

„Adaptacja dziecka w grupie rówieśniczej, czyli co może zrobić rodzic, aby ułatwić start w przedszkolu”

Moment rozpoczęcia edukacji przedszkolnej jest szczególnie ważnym wydarzeniem zarówno dla dziecka jak i rodziców. Towarzyszą mu różne emocje od zaciekawienia, radości po smutek a nawet strach. Każde dziecko w różnym stopniu przeżywa czas rozstania z mamą i zawsze należy to uszanować. Niemniej jednak moment ten musi w końcu nastąpić. Jest on bowiem kolejnym krokiem w rozwoju małego człowieka. To właśnie okres przedszkolny nazywany jest złotym wiekiem uczenia się, zdobywania pierwszych doświadczeń społecznych przystosowujących do życia w grupie. Bardzo często zdarza się jednak, że to rodzice w większym stopniu przeżywają czas rozstania z dzieckiem i oddania go pod opiekę przedszkola. Jak pomóc rodzinom w przezwyciężaniu występujących trudności? Oto kilka wskazówek, dzięki którym okres adaptacji przebiegnie w atmosferze spokoju, zaufania i poczucia bezpieczeństwa.

Drogi Rodzicu:

- Wytwarzaj u dziecka pozytywne nastawienie do przedszkola
- Oswajaj dziecko z okolicą, budynkiem przedszkola, bierzcie udział w dniach otwartych, zajęciach adaptacyjnych,
- Stopniowo dostosowuj rytm dnia dziecka do tego, jaki panuje w przedszkolu (np. zbliżone pory posiłków, drzemki),
- Razem z dzieckiem przygotuj wyprawkę, pozwól mu wybrać piżamkę czy przytulankę,
- Naucz dziecko samodzielnego korzystania z toalety, jedzenia posiłków, zdejmowania i ubierania podstawowych części garderoby,
- Zachęcaj dziecko do nawiązywania relacji z rówieśnikami np. na placu zabaw,
- Włączaj do opieki dziadków, ciocię, przyjaciół,
- Dostarczaj dziecku materiały plastyczne, z którymi zetknie się w przedszkolu.

Dobre rady na pierwsze dni:

- Opowiedz dziecku jak będzie wyglądał jego dzień i postaraj się, by tak było,
- Podaj dziecku lekkie śniadanie (głód wzmacnia stres),
- Najlepiej by dziecko odprowadził rodzic, który potrafi zachować „zimną krew”,

- Nie przeciągaj zbytnio pożegnania,
- Ubierz dziecko wygodnie i praktycznie,
- Przygotuj komplet ubrań na zmianę,
- Przyjdź po dziecko o umówionym czasie np. po obiedzie (nie spóźnij się, bo poczuje się oszukane),
- Pochwal dziecko za ładną zabawę (można kupić małą zabawkę, jednak należy zachować umiar),
- Dotrzymuj słowa,
- Przygotuj się że często drugi dzień jest gorszy od pierwszego.

Droga Mamo, drogi Tato bądźcie dzielni i wytrwali, bowiem po każdej burzy zawsze wychodzi słońce, a po smutnym okresie – czas radości!!!

Bibliografia

- M. Rzakiewicz „Mamo, tato idę do przedszkola” WSIP Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne Warszawa 2006r
- A. Florek „Przedszkole dobre dla dziecka” Rabbe Warszawa 1998r

Opracowanie: R. Zegarmistrz