

## **Jak ułatwić start przyszłemu przedszkolakowi?**

Z moich kilkuletnich doświadczeń w pracy z dziećmi, które przychodzą do przedszkola po raz pierwszy wynika, że co roku jest całkiem spora liczba dzieci niezupełnie do przedszkola przygotowanych. W związku z powyższym ich okres adaptacji w grupie jest dłuższy niż innych i radzą sobie gorzej z wieloma zadaniami, co rodzi niepotrzebne stresy.

Tymczasem rodzice mogą dziecku pomóc, przygotowując je do regularnego pobytu w przedszkolu. Wielu rodziców robi to intuicyjnie, ponieważ w gruncie rzeczy chodzi o kilka prostych, praktycznych zasad. Są jednak osoby nie do końca świadome tego, jak to zrobić, a codzienny pośpiech i rutyna sprawiają, że postępują wręcz odwrotnie, niż byłoby wskazane.

## **Na czym polega przygotowanie dziecka do przedszkola?**

Żeby stało się to dla nas logiczne i oczywiste, wyobraźmy sobie, że oto nasze dziecko, nasze oczko w głowie, stanie się członkiem grupy i to grupy dość licznej, bo nawet 25- osobowej. Będzie otrzymywało wobec tego mniej uwagi ze strony opiekującej się nim osoby dorosłej. Dlatego byłoby dobrze, gdyby radziło sobie z podstawowymi codziennymi czynnościami, takimi jak: korzystanie z toalety, mycie rąk i zębów, ubieranie się i rozbieranie.

Nie oznacza to, że dziecko będzie pozbawione pomocy przy tego typu czynnościach i że wszystkie musi mieć już świetnie opanowane, ale o ileż pewniej będzie się czuło, gdy nie będzie musiało za każdym razem wołać o pomoc. Rodzice często, spiesząc się rano do pracy, odruchowo ubierają dziecko z góry na dół jak bezwolnego manekina, zapominając, że ono może zrobić to samo. Zapewne potrwa to dłużej, pewnie coś zostanie ubrane tył na przód, ale naprawdę warto zorganizować sobie poranek w taki sposób, aby dziecko mogło ćwiczyć te umiejętności.

## **Pobyt w grupie**

Wśród dzieci przebywających w przedszkolu rodzi się konieczność wspólnego korzystania z zabawek, dzielenia się, nawiązywania relacji i rozwiązywania konfliktów. Jeśli dziecko nie posiada rodzeństwa, jest to dla niego szczególnie trudne. Warto je oswoić z takimi sytuacjami, zabierając je np. do znajomych, którzy mają dzieci i tam zachęcić do wspólnej zabawy. Poobserwujmy, jak dziecko radzi sobie w grupie, czy nawiązuje kontakty z rówieśnikami.

## **Pożegnania**

Dla wielu dzieci i rodziców najtrudniejsze bywają poranne rozstania. Rozpaczliwy płacz dziecka bardzo boli rodziców, zaczynają się wtedy często nie mające końca uściski i obietnice szybkiego powrotu. Tymczasem powołując się na doświadczenie wielu nauczycielek i swoje własne mogę powiedzieć, że krótkie „żołnierskie” pożegnania jest najskuteczniejsze, a obietnice nie mające pokrycia to najgorsza rzecz z możliwych. Dziecko widząc, że poprzez płacz i histerię zatrzymuje rodzica, będzie kontynuować tą strategię, dlatego dla jego dobra po krótkim pożegnaniu (w którym jak najbardziej powiedzmy dziecku, że bardzo je kochamy i mocno je przytulmy) powinniśmy szybko wyjść. Jeśli mówimy, kiedy po nie przyjdziemy,

to dotrzymujemy słowa i powiedzmy raczej: przyjdę po drugim daniu, po podwieczorku itp.  
a nie: przyjdę o czwartej, bo to ostatnie nie jest dla dziecka zbyt zrozumiałe.

Żeby nie przeżywać podobnych dylematów, dobrze byłoby przyzwyczaić dziecko do pozostawania pod opieką innych osób. Wiele przedszkoli czy klubów dla dzieci organizuje zajęcia adaptacyjne już od drugiego roku życia, byłaby to świetna okazją do stopniowego przyzwyczajania dziecka do rozstania z rodzicem.