

# Już w przedszkolu – adaptacja dziecka

***Mądrością dziecka jest ufność***  
**Jan Twardowski**

## **„Już w przedszkolu – adaptacja dziecka”**

Pierwsze dni w przedszkolu to okres trudny zarówno dla dziecka jak i dla jego rodziców. Proces adaptacji małego dziecka do nowego środowiska może trwać różnie. Kiedy po raz pierwszy zostaje zaprowadzony do przedszkola, zadaje sobie często następujące pytania: „Gdzie są moi rodzice?”, „Kim są te wszystkie dzieci?”, „Co tu się dzieje?”, „Czy ja tu mam zostać na zawsze?”. Strach, lęk, niepokój tak można określić atmosferę jaką tworzy się kiedy dziecko rozpoczyna swoją przedszkolną karierę. Od tej pory nie będzie już tak jak dawniej.

Uporaniu się ze smutkiem związanym z rozłąką, towarzyszy zetknięcie się z nową sytuacją: ogromną liczbą zabawek, nieznanymi dziećmi (duże, mniejsze, starsze, młodsze), podporządkowaniem się normom, zasadą, regułom. Natłok bodźców powoduje spore obciążenie dla dziecka. Maluch zmienia otoczenie z tego nad którym panuje, które kontroluje i które zapewnia mu poczucie bezpieczeństwa i ochronę na inne – nieznane, które może w niektórych przypadkach powodować poczucie zagrożenia, izolowanie się przez dziecko. Każdy maluszek w obliczu tej nieznanej sytuacji może reagować różnie. Może to być: płacz, tupanie, wycofanie, próby ucieczki, odmowa jedzenia, wzbranianie się przed pójściem spać, sprawianie wrażenia agresywnego czy nawet zaburzenia funkcjonowania np. moczenie. Dzieci przez te zachowania manifestują, że nie godzą się z narzuconą im sytuacją. Z drugiej strony mamy dzieci, które unikają nawiązywania relacji z rówieśnikami, wychowawcami. Szukają schronienia w przedmiotach przywiązania, które zabrały z domu. Mamy jeszcze grupę dzieci, które adaptują się bez problemów już pierwszego dnia, współpracują i chętnie uczestniczą w zajęciach. Nasuwa się więc pytanie jak pomóc maluchom oraz ich rodzicom aby przezwyciężyć trudności?

Wiele dzieci po raz pierwszy na dłuższy czas rozstaje się ze swoimi rodzicami i po raz pierwszy spotyka się z większą grupą rówieśników. Dziecko uczy się nowej dla siebie roli – roli przedszkolaka.

Trudności związane z adaptacją dzieci nie należą do rzadkich i zdarzają się w każdym przedszkolu. Najczęściej mają one miejsce na samym początku pobytu dziecka w przedszkolu, czasami powracają po kilku tygodniach, mogą również nasilać się po dłuższej nieobecności spowodowanej np. chorobą.

Adaptację może utrudnić wiele czynników. Bez wątpienia należy do nich zdenerwowanie rodziców. Placówki przedszkolne wychodząc naprzeciw oczekiwaniom rodziców i pragnąc zmniejszyć ich niepokoje, zapraszają rodziców do przedszkola. Nauczyciele pokazują pomieszczenia, zapoznają z organizacją pracy, przedstawiają harmonogram dnia, ukazują placówkę jako bezpieczne, atrakcyjne i pozytywnie wpływające na rozwój dzieci miejsce. Rodzice zostają zapoznani także z programem wychowania przedszkolnego, metodami i formami pracy z dziećmi. Jeżeli rodzice zaakceptują przedszkole, wychowawców, ich metody pracy, z pewnością zwiększą szansę swojemu dziecku na szybkie zaadaptowanie się do nowej sytuacji i zmniejszą jego stres.

W wielu przedszkolach przed rozpoczęciem roku szkolnego organizowane są zajęcia otwarte dla przyszłych przedszkolaków. W zajęciach takich warto uczestniczyć, gdyż dzieci, jeszcze w towarzystwie rodziców, oswiają się z nowym otoczeniem, poznają przedszkole, salę, zabawki, ogród i nauczycieli. Aby łatwiej przetrwać ten trudny okres rodzice mogą zastosować się do poniższych wskazówek.

## **WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW – PRZYGOTOWANIE DZIECKA DO PRZEDSZKOLA:**

1. Czytaj dziecku opowiadania, których bohaterowie chodzą do przedszkola;
2. Porozmawiajcie o przedszkolu ze znajomym dzieckiem, które lubi tam chodzić;
3. Opowiadaj dziecku, jak to było, gdy sam chodziłeś do przedszkola;
4. Uświadom dziecku zalety przedszkola – nowi koledzy, dużo zabawek, pani, która zna ciekawe zabawy, wierszyki i piosenki;
5. Poinformuj dziecko z jakich powodów będzie chodzić do przedszkola (np. mama musi pracować itp.);
6. Zróbcie wspólne zakupy dla przyszłego przedszkolaka (kapcie, szczoteczka, pasta).

## **DOBRE RADY DLA RODZICÓW:**

1. Okazuj radość i ciesz się z dzieckiem, że idzie do przedszkola;
2. Rano obudź dziecko z uśmiechem na twarzy;
3. Pozwól mu zabrać ulubioną zabawkę lub przytulankę;
4. Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata, rozstania z tatą są mniej bolesne;
5. Pożegnanie powinno być krótkie: uśmiech, całus, pa- pa;
6. Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu – jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami może wszystko wymusić;
7. Nie obiecuj dziecku, że odbierzesz je po obiedzie, skoro wiesz, że nie będziesz mógł tego uczynić;
8. Witaj swoje dziecko uśmiechem, chwalcąc je, że było dzielne;
9. Nie wymuszaj na dziecku, aby po przyjściu do domu natychmiast opowiadało o przedszkolu, poczekaj, aż samo zacznie mówić.

Każde dziecko ma indywidualną drogę rozwojową, każde musi przejść przez okres adaptacji w nowym środowisku. To od nas dorosłych w dużej mierze zależy, jak długo on będzie trwał. Wszyscy chcemy, aby wychowywane przez nas dzieci były radosne i wesołe, mądre i dobre, kochane i kochające. Pragniemy, aby „wystartowały” w życie z możliwie pełnym powodzeniem – zaradne i odważne, życzliwe i uczynne. Dlatego też tak bardzo liczy się współdziałanie rodziców z nauczycielem.

### **Bibliografia:**

- Anna Klim – Klimaszewska, „Witamy w przedszkolu”, Instytut Wydawniczy ERICA, Warszawa 2010
- Marta Litkiewicz „Adaptacja do przedszkola” w: Wychowanie w Przedszkolu 7/2010
- [www.sjp.pl](http://www.sjp.pl)

[Zaloguj się](#)

Copyright © 2021 Przedszkole Miejskie Nr 1. All Rights Reserved.