

Współczesne przedszkola są otwarte na potrzeby rodziców i dzieci, dlatego też podejmują wiele inicjatyw i działań własnych, których celem jest podnoszenie jakości pracy placówki, a co za tym idzie podniesienie poziomu zadowolenia rodziców i dzieci.

Zapewne „wasz trzylatek” właśnie rozpocznie lub rozpoczął edukację przedszkolną, która wiąże się z pewnymi trudnościami dodatkowymi emocjami.

Warto przekazać Wam kilka praktycznych wskazówek i porad, aby ten pierwszy okres pobytu „maluszka” w przedszkolu przebiegał w atmosferze wzajemnego zaufania i spokoju.

Zacznijmy od pojęcia adaptacji i przyczyn występujących trudności z nią związanych:

**Adaptacja** to przystosowanie do nowego środowiska, do nowych sytuacji, warunków. Dla małego dziecka takim środowiskiem, otoczeniem społecznym, jest przedszkole, gdzie zdobywa ono pierwsze doświadczenia społeczne. Bardzo ważne jest by te doświadczenia przebiegały w atmosferze wzajemnego zrozumienia i poczucia bezpieczeństwa.

### **Przyczyny trudności adaptacyjnych dzieci:**

U dzieci 3-letnich mamy do czynienia z szeregiem czynników utrudniających rozpoczęcie edukacji przedszkolnej tj.

- zdenerwowanie rodzica i jego przeżycia związane z oddaniem dziecka do przedszkola.
- brak zaufania do personelu przedszkolnego
- trudności w nawiązaniu kontaktu z personelem.
- Poznanie otoczenia przedszkolnego i opanowanie nowej przedszkolnej przestrzeni.

- poznanie funkcji pomieszczeń i sposobów korzystania ze znajdujących się tam urządzeń (zwłaszcza toalet i szatnia).
- poznanie organizacji dnia w przedszkolu i związanej z tym orientacją czasową.
- przyswojenie wymagań dotyczących współżycia w grupie.

Rozpoczęcie przez dziecko edukacji przedszkolnej jest momentem przełomowym w jego rozwoju społecznym. Dla wielu dzieci oznacza on pierwsze kontakty z dużą grupą, co wiąże się ze zmianą dotychczasowego trybu życia.

Dziecko uczy się nowej dla siebie roli przedszkolaka, ponieważ instytucjonalny charakter opieki nad dziećmi, wymaga od niego pewnego podporządkowania się panującej tam organizacji. Nowe warunki budzą niepokój, niepewność.

Potrzebne są pozytywne doświadczenia i czas, aby zaakceptować nową rzeczywistość i przystosować się do niej. Poza tym silna więź emocjonalna z mamą i innymi domownikami sprawia, że zostaje zachwiane u dziecka poczucie bezpieczeństwa. Przeraża je płacz, hałas, śmiech, głośne rozmowy. Nowe otoczenie to własność społeczna, a przestrzeń jest dużo większa i inna od domowej. Obowiązują w niej nowe zasady, przez co obserwuje się u dzieci poczucie zagubienia, a pojęcie „moje przedszkole” utożsamiają tylko ze swoją salą. Trudności w adaptacji mogą wiązać się też z brakiem orientacji w zakresie organizacji i rytmu dnia przedszkolnego. Tą wiedzę dziecko posiada dopiero w miarę zdobywania własnych, nowych doświadczeń. Wymaga to dużego zaawansowania rodziców i personelu przedszkola oraz wzajemnej korelacji działań.

### **Wpływ rodziców na adaptację dziecka do grupy przedszkolnej.**

Jeżeli rodzice w pełni akceptują wybrane przez siebie przedszkole, wychowawców pracujących w grupie, ich metody pracy, tym samym zwiększają szansę swojemu dziecku w procesie adaptacji.

Dziecko szybciej przyzwyczai się do placówki i zniesie niedogodności, gdy będzie go postrzegało jako bezpieczne i atrakcyjne dla siebie i swoich rodziców. Dlatego też współczesny rodzic winien przygotować siebie samego i swoje dziecko do nowej roli społecznej tj., „roli przedszkolaka”.

