

## Adaptacja w naszym przedszkolu



Najmłodsze dzieci w naszym przedszkolu z grup Żabki, Kangury i Rybki okres adaptacji mają już za sobą. Czas oswojenia w nowej grupie przedszkolnej, jest trudnym okresem zarówno dla dziecka jak i całej rodziny. We wrześniu podzieliliśmy się z Rodzicami ważnymi wskazówkami dotyczącymi adaptacji- w formie ulotki. Mamy nadzieję, że pomogły i ułatwiły dzieciom i Rodzicom przejść przez te trudne dni, tygodnie, a może i miesiące . Okres adaptacji dziecka do nowego miejsca zależy od wielu czynników i ciężko jest określić ile będzie trwał. Dla niektórych dzieci trwa on dwa tygodnie, dla innych pełna adaptacja zajmie nawet trzy miesiące. Rodzice powinni mieć na uwadze, iż rozpoczęcie uczęszczania dziecka do przedszkola jest dla niego dużym wyzwaniem. Oczekiwanie od maluszka, aby „szybko” przyzwyczyił się do nowego miejsca, osób a przede wszystkim do separacji od rodzica jest dużym wymaganiem. Dziecko rozpoczynające uczęszczanie do przedszkola zmierzyć się musi w początkowym okresie z wieloma trudnościami. Poczucie bezpieczeństwa zaspokajane na terenie rodziny ulega rozbiciu.

Dziękujemy Rodzicom za ich postawę i współpracę dla pozytywnego przebiegu adaptacji dziecka w naszym przedszkolu. Wasza postawa miała decydujące znaczenie.

Wiemy, że nie wszystkim udało się w równym stopniu.

Dlatego przypominamy kilka najważniejszych informacji, które przydadzą się mamy nadzieję w dojściu do końca adaptacyjnej drogi z napisem „Sukces”

- Pokaż dziecku generalność zjawiska. Każde dziecko chodzi do przedszkola, później do szkoły i jako dorosły do pracy. Pociuszająca dla dziecka będzie informacja, że ktoś bliski: mama, tata, rodzeństwo też chodzili do przedszkola. Wspólne oglądanie zdjęć z tamtego okresu doda dziecku siły.
- Nie przedłużaj pożegnań i nawet jeśli kroi Ci się serce bądź opanowana/y. Twój niepokój natychmiast udzieli się dziecku i spotęguje dramatyzm sytuacji.
- NIE zabieraj płaczącego dziecka z powrotem do domu, to spowoduje przedłużenie procesu adaptacji. Dziecko utrwali sobie wzorzec: gdy płacze mama na pewno zabierze mnie do domu.
- Nie strasz dziecka wypowiedziami typu: „Jak nie przestaniesz płakać, to po ciebie nie przyjdę!”
- Doświadczenie uczy, że tatusiowie są bardziej stanowczy i że to oni powinni odprowadzać maluchy do przedszkola.
- Jeśli dziecko płacze przy rozstaniu nigdy go nie zawstydzaj – przyjmij jego emocje (np. wiem, że ci smutno) ale nie roztkliwiaj siebie i jego.
- Zapewnij malucha, że po niego wrócisz, ale nie mów „niedługo” (dla dziecka brzmi to prawie jak nigdy).
- Uprzedź dziecko do kogo ma się zwrócić o pomoc w sytuacji kryzysowej np. kiedy będzie tęskniło do mamy.

- Nie rozprawiaj o wątpliwościach dotyczących przedszkola, nie krytykuj wychowawczyń i nie doszukuj się niedociągnięć, nie narzekaj na inne dzieci.
- Staraj się powstrzymać od sugerowania dziecku preferencji żywieniowych czy behawioralnych. Odpowiednio zmotywowane będzie zjadało mniej lubiane posiłki i uczestniczyło we wszystkich zajęciach przedszkolnych.
- Rozmawiaj z dzieckiem na temat minionego dnia ale nie bądź zbyt natrączywa/y. Z czasem maluch będzie coraz chętniej opowiadał o przedszkolu sam.
- Zauważaj najmniejsze sukcesy dziecka, a ewentualne porażki staraj się traktować jak coś naturalnego.

