

Moje pierwsze dni we wrześniu- obserwacje i refleksje dotyczące małych przedszkolaków. Poradnik dotyczący kłopotów adaptacyjnych

Dobre rady na dobry początek

Pierwsze dni wrześniowe są bardzo męczące dla rodziców i dzieci. Dzieci, które po raz pierwszy przekroczyły próg przedszkola (a zawsze wcześniej trzymały się spódnicy mamusi) są bardzo płaczliwe, nerwowe, przewrażliwione. Ale i niektóre mamy wcale nie zachowują się lepiej, płaczą pod drzwiami tak samo jak ich dzieci. Rozumiemy to wszyscy, ale każdy musi przez to przejść. Mamusie powinny potraktować chodzenie do przedszkola jako sprawę naturalną (łatwo się mówi!)

Adaptacja w przedszkolu bez stresu

Rodzice przyszłego przedszkolaka powinni sobie zdawać sprawę, że dziecko samo musi zdobyć i doskonalić swoje umiejętności. Im więcej będzie umieć i potrafić, tym pewniej będzie czuło się wśród kolegów w nowym otoczeniu. Będzie dumne z siebie, że potrafi to samo, co jego rówieśnicy. Waszym zadaniem jako rodziców jest w tym okresie pomagać „sensownie” swoim dzieciom, a nie ich wyręczać.

Zatem:

pamiętajcie, by ubranie dziecka łącznie z ich obuwem nie sprawiały dziecku kłopotu np. buty na rzepy, spodenki na gumkę w pasie, bluzeczki, bielizna z wyraźnie określonym przodem (np. z jakąś aplikacją) i aby te ubrania nie były za ciasne, postarajcie się nie karmić dziecka w czasie posiłku, lecz stworzyć mu takie warunki, aby mogło samodzielnie spożywać posiłek (bez dopingu bajek z telewizora, zabaw typu „zjedz za mamusię” itp.), pozwólcie dziecku być samodzielnym w toalecie, by samo zdejmowało i zakładało majteczki, podcierało się, spuszczało wodę, myło ręce, mówcie mu jakie to ważne czynności są w życiu, stwórzcie atmosferę, by dziecko mogło zostać na jakiś czas pod opieką osób niezamieszkujących na stałe z wami. Dziecko w przedszkolu zostaje bez rodziców więc starajcie się wydłużać stopniowo, powoli czas, kiedy jest bez was, jednak pamiętajcie, by mówić dziecku kiedy wrócicie, w ten sposób nabierze ono pewności, że po nich wrócicie i czas, kiedy będzie w przedszkolu będzie dla niego spokojnym oczekiwaniem na wasze przybycie, zachęcajcie, by dziecko wyrażało swoje potrzeby poprzez np. zapytanie kolegi o pozwolenie pobawienia się jego zabawką, w ten sposób będzie potrafiło zwrócić się do pani w przedszkolu o coś czego będzie potrzebowało, starajcie się powoli przyzwyczajać dziecko do sprzątanania po sobie zabawek, a także aby przestrzegało zawartych z wami umów i zasad, rozmawiajcie z dzieckiem o przedszkolu, czego się tam będzie uczyło, ilu będzie miało kolegów i koleżanek, razem z dzieckiem róbcie zakupy do przedszkola, pozwólcie, by dokonywało ono wyboru, lecz cały czas trzymajcie nad tym kontrolę, czasami mówcie do dziecka nieco głośniejszym głosem niż zwykle, ponieważ panie w przedszkolu w czasie dużego gwaru muszą coś zakomunikować grupie lub przywołać jakieś dziecko, które jest nieco dalej. Muszą mówić głośno, a dziecko może to odebrać jako „krzyczenie” na nie, dobrze jest to dziecku wyjaśnić, czemu pani w przedszkolu może mówić głośniejszym głosem.

Rodzice!

zaufajcie wybranej przez siebie placówce i nie porównujcie jej z inną, każda realizuje tą samą podstawę programową, ale ma prawo robić to innymi metodami, zadbajcie, aby wyjście do przedszkola było miłe, spokojne, ważne to jest szczególnie w pierwszych dniach, miesiącach pobytu dziecka w przedszkolu. Ważne jest, aby zawarte z dzieckiem umowy były rzetelne, respektowane (np. w kwestii odebrania dziecka z przedszkola, jeśli mówimy dziecku, że odbierzemy je po obiedzie dotrzymajmy słowa, wtedy dziecko nabierze zaufania). Jeśli dziecko zbyt emocjonalnie reaguje podczas rozstania z osobą odprowadzającą, niech robi to osoba, z którą dziecko jest mniej emocjonalnie związane, postarajcie się być dobrymi, mądrymi rodzicami i partnerami nauczyciela, nie odbierajcie informacji problemowych jako skarg, lecz jako troskę nauczyciela o wasze dziecko w przyszłości, respektujcie ustalone normy i zasady postępowania w przedszkolu i pomagajcie w tym swoim pociechom.

