Moje dziecko uczy się roli Przedszkolaka

ADAPTACJĘ DZIECKA

ułatwia:

- pozytywne myślenie o placówce (zaufanie do personelu),
- poznanie placówki przez dziecko,
- wcześniejsze dostarczanie dziecku doświadczeń przebywania z innymi dorosłymi, bycia bez mamy,
- umożliwienie kontaktów z innymi dziećmi,
- usamodzielnienie dziecka,
- stopniowe przyzwyczajanie dziecka do przedszkola,
- akceptacja dziecka i zrozumienie jego stresu, wspieranie go,
- okazywanie spokoju i racjonalnej decyzji w czasie rozstania,
- czas na bycie z dzieckiem po odebraniu go z przedszkola,

utrudnia:

- brak zaufania do placówki (podejrzliwość wobec personelu),
- wyrzuty sumienia, niepokój, lęk z powodu pozostawienia dziecka w przedszkolu,
- nieznajomość placówki,
- brak doświadczeń społecznych dziecka w kontaktach z innymi dorosłymi i dziećmi,
- nadopiekuńczość, wyręczanie dziecka w czynnościach związanych z samoobsługą,
- „rzucanie na głęboką wodę" – pełen wymiar godzin,
- pośpiech zdenerwowanie, brak czasu dla dziecka, brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka, obrażanie się na dziecko, odrzucenie

Jak pomóc dziecku?

- Upewnij się, że przed wyjściem do przedszkola dziecko ma dostatecznie dużo czasu by się obudzić. Nie wybiegaj z domu w pospiechu bez czułych i ciepłych uścisków.

- Niech dziecko weźmie mały „kawałek domu" ze sobą. Jeżeli dziecko nie bardzo chce dać się pobawić daną zabawką innym dzieciom, powiedz mu by ją zostawiło w szatni.

- Zamiast namawiać malca w drodze do przedszkola: „Nie będziesz dzisiaj płakać dobrze?", poprowadź rozmowę na przedszkolne tory. Zapytaj z kim lubi się bawić, co będzie na obiadek, kto na niego czeka w szatni lub w sali?

- Uśmiechaj się. Jeżeli dziecko dostrzega twoje wahanie, będzie niepewne przebywając w przedszkolu.

- Pożegnaj się krótko i słodko. Jeżeli dziecko szybko uspokaja się po rozstaniu z tobą nie należy przedłużać pożegnania. Im szybciej „znikniesz" tym szybciej malec rozpocznie swój dzień w przedszkolu.

- Jeżeli rozstania są bardzo trudne poproś kogoś innego o odprowadzenie dziecka do przedszkola – babcię, innych krewnych, przyjaciółkę.

- Dziecko musi ufać rodzicom. Wszelkie obietnice należy spełniać, umowy dotrzymywać (np. Odbierze cię tatuś po obiadku), nie uciekać bez pożegnania, nie okłamywać dziecka (np. Mamusia idzie tylko po zakupy i zaraz przyjdzie).

- Odbieraj dziecko punktualnie w porze, o której mówiłeś dziecku, że je odbierzesz. Nie przypominaj porannej sceny. Porozmawiaj o tym co robiło w przedszkolu i o tym co go czeka w domu.
- Jeżeli to możliwe w pierwszych dniach pobyt dziecka powinien być krótki, stopniowo z dnia na dzień wydłużany.

Pamiętaj, że niepokój z powodu rozstań nie będzie trwał wiecznie. Dziecko potrzebuje tylko czasu, cierpliwości i bezwarunkowej miłości, by pokonać kolejny etap swego rozwoju i stać się bardziej dojrzałe.

Przejściowe problemy:

- **Wzbranianie się przed rozmową rodzicami lub wychowawcą**
  Dzieci nie chcą opowiadać o tym, co wydarzyło się w przedszkolu. Należy zaakceptować fakt, że dziecko ma teraz swoje własne życie. Ważne jednak jest sygnalizowanie gotowości do wysłuchania dziecka.
- **Kłopoty z toaletą**
  Nikogo nie powinien dziwić fakt, ze dziecko 3 letnie w porę nie sygnalizuje swoich potrzeb fizjologicznych. Nie należy z tego powodu robić sensacji. Presja w niczym nie pomoże. Warto jednak wyposażyć dziecko w ubranka na zmianę.
- **Dziecko nie włącza się do zabawy**
  Potrzebuje ono czasu, by zbadać otoczenie, oczekiwania wobec siebie, by nabrać pewności siebie i wiary we własne siły. Na początku nie należy oczekiwać zbyt wiele.

Warto poćwiczyć z dziećmi:

Wykorzystaj nadarzającą się w domu okazję by uczyć dziecko współpracy. Na zmianę bawcie się tą samą lalką, układajcie tą samą układankę, wspólnie przygotowujcie posiłki, róbcie pranie (np. dziecko podaje ci mokrą bieliznę, ty ją rozwieszasz) itp.

- Jeżeli do tej pory malec nie uczestniczył w żadnych pracach domowych, czas wprowadzić pewne obowiązki: układanie zabawek, sprzątanie stołu po zabawie w rysowanie, malowanie, lub po posiłku, układanie swoich ubrań na krzesełku.
- Ćwicz z dzieckiem słuchanie poleceń. Wymyśl zabawę składającą się z poleceń (np. Podnieś szczotkę do włosów, uczesz sobie grzywkę, podaj mi kubek, okręć się dookoła a potem podskocz itp.).
- Przygotuj dziecko do podejmowania decyzji. Stawiaj je często w sytuacji wyboru (np. Czy chcesz się bawić klockami czy układanką? Chcesz ubrać zielony czy niebieski sweter?)
- Ułatwiaj dziecku kontakty z innymi dziećmi.
- Ćwicz z dzieckiem czynności samoobsługowe: zdejmowanie i podciąganie majtek, korzystanie z papieru toaletowego, mycie rąk mydłem i wycieranie ręcznikiem, samodzielne jedzenie, ubieranie i rozbieranie się (przynajmniej podejmowanie prób).
- Wdrażaj dziecko do przestrzegania umów i zasad i bądź w tym wytrwały