

Adaptacja dziecka w przedszkolu



RADY DLA RODZICÓW

jak przetrwać okres adaptacji

„Gdy dziecko staje się przedszkolakiem?”

Każdego roku na przełomie sierpnia i września wielu rodziców zastanawia się jak przekonać dziecko do przedszkola. Pierwsze dni w nowej placówce bywają niezwykle trudne, zwłaszcza jeśli do tej pory maluch spędzał czas tylko z rodzicami. Lęk separacyjny oraz niepokój związany z nowym otoczeniem, dużą liczbą dzieci i nieznanymi jeszcze osobami może być tak silny, że dziecko będzie całe dni płakać lub odmówi chodzenia do przedszkola. Warto więc podjąć kroki, które złagodzą strach dziecka i sprawią, że w miarę szybko przystosuje się do nowego środowiska i wszyscy będą zadowoleni z przedszkolnej opieki.



Rodzicu!

- ✚ Przygotuj dziecko do rozstania – szczerza rozmowa czyni cuda.
- ✚ Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu, jeżeli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami może wszystko wymusić.

✚ Nie przeciągaj pożegnania w szatni, pomóż dziecku rozebrać się, zaprowadź do grupy, pocałuj je i wyjdź.

✚ Nie obiecuj: „jeśli pójdziesz do przedszkola, coś dostaniesz” - kiedy będziesz odbierać dziecko możesz mu sprawić małą „niespodziankę”, ale nie może to być forma przekupywania.

✚ Kontroluj to co mówisz. Zamiast: już możemy wracać do domu, powiedz: „teraz możemy iść do domu”. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.

✚ Nie spóźniaj się z odbieraniem! Jeśli obiecałaś/eś, że przyjdiesz wcześniej dotrzymaj słowa.

✚ Mamo! Jeśli dziecko płacze przy pożegnaniu postaraj się, aby przez kilka dni odprowadzał je tata, rozstania z tatą są mniej bolesne.

✚ Nie wymuszaj na dziecku, aby zaraz po przyjsciu do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres, poczekaj aż się otworzy i samo opowie wszystko.

✚ Czas pobytu dzieci, w przedszkolu głównie najmłodszych, w pierwszych dniach nie powinien być zbyt długi. Jeśli to możliwe, odbieraj dziecko wcześniej np. po obiedzie. Potem stopniowo zwiększaj czas pobytu dziecka w przedszkolu, z czasem przyzwyczai się i nie zauważy różnicy.

**Pamiętaj! Żegnaj i witaj dziecko
zawsze z uśmiechem.**



Tego nie rób, gdy dziecko nie chce iść do przedszkola!

- ✓ Nie krytykuj go, nie mów, że jest beksą, nie porównuj z innymi dziećmi.
- ✓ Nie wyśmiewaj i nie szydź, nie mów, że inne dzieci śmieją się, bo ono płacze.
- ✓ Nie spóźniaj się, jeśli obiecałeś odebrać malucha zaraz po obiedzie lub podwieczorku.
- ✓ Jeśli to Ty odbierasz dziecko z przedszkola, nie wysyłaj po nie innych osób bez uprzedzenia.

Opracowała: Ewa Półtorak