

„TRUDNE POCZĄTKI CZYLI SŁÓW KILKA O PROBLEMACH ZWIĄZANYCH Z ADAPTACJĄ DZIECKA W PRZEDSZKOLU”

Dla trzyletniego dziecka moment pójścia do przedszkola to ogromny przełom w życiu. Debiut w przedszkolu to niełatwa sprawa! Równie silnie przeżywają to rodzice Maluszka i zastanawiają się jak pomóc mu odnaleźć się w nowej sytuacji.

Przede wszystkim zaakceptujmy emocje dziecka. Jego zachowanie jest naturalną reakcją na nową, trudną dla niego sytuację. Dziecko czuje się wyrwane z „normalności” i nie rozumie tego co dzieje się wokół: nowe otoczenie, nowe osoby, nowa przestrzeń, rytm dnia, oczekiwania, a nawet jedzenie. W przedszkolnej rzeczywistości maluch czuje się początkowo zagrożony.

A oto kilka rad i naszych sugestii, które mogą pomóc dziecku w trudnych początkach:

Ucz dziecko samodzielności. Kłopoty związane z pobytem w przedszkolu, wynikają często z bezradności związanej z brakiem umiejętności samoobsługowych- popracuj z dzieckiem nad tą sferą umiejętności, która sprawia mu wyraźne problemy (czynności fizjologiczne, mycie rąk, ubieranie się, samodzielne spożywanie posiłków, sprzątanie zabawek). Zachęcaj je, nie zmuszaj, ale i nie wyręczaj! Poczucie samodzielności zwiększa poczucie bezpieczeństwa.

Przyzwyczajaj dziecko do urozmaiconych potraw.

Problemem może również być **leżakowanie**. Zwykle jednak dzięki temu, że wszystkie czynności w przedszkolu odbywają się w stałym rytmie, dziecko, które na początku może mieć z tym jakiś kłopot, po pewnym czasie regularnego uczęszczania do przedszkola, wdraża się w ten stały rytm i chętnie korzysta z systematycznego odpoczynku, który jest mu jeszcze bardzo potrzebny. Tym bardziej, że w tym czasie dzieci słuchają kołysanek, muzyki relaksacyjnej lub bajek odtwarzanych z płyt lub czytanych przez nauczycielkę.

Pamiętaj, że Twoje dziecko zaczyna być członkiem grupy społecznej. Oznacza to, że będzie musiało nauczyć się porozumiewania z innymi dziećmi, czekania na swoją kolej, dzielenia się zabawkami i uwagą dorosłych, ale także, że natrafi na trudności, a czasem też konflikty z rówieśnikami. Przyzwyczajaj dziecko do przestrzegania umów i zasad.

Mów nauczycielowi o wszystkich problemach malucha, które mogą mieć wpływ na jego samopoczucie i zachowanie. Jeśli są to sprawy, o których nie chcesz lub nie możesz otwarcie rozmawiać, powiedz ogólnie, np. „Mamy teraz sporo stresów, myślę, że nasz Maluszek też to przeżywa”. Taka informacja pozwoli wychowawczyni dużo lepiej zrozumieć Wasze dziecko (jego ewentualną nerwowość, wycofanie itp.) i lepiej się nim opiekować.

Dajmy dziecku czas na oswojenie się z nową sytuacją – czas jakiego wymaga jego indywidualna psychika. Nie porównujmy naszej popłakującej jeszcze przy rozstaniu pociechy z przedszkolakami, które już śmiało przekraczają próg przedszkolnej sali. Dzieci różnią się między sobą stopniem wrażliwości i niektóre z nich potrzebują więcej czasu na pokonanie sytuacji stresowej;

A kiedy już stres zostanie pokonany, rozpocznie się najradośniejszy etap w życiu dziecka, o czym stroskanych Rodziców zapewniamy ☺