

ADAPTACJA DO PRZEDSZKOLA



Rozpoczęcie edukacji przedszkolnej to przełomowy moment w życiu dziecka, to również czas próby dla wszystkich dorosłych zaangażowanych w ten proces. Jak się przygotować do niego w sposób najlepszy dla dziecka?

RODZICU! OTO KILKA RAD DLA CIEBIE

OSWAJAJ Z ROZSTANIEM. Przyzwyczajaj maluszka do przebywania pod opieką mniej znanych mu dorosłych, aby przedszkole nie kojarzyło mu się z pierwszym rozstaniem na dłuższy czas. Pozwól na nawiązywanie swobodnych kontaktów z rówieśnikami.

ZAINTERESUJ MALUCHA PRZEDSZKOLEM. Rozbudź w dziecku ciekawość przed nowym wyzwaniem. Wypowiadaj się o przedszkolu pozytywnie, ale nie gloryfikuj. Odwołaj się do własnych miłych wspomnień z tego okresu. Wyjaśnij, dlaczego trzeba pójść do przedszkola. Czytajcie wspólnie bajki i opowiadania tematycznie związane z przedszkolem.

UCZ SAMODZIELNOŚCI. Doskonal umiejętności samoobsługowe maluszka. Razem przygotujcie wyprawkę przedszkolną – zapakujcie worek z ubraniami na zmianę w przypadku pobrudzenia lub zmożenia odzieży. Dopilnuj, by strój zakładany do przedszkola był wygodny, łatwy do założenia przez dziecko. Obuwie zmienne na gumowej podeszwie, podpisane.

OKAŻ SPOKÓJ. Silne nerwy udzielą się dziecku w momencie pożegnania. Twoja pewność siebie przekona je, że nie dzieje się nic złego. Okazuj pozytywne uczucia. Wahanie i zdenerwowanie potęgują smutek i lży maluszka.

MÓW PRAWDĘ. Szczerze poinformuj dziecko, kto i kiedy odbierze je z przedszkola. Obietnice bez pokrycia rozczarują dziecko i podważą zaufanie do ciebie. Stosuj zrozumiałe dla malucha odnośniki: *Przyjdę po obiedzie, po leżakowaniu.*

SKRACAJ ROZSTANIE. Żegnaj się z dzieckiem jak najkrócej. Okaż mu czułość, powiedz, że też będziesz tęsknić, ale nie przedłużaj tego momentu. Nie ulegaj pokusie zawrócenia.

MYŚL POZYTYWNIE. Potraktuj rozłąkę jako coś naturalnego i chwilowego. Powiedz dziecku, co będziesz robić, gdy ono będzie bawiło się z rówieśnikami. Opuszczając przedszkole pomyśl, że zostawiasz swoją pociechę pod profesjonalną opieką. Wypełnij dzień

swoimi sprawami. Pamiętaj, że okres adaptacji minie. Bądź zatem cierpliwy i nie rezygnuj po pierwszych niepowodzeniach.

PO PRZEDSZKOLU WYCISZ EMOCJE DZIECKA. Przygotuj się na skrajne emocje witającego cię dziecka. Daj mu czas na ochłonięcie. Powitaj je z radością, ale bez nadmiernych wzruszeń. Bez natarczywości pytaj o wrażenia z przedszkola. Chwile po przedszkolu wykorzystajcie na spacer, wspólną zabawę.

ZAUF AJ NAUCZYCIELOM. Przekaż przyszłym opiekunom wszelkie niezbędne informacje o potrzebach malucha. Pomóż im stworzyć komfortowe warunki do adaptacji dla twojego dziecka.

WSPÓLDZIAŁAJ. Szybka adaptacja to wspólny cel rodziny i przedszkola. Utwierdź dziecko w przekonaniu, że zawsze może liczyć na pomoc osób opiekujących się nim. Postaraj się przyjąć proponowane przez specjalistów rozwiązania i postawy. Informuj nauczyciela o problemach.

ZACHOWAJ STAŁY RYTM DNIA. Przyprawdziej i odbieraj dziecko o stałych godzinach.

Drodzy Rodzice, mamy jeszcze wakacje. Jest to doskonały czas, by ćwiczyć te umiejętności , które ułatwią maluchom adaptację.

Do zobaczenia! Uszy do góry!

Źródło: Marta Jelonek, Adaptacja do przedszkola. W poszukiwaniu przepisu na sukces, [w:] Bliżej Przedszkola, nr5.248/2022, s. 6-10.