### **A oto kilka praktycznych porad dla rodziców:**

#### **MAMO I TATO!**

Poznajcie przedszkole, do którego będzie uczęszczało wasze dziecko. Np. spacerujcie w okolicach placówki, zachwalajcie ją, opowiadajcie dziecku o zabawkach i kolegach.

- Przy przedszkolnych pożegnaniach z „maluszkiem” bądźcie uśmiechnięci i spokojni, bo z waszej twarzy dziecko szybko potrafi wyczytać niepokój, dobre i złe emocje.
- Bądźcie gotowi na trudne rozstania w pierwszych dniach, nawet tygodniach, na płacz i odmowę wyjścia z domu. A gdy już znajdziecie się przedszkolu stosujcie krótkie pożegnania-, gdyż przedłużanie tej chwili wzmaga w dziecku negatywne uczucia. Nawet, jeśli „maluch” płacze, pożegnajcie go z uśmiechem i pozostawicie pod opieką

kadry, która doskonale wie jak zabawić i zająć dziecko by szybko zapomniało o trudnym rozstaniu z ukochanym rodzicem. Dziecko 3-letnie charakteryzuje niestabilność uczuć, płacze a za chwilę jest wesołe i świetnie się bawi (przecież tak samo postępuje będąc z wami w domu).

- Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
- Jeśli mamie rozstanie z dzieckiem sprawia większe trudności, postarajmy się by dziecko do przedszkola odprowadzał tatuś (zwłaszcza na początku). Rozstania z tatusiami bywają łatwiejsze, wynika to zapewne z większej stanowczości i opanowania emocji.
- W początkowym okresie odbierajcie dziecko wcześniej z przedszkola, ponieważ trzy-latek ma inne poczucie czasu i okres przebywania poza domem wydaje mu się bardzo długi.
- Staraj się określić kiedy przyjdiesz po dziecko, w miarę dokładnie :nie mów „Przyjdę kiedy skończę pracę”, ponieważ dziecko nie wie o której godzinie rodzice kończą pracę. Lepiej powiedzieć: „ odbiorę cię z przedszkola po podwieczorku/po obiedzie”. Jest to dla dziecka dobra miara czasu, gdyż wie, kiedy są posiłki. **Najważniejsze jest by dotrzymywać słowa.**
- Pozwólmy dziecku zabrać ze sobą częśćkę domu do przedszkola np. ulubionego misia.
- Nie wymuszaj na dziecku żeby zaraz po przyjściu do domu opowiedziało co wydarzyło się w przedszkolu to powoduje niepotrzebny stres.

- Rozwijajcie umiejętności samoobsługowe dziecka, gdyż właśnie bardzo często są one powodem dodatkowego stresu dla dziecka. Pozwólmy dziecku samemu myć ręce, korzystać z toalety a nie nocnika, ubierać się i rozbierać.
- Wcześniej przyzwyczajajcie dziecko do przebywania w domu i w nowym miejscu pod opieką osób trzecich np. z babcią, dziadkiem, koleżanką.
- Postaraj się, aby dziecko miało kontakt z rówieśnikami np. na placu zabaw.
- Wszystkie wątpliwości lub pytania kieruj do nauczyciela. To osoba, która spędza z dzieckiem większość dnia, więc doskonale je zna i jest kompetentna w swoim zawodzie. Na pewno uzyskasz pomoc i osiągniesz porozumienie. Dziecko widząc, że rodzice rozmawiają z nauczycielem, czuje się bezpieczne.

Drodzy rodzice, mamy nadzieję, iż podane wskazówki pomogą Wam przetrwać ten jakże trudny okres adaptacji dziecka do warunków przedszkolnych. Przedszkole jest ważnym i potrzebnym elementem w rozwoju społecznym waszej pociechy. Jest to profesjonalne środowisko edukacyjno-wychowawczo-opiekuńcze, które zapewnia jak najlepsze warunki do wszechstronnego rozwoju każdemu dziecku. Służą temu indywidualne plany pracy z dziećmi, oraz inne metody i formy pracy oraz innowacje pedagogiczne. Tu dziecko zdobędzie nowe wiadomości, umiejętności i doświadczenia, którymi będzie się dzieliło z innymi rówieśnikami i domownikami.