

CZAS ADAPTACJI W PRZEDSZKOLU

SPRAWDZONE RADY I WSKAZÓWKI

1. Raz podjęta decyzja powinna być konsekwentnie realizowana. Rodzice muszą być przekonani, że pójście dziecka do przedszkola jest decyzją najlepszą zarówno dla nich, jak i niego. Jeżeli chcemy, aby dziecko przyjęło naszą decyzję z ufnością, bezwzględnie nie możemy okazać mu naszego wahania i wątpliwości. Na pewno trzeba dziecko oswoić z myślą pójścia do przedszkola i cierpliwie tłumaczyć: Mama chodzi do pracy. Tatuś też chodzi do pracy. Siostra chodzi do szkoły, a brat do żłobka. W domu nikogo nie ma i dlatego ty musisz chodzić do przedszkola.
2. Nastaw dziecko pozytywnie. Opowiadając dziecku o przedszkolu, mów tylko pozytywnie (szczególnie akcentując słowo „przedszkole”), np.: W przedszkolu jest dużo dzieci, które się bawią kolorowymi zabawkami. Pani ogląda z dziećmi książeczki, czyta wierszyki, buduje z klocków wieże i garaże dla samochodów. W przedszkolu jest bardzo wesoło i przyjemnie, dlatego wszystkie dzieci lubią chodzić do przedszkola i ty też tam będziesz chodził. Dobrze jest też powiedzieć dziecku, kto będzie je zaprowadzał do przedszkola, a kto odbierał. Ważne, by zawsze trzymać się ustalonego porządku.
3. Naucz dziecko samodzielności. Pierwsze dni pobytu dziecka w przedszkolu to duży stres, który narasta w przypadku gdy dziecko jest mało samodzielne. Aby ten stres choć trochę zminimalizować, należy wcześniej zadbać, by dziecko (na miarę swoich możliwości) radziło sobie w takich sytuacjach jak: zgłaszanie potrzeb fizjologicznych, samoobsługa w toalecie (wycieranie pupy, podciąganie majtek, spuszczenie wody), ubieranie się i rozbieranie w sali (szatni), a także siedzenie podczas posiłku przy stole, trzymanie łyżki i jedzenie. Te czynności są do opanowania przez małe dziecko, o ile tylko pozwoli mu się je w domu wykonywać samodzielnie.
4. Nie wprowadzaj atmosfery pośpiechu, tylko czule, ale stanowczo pożegnaj się z dzieckiem. Nie jest wskazane przyprowadzanie dziecka do przedszkola w ostatniej chwili, gdyż pośpiech podczas rozbierania i zniecierpliwienie temu towarzyszące wprowadzają dziecko w stan niepokoju i pobudzenia. Pożegnanie z dzieckiem powinno być czule, ale krótkie. Dobrze jest powiedzieć: Przyjdę po ciebie po leżakowaniu... Jak zjesz podwieczorek, będę na ciebie czekała w szatni... Takie informacje są dla dziecka zrozumiałe, bo wie, że jak zje obiad, wstanie z leżaka, to mama będzie na niego czekała. Bardzo ważne jest dotrzymywanie słowa. Daje ono dzieciom poczucie bezpieczeństwa i zarazem pewność, że rodzic przyjdzie.
5. Poświęć dziecku więcej czasu niż zwykle. Pierwsze dni pobytu dziecka w przedszkolu to trudny okres dla rodziców i dzieci. Trzymając na kolanach, zapytać: Co robiłaś dzisiaj w przedszkolu? Z kim się bawiłaś? Jak ma na imię twój nowy kolega? Nie należy natomiast zadawać pytań typu: Co dzisiaj jadłaś na obiad? Zjadłaś wszystko, co pani ci nałożyła? Czy pani cię karmiła? Dlaczego wszystkiego nie zjadłaś? itd. Odpowiedzi na te pytania są ważne, ale tylko dla rodziców, nie dla dziecka. Na te pytania rzetelnie odpowie nauczycielka. W rozmowie z dzieckiem należy położyć nacisk na jego samopoczucie w przedszkolu, relacje z kolegami, podejmowane zabawy oraz na zaradność życiową.
6. Pluszowa zabawka pomoże przetrwać trudny czas. Dziecku łatwiej będzie przeżyć rozstanie z rodzicem i chętniej wejdzie do sali zabaw, trzymając pod pachą swojego pluszaka. Należy jednak pamiętać, żeby nie wsuwać do kieszonki dziecka malutkiej zabaweczki, którą łatwo zgubić, np. z jajka niespodzianki, bo to wywoła nową falę rozpacz.
7. Przyzwyczajaj dziecko do przedszkola stopniowo. Małe dzieci szybko się męczą z powodu nadmiaru wrażeń i hałasu. Dlatego należy je przyzwyczajać do przedszkola poprzez stopniowe wydłużanie czasu pobytu.
8. Nauczyciel zna twoje dziecko – rozmawiaj z nim i ufaj mu. Dzieci po powrocie z przedszkola najczęściej opowiadają o różnych wydarzeniach, które miały miejsce w przedszkolu. Porozmawiaj z nauczycielką, jeżeli pewne fakty i zdarzenia budzą twoje wątpliwości, wydają ci się niewiarygodne albo cię cieszą. Niektóre dzieci mają wybujałą wyobraźnię i rozbudzoną fantazję. Dlatego weź poprawkę na to, co dziecko opowiada. Tylko współpraca z nauczycielką, oparta na wzajemnym zaufaniu, przyniesie oczekiwane rezultaty.