

Adaptacja dziecka

ADAPTACJA DZIECKA DO PRZEDSZKOLA

Moment przekroczenia przez dziecko progu przedszkola jest niewątpliwie ważnym wydarzeniem w życiu całej rodziny, dlatego warto się do tego odpowiednio przygotować.

Większość psychologów jest zdania, że trzylatek nie jest jeszcze w stanie samodzielnie przekroczyć progu instytucji zbiorowego wychowania, jaką jest przedszkole. Wymaga ono wsparcia rodziny i nauczycieli. Tymczasem, wyniki badań psychologicznych i pedagogicznych wskazują na to, iż jedną z przyczyn problemów adaptacyjnych dzieci jest brak współpracy między rodziną a przedszkolem. Obserwuje się, iż rodzice oddający swoje trzyletnie dziecko do przedszkola przeżywają pewne obawy oraz są zaskoczeni wymaganiami wobec przyszłych przedszkolaków. Szczególnie trudne momenty przeżywają rodzice, gdy pojawią się pierwsze problemy z przystosowaniem dziecka do warunków i wymagań przedszkola. Często po prostu nie potrafią tych problemów rozwiązać i pomóc dziecku, a uwagi nauczycielek przyjmują jak swoisty atak, a nie przejaw troski o ich dziecko. Powszechnie wiadomo, że przedszkole może zapewnić prawidłowy rozwój dziecka oraz zaspokoić jego najważniejsze potrzeby tylko przy dobrej współpracy z jego rodziną.

Rodzice są dla dziecka najważniejszymi osobami i to oni pierwsi będą objaśniać mu wszystko, co jest dla niego trudne i niejasne w nowym środowisku. To oni też będą w największym stopniu kształtować stosunek emocjonalny dziecka do przedszkola.

Dla wielu dzieci pierwsze kontakty z przedszkolem są źródłem przykrych napięć i strachu przed nowym, nieznanym otoczeniem. Małe dziecko może rozwijać swoje indywidualne możliwości oraz nawiązywać kontakty społeczne tylko wtedy, gdy ma zapewnione poczucie bezpieczeństwa. Owo poczucie bezpieczeństwa można kształtować poprzez stopniowe osvajanie i poznawanie nowego otoczenia. Połowa sukcesu w adaptacji malucha do przedszkola to przekonanie rodziców, że przedszkole jest najlepszym środowiskiem stymulującym jego rozwój. Jeśli rodzice są o tym przekonani to potrafią spowodować, że maluch zapragnie bawić się z dziećmi w przytulnym i kolorowym przedszkolu. Warto wcześniej obejrzeć przedszkole i poznać panią nauczycielkę.

Przebieg procesu adaptacji zależy od ogólnego poziomu rozwoju

psychoruchowego dziecka i ma charakter indywidualny. Łagodny start w środowisko przedszkolne może m.in. zapewnić opanowanie umiejętności samoobsługowych. Poziom opanowania tych umiejętności ma bowiem wpływ na poczucie bezpieczeństwa i niezależności dziecka.

Przedszkole oczekuje, iż dziecko 3-letnie powinno mieć opanowane następujące czynności samoobsługowe:

- samodzielne jedzenie łyżką,
- mycie rąk,
- samodzielne korzystanie z toalety,
- zdejmowanie i ubieranie podstawowych części garderoby,
- rozpoznawanie swoich rzeczy,
- czyszczenie nosa,
- znajomość swojego imienia i nazwiska.

Przeciętny rozwój dziecka umożliwia w pełni opanowanie tych umiejętności. Jednak dzieci przychodzące do przedszkola często różnią się pod względem dojrzałości przedszkolnej, co wynika w dużej mierze z systemu wychowawczego w rodzinie. Dlatego też do realizacji powyższych wymagań i kształtowania umiejętności konieczna jest ścisła współpraca pomiędzy środowiskiem rodzinnym i przedszkolnym.

Pierwszy krok dziecka w samodzielność często bywa trudny. Zatem musimy zrobić wszystko aby ułatwić dziecku przedszkolny start i dobrze przygotować do czekających je zadań.

