

Jak pomóc dziecku w adaptacji w przedszkolu?

1. Nie przeciągaj pożegnania w szatni. Pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź, przekazując maluszka nauczycielowi.

2. Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu. Jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko załatwić.

3. Nie obiecuj: jeśli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz. Kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezent, ale nie może to być forma przekupywania, lecz raczej nagrody. Z czasem ten bodziec stanie się zbędny.

4. Kontroluj, 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.

5. Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjściu do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu – to powoduje niepotrzebny stres.

6. Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzała je do przedszkola inna osoba, która zna twoją pociechę.

7. Staraj się określać, kiedy przyjdiesz po dziecko, w miarę dokładnie. Nie mów więc: „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 to, by **DOTRZYMYWAĆ SŁOWA!**

8. Nie okazuj negatywnych emocji: nie płacz, nie wracaj pod drzwi, gdy słyszysz, że twoja pociecha płacze. Takie zachowania u dziecka rozpoczynającego dopiero funkcjonowanie poza środowiskiem rodzinnym są zupełnie normalne! Kiedy jednak zobaczy, że rodzic czuje się niepewnie, pozostawiając go w przedszkolu, będzie miało wrażenie, że dzieje się coś złego, a to spotęguje jego stres.

9. Każde dziecko uspokoja się w zasadzie od razu po zamknięciu drzwi do sali, ponieważ absorbują je nowi koledzy i wielość zabawek. A życzliwa i uśmiechnięta Pani zawsze przytuli, weźmie na kolana i uspokoi, zajmując jego uwagę czymś miłym i pozytywnym.

10. Tłumacz dziecku, że reguły obowiązujące w przedszkolu są dobre. Dzieci lubią, gdy ich świat jest uporządkowany i ma swoją harmonię. Brak zasad i wymogów ze strony nauczyciela sprawia, że maluch odczuwa chaos, a to powoduje brak poczucia stabilności i bezpieczeństwa w nowym miejscu.

11. 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.