

KŁOPOTY ADAPTACYJNE DZIECI PRZEDSZKOLNYCH I JAK MOŻNA IM ZARADZIĆ

W miesiącu wrześniu wiele dzieci małych zostaje przedszkolakami! Początek roku szkolnego to bardzo trudny okres dla wielu osób: dla dzieci, rodziców, a także nauczycieli. Jest to ważny i znaczący moment w życiu dziecka i całej rodziny. **Dla dzieci** - bo po raz pierwszy, na poważnie są bez rodziców. W ich życiu zmienia się bardzo dużo: miejsce, w którym przebywają przez większość dnia, jedzenie, zwyczaje, ilość uwag ze strony dorosłych. **Dla rodziców** –bo oddają dziecko w obce ręce, tęsknią za nim i martwią się jak sobie ono poradzi. **Dla nauczycieli** – bo muszą poznać i wspierać dużą grupę dzieci (często ponad 20), jak również uspokajać zdenerwowanych rodziców.

Wszyscy muszą **zaadoptować** się do nowej sytuacji. Cóż to jest owa **ADAPTACJA!**

Adaptacja to proces polegający na przystosowaniu się do nagle zmienionych warunków otoczenia materialnego, sytuacji, do nowych osób, które nieoczekiwanie pojawiają się w życiu dziecka. Adaptacja jest procesem trudnym i nie zależy od wieku dziecka. Przyjście do przedszkola przeżywają 3 latki – te najmłodsze, ale nie ma reguły – 4, 5, 6 latki również mogą również mieć trudności z przystosowaniem się.

Dlaczego się tak dzieje?

Oto czynniki które nie sprzyjają adaptacji dziecka:

- niski poziom poczucia własnej odrębności tzw. własnego JA (proces ten przebiega przez cały okres przedszkolny),
- silny emocjonalny związek z rodzicami,
- nagromadzenie się licznych bodźców, które działają na dziecko: hałas, ruch, większa niż zazwyczaj liczba osób, nagromadzenie barw, kolorów, zabawek,
- przestrzeń w której ma się poruszać dziecko jest z reguły dużo większa niż domowa, obowiązują nowe zasady poruszania się, inne zasady korzystania np. z ubikacji,
- zaburzeniu ulega poczucie bezpieczeństwa, miłości czyli podstawowych potrzeb (oczywiście w odczuciu dziecka, bo nikt nagle nie przestał go kochać!),
- słabe rozumienie przez dziecko następstwa czasu, przejawiające się np. płaczem i oporem przed rozebraniem i zaśnięciem,
- niski poziom kompetencji językowych czyli porozumiewania się, mały zasób słów lub wręcz posługiwanie się swoistym językiem, często niezrozumiałym dla nauczyciela (tzw. neologizmy dziecięce);
- niski poziom opanowania czynności samoobsługowych – **WYWOŁUJE ON U DZIECI NAJWIĘCEJ NEGATYWNYCH REAKCJI I RÓŻNYCH FORM PROTESTU.**

Z dotychczasowej praktyki pedagogicznej wynika, że **JEST TO GŁÓWNY CZYNNIK UTRUDNIAJĄCY SZYBKĄ ADAPTACJĘ !!!**

- utrata przez dziecko swojej centralnej pozycji czyli tzw. zmiana relacji osobowych.

W przedszkolu jest jednym z wielu, nauczycielka musi zająć się większą ilością dzieci. Powoduje to zdezorientowanie dziecka -z kim może nawiązać kontakt emocjonalny;

W ZWIĄZKU Z TYM, RODZICE! Bądźcie przygotowani na:

- bardzo trudne rozstania w pierwszych dniach, nawet tygodniach, płacz i odmowę wyjścia z domu,

- kryzys po kilku dniach bez protestu,
- agresywne zachowanie w domu: nieposłuszeństwo, złość,
- objawy zmęczenia, senności, u pełnego dotąd energii malca,
- przeziębienie po dwóch, trzech tygodniach chodzenia do przedszkola,
- pojawienie się dziwnych zachowań tzw. zjawiska regresji: ssania palca, moczenia nocnego, seplenienia itp. Jeśli w tym okresie wesprzemy dziecko to powyższe zjawiska szybko ustąpią .

W JAKI SPOSÓB POMÓC DZIECKU W SZYBKIM PRZYSTOSOWANIU SIĘ DO PRZEDSZKOLA ?

