

NIEZBĘDNIK ŚWIADOMEGO RODZICA

Trzylatek w przedszkolu

Jak pomóc dziecku zaadaptować się w nowym środowisku?

Osiągnięcie trzeciego roku życia jest zarówno dla dzieci, jak i ich rodziców momentem przełomowym. Rodzice stają przed dylematem, czy to dobry czas, aby maluch został przedszkolakiem. Często w podjęciu decyzji pomaga coraz większa świadomość rodziców dotycząca wpływu przedszkola na rozwój psychofizyczny dziecka; dziecko, które chodzi do przedszkola szybciej staje się samodzielne, uczy się współpracy w grupie, przebywając w grupie rówieśniczej ma możliwość nawiązywania i podtrzymywania nowych relacji społecznych.

Często, zarówno dla rodziców, jak i dla dzieci, pobyt w przedszkolu jest pierwszym dłuższym rozstaniem. Lęk rodziców, co do tego, czy dziecko sobie poradzi w nowym środowisku jest naturalny. Kiedy jednak dziecko czuje, że rodzic się boi, zaczyna narastać w nim napięcie i automatycznie nowe miejsce zaczyna kojarzyć z czymś, czego należy się bać. Zadaniem rodzica jest dawanie takich komunikatów i wysyłanie takich sygnałów dziecku, aby przedszkole jeszcze przed okresem adaptacyjnym kojarzyło mu się z przyjemnym i miłym miejscem.

Jak pomóc dziecku zaadaptować się w nowym środowisku?

Udana adaptacja do grupy przedszkolnej ma istotne znaczenie dla dalszego rozwoju dziecka. Dzięki odpowiedniemu przygotowaniu można w istotny sposób ułatwić dziecku wejście w świat przedszkola.

Dobre rady dla rodziców:

1. **Uczymy dziecko samodzielności** - dziecko, które będzie (w miarę możliwości!) samodzielne w zakresie korzystania z toalety, jedzenia, ubierania się/rozbierania lub będzie potrafiło zgłosić swoje aktualne potrzeby nauczycielowi, w nowym miejscu będzie czuło się bezpieczniej;
2. **Odpowiednio wcześnie zaczynamy z dzieckiem rozmawiać** i opowiadać o przedszkolu; nie wolno straszyć dziecka przedszkolem!;
3. Wybieramy się na spacer, aby **pokazać dziecku budynek przedszkola**, ogród przedszkolny, plac zabaw;

4. W okresie poprzedzającym pójście do przedszkola, ważne jest, aby **dziecko miało kontakt z dziećmi** - często wybieramy się na plac zabaw, spotykamy się z kuzynami/kuzynkami, przyjaciółmi, którzy mają dzieci w zbliżonym wieku;
5. **Wspólnie kompletujemy niezbędną wyprawkę** (niech dziecko samo wybierze trampki, worek do szatni, piórniki, itp.);
6. **Opowiadamy dziecku o naszym przedszkolu** - wspominamy ulubioną koleżankę/kolegę, ulubioną zabawkę, wspólne spacerunki, przedstawienia;
7. **Wzmacniamy poczucie własnej wartości dziecka** - mówimy o miłości, o swojej radości, chwalimy dziecko za małe osiągnięcia, zwracamy się do dziecka z szacunkiem, razem rozwiązujemy problemy i uczymy tej umiejętności dziecko;
8. **Zawsze dotrzymujemy słowa danego dziecku** – maluch nie zna się na zegarku, ale jest mocno wyczułone na kontrolę czasu. Mówimy dziecku, że będziemy po obiedzie, po podwieczorku i zawsze dotrzymujemy danego słowa. W ten sposób dziecko nie straci poczucia bezpieczeństwa;
9. **Pożegnanie w szatni powinno odbywać się z uśmiechem**, bez łez i smutnych spojrzeń, bez zbędnego przedłużania samego momentu rozstania. Pożegnanie powinno być krótkie: uśmiech, buziak i pa-pa;
10. **Wspieraj dziecko w trudnym dla niego procesie adaptacji** - po przedszkolu dużo czasu spędzajcie razem na zabawach, grach, wspólnym gotowaniu, itd. Jeśli dziecko nie chce, nie zmuszaj, aby opowiadało o przedszkolu.

A gdy czasami nie wiemy, jak postąpić, pomyślmy przez chwilę, jak my poczulibyśmy się w danej sytuacji, będąc dzieckiem.

Opracowała:
Małgorzata Walaszczyk-Golec