

Wskazówki dotyczące adaptacji dziecka w przedszkolu.

Czym jest adaptacja?

Adaptacja, czyli przystosowanie dziecka do środowiska przedszkolnego jest procesem długotrwałym, złożonym i wielostronnym. Dziecko w tym czasie potrzebuje dużo czasu, zrozumienia i cierpliwości zarówno od rodziców jak i nauczycieli, aby móc przystosować się do nowej dla niego sytuacji.

Jakie trudności najczęściej pojawiają się w procesie adaptacji?

Dzieci przede wszystkim mają trudności :

- ze zmianą dotychczasowych standardów zaspokajania potrzeb emocjonalnych i biologicznych;
- koniecznością nawiązywania kontaktów interpersonalnych z nieznanymi ludźmi;
- zdobywaniem szybkiej orientacji w środowisku przedszkolnym;
- nabywaniem poczucia przynależności do grupy społecznej;
- zmianę rytmu i trybu życia;
- inną pozycję dziecka w grupie przedszkolnej niż w rodzinie; Dziecko jest jedynie jednym z wielu którym nauczyciel musi poświęcić czas.

Dobre rady dla rodziców

Udana adaptacja do grupy przedszkolnej ma istotne znaczenie dla dalszego rozwoju dziecka. Dzięki odpowiedniemu przygotowaniu można w istotny sposób ułatwić dziecku wejście w jego „nowy świat” – w świat przedszkola.

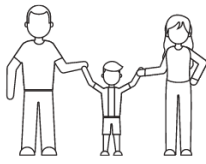
Rodzicu pamiętaj:

- ciesz się z dzieckiem, że następnego dnia idzie do przedszkola,
- rano w domu nie wytwarzaj atmosfery nerwowości i pośpiechu,
- w czasie drogi bądź pogodny, odprężony, spokojny, ciesz się, że twój syn/córka idzie do przedszkola, nie obiecuj mu za to nagrody,
- tłumacz dziecku, jeśli jest to konieczne, że idziesz do pracy, a ono w tym czasie spędzi czas z innymi dziećmi, których rodzice też pracują,
- pozwól mu zabrać z domu ulubioną przytulankę lub zabawkę, a nawet waszą fotografię,

- wejdź z nim do szatni, pomóż się rozebrać, zwróć uwagę gdzie pozostawiasz jego ubrania,
- pożegnanie w szatni powinno odbywać się z uśmiechem, bez łez i smutnych spojrzeń, bez zbędnego przedłużania samego momentu rozstania. Pożegnanie powinno być krótkie: uśmiech, buziak i pa-pa,
- nawet jeżeli bardzo chcesz to nie wchodź do sali, oszczędzisz tym żalu i smutku pozostałym dzieciom,
- pozostawiając dziecko w grupie przedszkolnej nie pokazuj zdenerwowania i niepokoju, dziecko może wyczuwać, że coś mu grozi. Spokojne rozstanie z mamą lub tatą sprawi, że dziecko szybciej się uspokoi i łatwiej nawiąże kontakt,
- jeżeli widzisz, że rozstanie z mamą jest bardzo bolesne dla dziecka, niech do przedszkola przyprowadza go tato lub inny członek rodziny,
- na początku, jeśli masz taką możliwość skróć czas pobytu dziecka w przedszkolu, zabieraj go trochę wcześniej np. po obiedzie i stopniowo wydłużaj pobyt dziecka, a po przyjściu po niego, witaj go uśmiechem,
- zawsze kontroluj, co mówisz w jego obecności o sytuacji dotyczącej pobytu w przedszkolu,
- nie wywołuj dodatkowego stresu wymuszając na dziecku, by zaraz po przyjściu do domu opowiadało o przedszkolu,
- nie martw się, że dziecko w pierwszych dniach w przedszkolu nie chce się bawić, jest bierne i tylko obserwuje to, co dookoła niego dzieje. Stopniowo przyzwyczai się ono do nowej sytuacji, nowych kolegów i powoli zacznie włączać się do wspólnej zabawy.

Należy pamiętać, że każde dziecko przechodzi proces adaptacji w swoim tempie i na swój sposób. Rolą rodzica jest wsparcie i towarzyszenie dziecku w tym intensywnym czasie oraz pomoc w tworzeniu obrazu przedszkola jako bezpiecznego miejsca, gdzie dziecko może czuć się spokojne i swobodne. Być może wszystkie te trudności nie będą miały miejsca, a sam pobyt naszego dziecka będzie wspaniałą zabawą i mile spędzonym czasem.

Zespół psychologiczno - pedagogiczny



PIERWSZE DNI W PRZEDSZKOLU JAK POWINNO WYGLĄDAĆ ROZSTANIE?

1

KRÓTKIE POŻEGNANIE

Długie rozmowy, niekończące się przybijanie piątek, całusy czy uściski utrudniają dziecku i rodzicowi rozstanie.

2

RYTUAŁY

Ustalcie wspólnie z dzieckiem sposób rozstania - całus, przytulas, "żółwik" czy piątka.

3

SZCZEROŚĆ

Powiedz dziecku, że nadszedł czas rozstania i określ orientacyjny czas powrotu (np. "Wrócę po obiedzie").

4

MIŁE KOMUNIKATY

Unikaj stwierdzenia „Nie bój się”. Zamiast tego powiedz „Miłej zabawy”, sugerując że w przedszkolu jest fajnie.

5

CIERPLIWOŚĆ

Zachowaj spokój. Negatywne emocje źle wpływają na proces adaptacji, który może przebiegać długo.