przedmiotu (np. ulubionej zabawki), który daje malcowi poczucie bezpieczeństwa,

-nie porównuj dziecka z rówieśnikami czy starszym rodzeństwem, każde dziecko może mieć inne tempo adaptacji,

-odbierając dziecko z przedszkola, nie zasypuj go pytaniami: ,,no i jak było?", ,,co robiłeś", ,,płakałeś?", lepiej będzie jeżeli zwyczajnie ucieszysz się na jego widok, przytulisz i zaproponujesz coś miłego co moglibyście wspólnie porobić, a dziecko samo zacznie opowiadać wydarzenia z przedszkola.

Przygotowały:

nauczycielki grupy IV

Dorota Krawczyk i Anna Kobylińska