



Do przedszkola z uśmiechem

Adaptacja to reakcja przystosowawcza organizmu do zachodzących zmian. W prawidłowym rozwoju małego dziecka, przedszkolny debiut odgrywa bardzo ważną rolę. Wpływa na rozwój psychofizyczny w innych okresach życia. Pójście do przedszkola jest zarówno stresujące dla dziecka jaki i ich rodziców. Należy więc bardzo solidnie przygotować się do nowej sytuacji.

- Zaspokajaj dziecku potrzeby: fizjologiczne bezpieczeństwa, przynależności, miłości szacunku i uznania. Ma to bowiem ogromny wpływ na wzrost poczucia bezpieczeństwa w przedszkolu.
- Przyzwyczaj swojego malucha do obecności innych osób dorosłych jak i dzieci. Pozwala to na szybszą adaptację w środowisku przedszkolnym, wpłynie na wzrost doświadczeń dziecka i ułatwi mu przejście kryzysu adaptacyjnego.
- Staraj się jak najmniej ukazywać swoje uczucia dziecku. Twoje zdenerwowanie, płacz czy nieufność wobec placówki i nauczycieli - dziecko w doskonały sposób to odczyta. Będzie to dla niego informacja iż przedszkole to miejsce którego trzeba się bać, a skoro boi się mama i tata to znaczy że i ja muszę się bać.
- Postaraj się aby poranki były bardzo zorganizowane, unikaj pośpiechu.
- Tak zorganizuj czas żeby dojazd autem do przedszkola lub spacer odbywały się w spokoju.
- Zaplanuj czas tak abyś mógł poświęcić czas dziecku na powolne przebranie się w szatni.
- W szatni żegnaj się czule ale szybko, jest to trudne, ale postaraj się uodpornić na łzy dziecka.
- Dotrzymuj obietnic, mów prawdę. Jeżeli obiecałeś że przyjdiesz po dziecko wcześniej -Zrób to! Maluch cały dzień będzie czekał na Twój powrót. Nie spraw aby czuł się oszukany. Stabilność i ustalenie zasad wpłynie na wzrost poczucia bezpieczeństwa w przedszkolu.
- Rozmawiaj z dzieckiem o swoich doświadczeniach z przedszkolem. Bazuj na pozytywnych wspomnieniach. Włącz w rozmowę inne dzieci i dorosłych.
- Usamodzielniaj dziecko w domu, nie wyręczając we wszystkim, daj czas na umycie się, ubranie, zjedzenie posiłku itd. - jeśli stwarza się im odpowiednie do tego warunki - one naprawdę wiele potrafią zrobić same, a samodzielne dzieci czują się bezpiecznie.
- Rozmawiaj w domu o przedszkolu mów jak jest przyjemnie, jak miłe są panie nauczycielki, opowiadaj jakie ciekawe i fascynujące rzeczy można robić w tym miejscu.
- Nigdy nie porównuj dziecka to rodzeństwa lub do innego dziecka, każdy jest inny i może zachowywać się inaczej, proces adaptacyjny może przebiegać w inny sposób.
- Chwal dziecko, mów o jego osiągnięciach w przedszkolu(pięknie zjadłeś obiadek, byłeś bardzo dzielny, super rysowałeś bawiłeś się z dziećmi, śpiewałeś itp.).
- Rozmawiaj z nauczycielami przekazuj informacje o swoim dziecku, to pozwoli szybciej poznać jego mocne strony, w ten sposób dziecko sprawniej się odnajdzie w nowym środowisku.
- W sytuacjach wychowawczych(kiedy źle się zachowuje) nie należy straszyć dziecko pójściem do przedszkola, ponieważ może do wytworzyć lęk, który nawet na długie miesiące może utrudnić rozstanie z rodzicem.