

ADAPTACJA MALUCHA W PRZEDSZKOLU

Postawa rodziców ma decydujące znaczenie dla pozytywnego przebiegu adaptacji dziecka do przedszkola. Jeśli rodzice sami mają wątpliwości czy podjęli słuszną decyzję, maluch natychmiast to wyczuje i będzie jeszcze bardziej niepewny. Najlepszym wsparciem dla dziecka są stanowczość, zdecydowanie i wiara rodziców w to, że maluch „pomimo.....” sobie poradzi.

RODZICU:

- Daj maluchowi do przedszkola jego ulubioną przytulankę – będzie ona mu się kojarzyć z domem i Tobą;
- Nie przedłużaj pożegnań i nawet jeśli w sercu Cię „ściska” bądź opanowany, Twój niepokój natychmiast udzieli się dziecku i spotęguje dramatyzm sytuacji;
- Doświadczenie uczy, że tatusiowie są bardziej stanowczy i że to oni powinni w pierwszych dniach odprowadzać maluchy do przedszkola;
- Jeśli dziecko płacze przy rozstaniu nigdy go nie zawstydzaj – przyjmij jego emocje (np. powiedz- wyobrażam sobie jak ci jest smutno) ale nie roztkliwaj siebie i jego;
- Na początku odbieraj malucha np. po obiedzie – nie przedłużaj jednak w nieskończoność tego etapu, zwłaszcza gdy długi pobyt dziecka w przedszkolu będzie nieunikniony;
- Nie wymykaj się ukradkiem z sali, gdy dziecko zajmuje się zabawą, Twoje nagłe zniknięcie nasili jego lęk;
- Zapewnij malucha, że po niego wrócisz, ale nie mów „niedługo” (dla trzylatka brzmi to prawie jak nigdy), powiedz np. że przyjdiesz zaraz po podwieczorku (obiedzie) i nie spóźnij się – w dziecku musi ugruntować się przekonanie, że rodzice zawsze po nie przyjdą i że nie odchodzą na zawsze;
- Poproś wychowawczynię, by nie zmuszały do jedzenia – to jeden z najgorszych przedszkolnych stresów;
- Nie rozprawiaj w pierwszych dniach o wątpliwościach dotyczących nowego przedszkola, nie krytykuj wychowawczynie i nie doszukuj się niedociągnięć, nie narzekaj na inne dzieci – to się udziela dziecku i wzmacnia w nim niechęć lub lęk;
- Rozmawiaj z dzieckiem na temat minionego dnia, ale nie bądź zbyt natarczywy;
- Już od pierwszych dni zauważaj najmniejsze sukcesy dziecka, a ewentualne porażki staraj się traktować jako coś naturalnego;
- Nie idealizuj przedszkola nim dziecko do niego pójdzie, bo może się rozczarować – każda nowa sytuacja niesie ze sobą miłe i mniej sympatyczne niespodzianki.

Uczucia takie jak smutek, tęsknota, lęk, niepokój czy rozżalenie w początkowej fazie adaptacji do przedszkola są zupełnie naturalne i u dzieci i u rodziców – trzeba dziecku wytłumaczyć, że może być mu smutno i źle, że może tęsknić, trzeba pozwolić się mu wypłakać i wyzalić (Ty też możesz o swoich emocjach związanych z tą sytuacją porozmawiać z kimś bliskim).

U większości dzieci adaptacja trwa od kilku tygodni do kilku miesięcy. Niektóre maluchy reagują z opóźnieniem – płaczą nawet po 3 tygodniach pobytu w przedszkolu.

Doświadczenia zdobyte w trakcie adaptacji do przedszkola paradoksalnie bardzo uodparniają dzieci w sensie emocjonalnym, wzmacniają ich wiarę w siebie i otwierają na świat.

Opracowała: Agnieszka Łykowska- Wójcik