

## PIERWSZE KROKI W PRZEDSZKOLU- KILKA RAD DLA RODZICÓW

**Adaptacja** polega na przystosowaniu się jednostki lub grupy do funkcjonowania w zmienionym środowisku społecznym. Dla małego dziecka takim środowiskiem jest przedszkole. Moment pójścia do przedszkola jest bardzo ważnym wydarzeniem, wręcz przełomowym w jego życiu społecznym. Dla wielu dzieci oznacza on pierwsze kontakty z dużą grupą, których jakość jest znacząca dla rozwoju i późniejszego funkcjonowania w różnych środowiskach, w myśl poglądów o utrwalaniu się zachowań i roli doświadczeń wyniesionych z wczesnego dzieciństwa.

Wrzesień jawi się często rodzicom trzylatków w czarnych barwach. Rodzice z niepokojem myślą o pierwszych dniach swojego dziecka w przedszkolu. To wielkie przeżycie dla całej rodziny nie musi być jednak przeżyciem traumatycznym.

Trzeba pogodzić się z myślą, że oderwanie dziecka od domu (szczególnie jeśli przez trzy lata zajmowała się nim mama) nie będzie dla niego przyjemnym przeżyciem. Warto mieć świadomość tego, co może przeżywać dziecko, po to, aby mu pomóc. Tak naprawdę wszystkie te złe odczucia są naturalną obroną trzylatka przed tym co nowe, nieznanne i można je złagodzić lub całkowicie wyeliminować przez odpowiednie działania wychowawcze.

Część dzieci przystosowuje się dość szybko, inne natomiast bardzo przeżywają rozstanie z najbliższymi, pomimo wszelkich umów i zapewnień ze strony mamy czy taty.

Nie mniej przykre uczucia towarzyszą rodzicom rozstającym się ze swoimi pociechami. Często to oni bardziej przeżywają rozłąkę. Pomimo, że na jednym biegunie pojawia się niepokój, strach, lęk, niepewność, poczucie winy, żal, na przeciwnym rodzi się nadzieja na rozwój dziecka w grupie, na poznanie innych poglądów na wychowanie oraz różnych form pracy z dzieckiem, czego rezultatem będzie efektywniejsze przygotowanie do szkoły.

Rodzice dzieci trzyletnich lub starszych idących po raz pierwszy do przedszkola muszą odpowiedzieć sobie na pytanie „*Czego tak*

*naprawdę obawiam się w związku z przedszkolem*". Jest to bardzo ważne, ponieważ podświadomie przekazujemy dziecku lęk i niepokój.

Oto kilka obaw wystraszonych rodziców, które tak naprawdę od lat są niezmiennie (tak jak ponadczasowa i niezmienna jest rodzicielska miłość i troska o dziecko).

- Kto przytuli dziecko, kiedy będzie płakało?
- Kto pomoże mu jeść?
- Jak dziecko poradzi sobie w łazience?
- Czy dziecko będzie umiało bawić się z innymi dziećmi?
- Czy pani go polubi?
- Czy pani nie będzie na niego krzyczała?
- Czy dziecko będzie zmuszane do spania?

Ważne jest przede wszystkim wzajemne zaufanie pomiędzy rodzicami, a osobami opiekującymi się dziećmi podczas pobytu w przedszkolu tj. nauczycielami, pomocą nauczyciela i woźną. Nauczycielki mają przygotowanie pedagogiczne i psychologiczne, mają wcześniejsze doświadczenia w pracy z małymi dziećmi i potrzebne jest zawierzenie rodziców i umożliwienie im przeprowadzenia dzieci przez trudny dla nich czas ich adaptacji do społeczności przedszkolnej.

## ADAPTACJĘ UŁATWIA :

- racjonalne podjęcie decyzji
- pozytywne nastawienie do przedszkola
- zaufanie do personelu
- wcześniejsze stworzenie okazji przebywania z innymi dorosłymi
- umożliwienie kontaktów z innymi dziećmi
- usamodzielnienie dziecka
- akceptacja dziecka, zrozumienie jego stresu, wspieranie go
- okazywanie spokoju, poczucia bezpieczeństwa podczas rozstania
- wspólne spędzanie czasu po odebraniu go z przedszkola
- ujednoczenie rytmu dnia w przedszkolu i w domu.

## ADAPTACJĘ UTRUDNIA :

- niepewność decyzji
- brak zaufania do przedszkola
- podejrzliwość wobec personelu
- wyrzuty sumienia, niepokój, lęk
- brak doświadczeń społecznych w kontaktach z innymi dorosłymi i dziećmi
- nadopiekuńczość, wyręczanie dziecka w czynnościach związanych z samoobsługą
- straszenie dzieci
- brak czasu dla dziecka
- brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka, odrzucenie.

Ważne jest, aby dla trzylatków przedszkole szybko stało się miejscem gdzie będą czuły się bezpiecznie i do którego będą chcieli przychodzić. W Naszym Przedszkolu każdego dnia będzie się coś ciekawego działo- pani przygotowuje atrakcyjne zajęcia i ciekawe zabawy, a dzieci spotykać się będą z życzliwością, zrozumieniem i szacunkiem.

## **RADY DLA RODZICÓW**

Nie przeciągaj pożegnania w szatni, pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź;

Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu, jeśli zrobisz to, choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.

Nie obiecuj „, jeśli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz”, kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezencik, ale nie może to być forma przekupywania .

Kontroluj to, co mówisz. Zamiast „już możemy wracać do domu” powiedz... „**Teraz możemy iść do domu**”. To niby niewielka różnica a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.

Nie wymuszaj na dziecku , żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres .

Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze , postaraj się żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tato, rozstania z tatą są mniej bolesne.

Pamiętaj, żegnaj i witaj swoje dziecko zawsze uśmiechem.☺

*Na podstawie:*

Gruszczyk - Kolczyńska E. *Płaczę i rozpaczam, gdy muszę iść do przedszkola* „Wychowanie w przedszkolu” 2/1998

Gruszczyk - Kolczyńska E., Zielińska E. „Wspomaganie rozwoju trzylatka”

Lubowiecka J. *Trudności dziecka w przystosowaniu się do przedszkola* „Wychowanie w przedszkolu” 6/2001

Przetacznikowa M. *Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży*

I innych notatek własnych zebrała i opracowała **Agnieszka Kanach**