Placówki przedszkolne wychodzą naprzeciw, realizując często tzw. Program Adaptacyjny, który ma za zadanie złagodzić i wręcz uatrakcyjnić start przedszkolny. W wielu placówkach w miesiącu maju lub czerwcu dzieci nowo przyjęte mają okazję do dłuższego pobytu w grupach wiekowych, uczestnictwa w zajęciach dydaktycznych, zabawach z rówieśnikami. Poznają swoje panie i organizację życia w przedszkolu. Rodzice towarzysząc w tych dniach otwartych swojemu dziecku, mają okazję do zaobserwowania jego zachowania – **i do refleksji na temat – moje dziecko, a inne dzieci.**

Dużą rolę mogą odegrać sami rodzice. Warto w okresie wakacyjnym przyzwyczajając dziecko do krótkich rozstań, pozostawić go pod opieką sąsiadki, koleżanki, tak, aby rozstanie w przedszkolu nie było pierwszym w życiu dziecka.

Rodzice powinni dążyć do tego, aby mowa dziecka była zrozumiała dla otoczenia. Aby to osiągnąć właściwym postępowaniem jest „zmuszanie” dziecka do mówienia, nie wyręczanie, nie zgadywanie jego myśli. Częstym błędem jest zasypywanie dziecka potokiem słów, oczekując od dziecka tylko kiwnięcia głową. Należy zadbać o to ,aby pociecha umiała zgłaszać swoje potrzeby: zadawać pytania, poprosić, upomnieć się o coś, sygnalizować swoje potrzeby fizjologiczne, a nie manifestować płaczem, obrażaniem się, agresją, rzucaniem zabawkami itp.

Kolejnym krokiem poczynionym do miesiąca września jest podniesienie poziomu czynności samoobsługowych. W tym zakresie przedszkole oczekuje od dziecka:

1. samodzielnego jedzenia łyżką, picia z kubka (nie z butelki lub z kubka z wymyślnym ustnikiem – bo takich przedszkole nie posiada),
2. nabycia umiejętności mycia rąk z zachowaniem etapów,
3. posługiwania się papierem toaletowym,
4. umiejętności zdejmowania i ubierania podstawowych części garderoby np. pantofli,
5. rozpoznawania swoich rzeczy wśród innych. W tym celu należy zapoznać dziecko z nowo zakupionymi rzeczami do przedszkola.
6. korzystania z chustki do nosa,
7. umiejętności chodzenia po schodach,
8. znajomości imienia i nazwiska,
9. rozumienia prostych poleceń.

Rodzice przed przyprowadzeniem dziecka powinni zadać sobie pytanie :

- Czy moje dziecko potrafi bawić się w towarzystwie rówieśnika, nie atakując go, nie zabierając mu zabawek?
- Czy miało styczność z przyborami plastycznymi: farbami, kredkami nożyczkami, czy malowało, rysowało, wycinało? Czy sytuacje w których znajdzie się dziecko nie będzie dla niego obce?

- Czy zdarza mi się czasem że straszę moje dziecko przedszkolem lub obcymi osobami posługując się stwierdzeniami: „Poczekaj jak nie będziesz grzeczny to ten pan cię zabierze!” lub „ Pójdiesz do przedszkola, to tam zobaczysz, tam cię nauczą!” itp.?
- Czy mój sposób wychowania nie będzie się różnił od stosowanego w przedszkolu?

JAK ZORGANIZOWAĆ WIĘC PIERWSZE DNI POBYTU DZIECKA W PRZEDSZKOLU?

- W pierwszym tygodniu pobytu dziecka warto wziąć urlop, aby wyjście do przedszkola i pożegnanie się nie odbywało się w atmosferze pośpiechu i zdenerwowania. Być może znajdzie konieczność towarzyszenia dziecku i pobytu razem na sali,
- W miarę możliwości odebrać dziecko po obiedzie lub o obiecanej porze,
- Nie obiecywać dziecku że przyjdziecie za chwilę, za godzinę. Takie określenia nic dziecku nie mówią. Należy posłużyć się stwierdzeniami „odbiorę cię po obiedzie, po podwieczorku” itp.
- Dać swojemu dziecku do przedszkola przytulankę – bo z przyjacielem różniej i można się przytulić!
- Przygotować odpowiedni ubiór – pantofle na rzepy, spodnie na gumce (nie na szelkach, których nie potrafi rozpiąć) Niech poczuje swoją niezależność!
- Pozwolić swojemu dziecku na swobodę, nie stresować go dodatkowo stwierdzeniami przy odbiorze „ Jak ty wyglądasz? Czemu się znowu ubrudziłeś?” itp.