

Dlaczego adaptacja dziecka do przedszkola jest ważna?

Adaptacja do placówki to proces oswojenia dziecka, rodziców i nauczycieli. W tym przypadku mamy do czynienia z przystosowaniem do nowego środowiska pełnego nowych dorosłych i nowych rówieśników, a także samego miejsca i panujących tam zasad. Przygotowanie dziecka do przedszkola to ważny krok w jego życiu, może być emocjonalnie trudnym okresem zarówno dla dziecka, jak i dla rodzica. Dlatego warto zadbać o własne przygotowanie, aby wspierać malucha w tym nowym etapie życia.

Adaptacja przebiega u każdego dziecka inaczej. Zwykle przyjmuje się, że dobrze przeprowadzona adaptacja powinna trwać około miesiąca. Najważniejsze jest aby być cierpliwym. Rodzic powinien dawać dziecku czas i przestrzeń, aby się zaadoptować, jednocześnie okazując mu wsparcie i miłość. Przede wszystkim należy upewnić się, że placówka do której posyłamy dziecko preferuje podobne do naszych wartości i metody wychowawcze. Przed przygodą przedszkolną warto rozmawiać z dzieckiem na temat tego, czego można się spodziewać w nowym środowisku. Rodzice mogą opowiedzieć swoim pociechom o własnych doświadczeniach i wspomnieniach z czasu przedszkolnego. Warto jednak, żeby te historyjki nie zawierały tylko trudnych przeżyć, jeśli takowe mamy. O czym warto opowiedzieć?

- o planie dnia;
- o koleżankach i kolegach w grupie;
- o zabawach, które pamiętamy ze swojej placówki;
- o zabawkach, jakimi się bawiliśmy;
- o trudnościach, między innymi o tym, że normalnym jest tęsknić i płacz nie jest niczym wstydliwym, czasem może pojawić się konflikt o zabawkę czy uwagę cioci.

Twój stan emocjonalny i podejście mają ogromny wpływ na dziecko. Zachowaj optymistyczne podejście i pokazuj, że przedszkole to wspaniała przygoda. Rodzice mogą również zaangażować dziecko w proces poznawania swojej placówki np. poprzez spacer w pobliżu przedszkola, skorzystanie z przedszkolnego placu zabaw. Dobrym sposobem na poznanie zwyczajów przedszkolnych będzie zabawa w przedszkole, dzięki której w bezpiecznych, domowych warunkach pozwolimy dziecku wejść w rolę, w której będzie już niebawem. Rodzice mogą sięgnąć po literaturę dziecięcą związaną z adaptacją. Takie wspólne przeczytanie książeczki może pomóc dziecku w lepszym zrozumieniu i przygotowaniu na zmianę. Warto zorganizować dzień otwarty, podczas którego twoje dziecko będzie mogło poznać nauczycielkę, pobawić się zabawkami, obejść z tobą salę.

Przy okazji takich wizyt można dostrzec, w jaki sposób personel komunikuje się ze sobą i dziećmi. Ważne jest również przygotowanie w części praktycznej. Rodzice powinni dysponować odpowiednim czasem na czas adaptacji ich dziecka. Na czas tych pierwszych dni dobrze jest nic nie planować, np. remontu domu, wycieczek, zakupów w galerii handlowej. Wszystko po to, by ograniczyć sobie i dziecku ilości otaczających bodźców. Dobrze by było, aby rozpoczęcie uczęszczania do placówki nie zbiegło się z powrotem do pracy po urlopie rodzicielskim, z przeprowadzką czy narodzinami rodzeństwa. W sytuacji powiększenia się rodziny należałoby adaptację przeprowadzić przed urodzinami maluszka. Warto również dostatecznie wcześniej zaopatrzyć dziecko w wyprawkę plastyczną, higieniczną, kaptcie, zapasowe ubrania, przytulankę. Rodzice powinni pamiętać, że wchodząc z dzieckiem w nowe środowisko ważne jest zachowanie elastyczności i otwartości na nowe doświadczenia. Zmiana środowiska może czasami być stresująca, ale rodzice i nauczyciele powinni starać się być cierpliwi i reagować na potrzeby dziecka. Niestety mimo wielu oczekiwań rodziców, placówka często nie jest w stanie zaspokoić wszystkich potrzeb i przestrzegać przyzwyczajzeń dziecka, ponieważ jest to niemożliwe, kiedy w grupie jest kilkadziesiąt dzieci, każde wychodzące z innej domowej rutyny. Stąd też kluczowe jest, aby wcześniej wybrać przedszkole, które łączy metody wychowawcze i plan dnia z naszym. Przy zapisaniu dziecka do placówki warto zapytać dyrekcję o plan dnia z rozpisanymi godzinami. Na około miesiąc przed rozpoczęciem adaptacji ważne jest utrzymanie pewnych rutyn, takich jak godziny posiłków, sen, spacer itp. Dzięki zachowaniu stałości dziecko poczuje się bardziej komfortowo i bezpiecznie. W czasie adaptacji, warto również zadbać o zdrowie dziecka. Rodzic powinien pamiętać o regularnych badaniach lekarskich, szczepieniach i odpowiedniej higienie. Powinien również dostarczyć nauczycielkom informacje o ewentualnych alergiach czy innych problemach zdrowotnych.

Przygotowanie rodziców i dziecka na zmianę środowiska i nowe doświadczenia to proces, który wymaga odpowiedniego planowania, komunikacji i otwartości na nowe przygody. Pamiętaj, że podróżowanie to świetna okazja do wspólnego spędzenia czasu i budowania niezapomnianych wspomnień. Wszystkie te działania rodzica pomagają dziecku poczuć się bezpieczniej, bardziej komfortowo i pewniej w nowym środowisku placówki. To z kolei przyczynia się do sukcesu procesu adaptacji dziecka. Pamiętaj, że każde dziecko jest inne, więc daj swojemu maluchowi czas i miłość, które pomogą mu w początkowym okresie przedszkolnym. Będziecie razem pokonywać te kroki, a przedszkole stanie się dla was obojga nową, fascynującą przygodą.

Opracowała: mgr Iwona Pietruszewska