Jak można ułatwić dziecku start w przedszkolu – rady dla rodziców

- postaraj się w początkowym okresie, odbierać dziecko wcześniej (małe dziecko ma inne poczucie czasu i okres przebywania poza domem wydaje mu się bardzo długi),
- nie mów dziecku, że przyjdiesz po nie wcześniej, kiedy jest to niemożliwe (w ten sposób stracisz jego zaufanie i zmniejszysz jego poczucie bezpieczeństwa),
- nigdy nie strasz dziecka przedszkolem, przeciwnie staraj się podkreślać jego dobre strony,
- przyzwyczajaj swoją pociechę do urozmaiconych potraw, skończ z rozdrabnianiem pokarmów (trzylatek może już swobodnie gryźć pokarm),
- wdrażaj dziecko do przestrzegania umów i zasad,

- sprawdź , czy twoje dziecko potrafi samodzielnie wykonać proste czynności – samemu załatwiać potrzeby fizjologiczne, myć ręce, ubierać się. Jeśli ma problemy poćwiczcie razem i chwal je za każdy nawet najmniejszy sukces,
- odzwyczajaj dziecko od smoczków, pampersów, nocnika,
- pozwól dziecku uczestniczyć w przygotowaniach do przedszkola (wspólne zakupy), daj możliwość przyzwyczajania się do tych rzeczy w domu, aby w przedszkolu to wszystko nie było takie nowe, a już znajome i zarazem łatwe do rozpoznania,
- jeśli dziecko miało mało kontaktów z rówieśnikami i innymi dziećmi nadrabiaj to teraz – zaproś do domu znajome dzieci lub wybierzcie się na plac zabaw (postaraj się nie wtrącać się do ich zabawy).

RADY NA PIERWSZE DNI W PRZEDSZKOLU

- stosuj w przedszkolu krótkie pożegnania,
- nie okazuj dziecku własnych rozterek zostawiając je w przedszkolu, (przekazujesz im wtedy swoje lęki),
- przygotuj dla dziecka wygodny strój do samodzielnego ubierania, który można pobrudzić,
- nie wyręczaj dziecka nawet gdyby wykonywało określone czynności niezdarnie,
- nie zmuszaj dziecka do tego, by zawsze od razu opowiadało o tym, co wydarzyło się w przedszkolu. To powoduje niepotrzebny stres, poczekaj aż samo zacznie mówić,
- nie pytaj dziecka, co i ile zjadło, ale w co i z kim się bawiło,
- jeśli dziecko przy pożegnaniu z mamą płacze, postarajcie się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata (rozstanie z nim jest często mniej bolesne),
- staraj się w miarę możliwości skracać czas pobytu małego dziecka w przedszkolu do 4-5 godzin (gdy dziecko już się przyzwyczai, możesz go wydłużyć),
- pozostaw w szafce w szatni dodatkowe ubrania, uprzedź dziecko, że gdy pobrudzi lub zmoczy ubranie, może przebrać się w czyste. Jeśli dziecko zabrudzi ubranie nie miej do niego pretensji i staraj się nie krytykować dziecka,
- pozwól zabrać do przedszkola ulubioną zabawkę – przytulankę, to często daje dziecku poczucie bezpieczeństwa, przypomina dom,
- w rozmowach o przedszkolu staraj się podkreślać jego dobre strony, ale nie odbieraj dziecku prawa do własnej oceny życia przedszkolnego. Dobrze jest pozwolić dziecku się wyzalić, wysłuchać jego relacji, podtrzymać je na duchu. Warto też rozpoznać trudne sytuacje i podkreślać, że podczas nieobecności mamy dziecko powinno szukać pomocy u swojej pani wychowawczyni
- postaraj się nawiązać dobry kontakt i stała współpracę z nauczycielkami danej grupy. Warto dowiadywać się o różne sprawy dotyczące pobytu dziecka w przedszkolu.

Akceptacja przez dziecko nowej rzeczywistości przedszkolnej zależy w pewnej mierze od akceptacji i pozytywnego nastawienia rodziców. Jeśli rodzice

akceptują wychowawców, ich metody pracy i samo przedszkole, to zwiększa się akceptacja nowej sytuacji przez dziecko.

Adaptacja ma olbrzymie znaczenie, ponieważ jest to mechanizm, z którego korzystamy przez całe życie. Każde dziecko ma indywidualną drogę rozwojową, każde musi przejść przez okres adaptacji w nowym środowisku.

To od nas, dorosłych w dużej mierze zależy, jak długo on będzie trwał. Wszyscy chcemy, aby wychowywane przez nas dzieci były radosne i wesole, mądre i dobre, kochane i kochające. Pragniemy, aby „wystartowały” w życie z możliwie pełnym powodzeniem, dlatego też tak bardzo ważna jest współpraca rodziców z nauczycielem w życzliwej i pełnej wzajemnego zaufania atmosferze. Mamy więc nadzieję, że z Państwa pomocą uda nam się taką atmosferę stworzyć dla dobra przyszłych przedszkolaków.