KŁOPOTY ADAPTACYJNE DZIECI W PRZEDSZKOLU I JAK MOŻNA IM ZARADZIĆ

Wskazówki dla rodziców nowoprzyjętych dzieci do przedszkola

1. Przyczyny trudności w przystosowaniu się dzieci do pobytu w przedszkolu.

2. Objawy i mechanizmy powstawania trudności adaptacyjnych u dzieci.

3. Sposoby i formy przygotowania dziecka do roli przedszkolaka.

Ad 1) Dlaczego dzieciom tak trudno przystosować się do przedszkola?

Wyniki badań psychologiczno-pedagogicznych dowodzą, że :

- nie ma wyraźnego związku pomiędzy wiekiem dziecka a adaptacją w przedszkolu,
- dziewczynki lepiej przystosowują się do przedszkola niż chłopcy,
- brak wyraźnego związku pomiędzy poziomem rozwoju umysłowego dzieci a ich adaptacją w przedszkolu – kłopoty adaptacyjne może mieć dziecko błyskotliwe, o świetnych możliwościach intelektualnych, jak i przeciętnie rozwijające się dziecko,
- nie stwierdzono wyraźnego związku pomiędzy warunkami bytowymi rodziny, statusem społecznym rodziny i formalną strukturą rodziny a przystosowaniem się dzieci do przedszkola – czyli warunki materialne, finansowe oraz rodzina pełna-niepełna nie mają wpływu na adaptację dziecka w przedszkolu,
- badania wskazują, że ogromny wpływ na przystosowanie się dziecka do przedszkola ma środowisko, w którym dziecko było do tej pory wychowywane i system wychowawczy stosowany przez rodziców. Jeżeli dzieci są wychowywane w sposób racjonalny, to trudności adaptacyjne są mniejsze i łatwiejsze do pokonania; znacznie trudniej jest dzieciom wychowywanym zbyt liberalnie i mającym nadopiekuńczych rodziców

Ad 2) Na czym polegają trudności adaptacyjne dzieci w przedszkolu ?

- małe dziecko jest mocno uzależnione emocjonalnie od najbliższych osób (rodziców), nie może obejść się bez wsparcia i pomocy z ich strony,

- małe dzieci mają kłopoty w słownym porozumiewaniu się, zwłaszcza z osobami obcymi – w domu dorośli znakomicie rozumieją jego gesty, mimikę i inne zachowania. Niektóre dzieci są wyręczane przez rodziców w mówieniu – rodzice zgadując jego potrzeby, zasypują je potokiem słów, pytań i oczekują od dziecka tylko kiwnięcia głową na „tak” lub „nie”. Niektóre dzieci nie sygnalizują werbalnie swoich potrzeb – nie potrafią obcej osoby zapytać lub poprosić o coś. Zamiast tego wyrażają swoje potrzeby specyficznym zachowaniem, np. obrażaniem się, płaczem, rzucaniem zabawkami itp.,
- małe dzieci mają słabą orientację w przestrzeni i w czasie – nowe środowisko przedszkolne jako miejsce nieznane budzi w nich lęk, a na dodatek pozostawanie w nowym miejscu przez długi czas męczy je i napawa strachem,
- maluchy słabo rozumieją następstwo wydarzeń : najbardziej obawiają się zaśnięcia, posiłków i zmiany pomieszczeń, w których przebywają,
- bardzo duża część dzieci nie potrafi samodzielnie wykonywać prostych czynności samoobsługowych (mycie rąk, rozbieranie i ubieranie się, załatwianie potrzeb fizjologicznych, posługiwanie się łyżką, kubkiem, itd), dlatego konieczność wykonywania tych czynności w przedszkolu bez pomocy rodziców często wiąże się z lękiem przed porażką i powoduje płacz dziecka,

Ad 3) *Jak pomóc dzieciom w przygotowaniu się do roli przedszkolaka ?*

- dziecko musi dowiedzieć się od rodzica i zrozumieć, dlaczego idzie do przedszkola i co będzie tam robić. Musi także być poinformowane, kto i kiedy odbierze go z przedszkola,
- dzieciom udzielają się obawy i zdenerwowanie rodziców oddających swe dzieci do przedszkola : dziecko nabiera zaufania do nowych osób, gdy widzi, że rodzice mają do nich zaufanie,
- nie należy straszyć dziecka przedszkolem, obcymi osobami ,np: „Pójdiesz do przedszkola, koledzy się będą z ciebie śmiali, bo nie potrafisz ...”, „Dzieci w przedszkolu nie będą cię lubić, bo ty ...”, „Powiem pani w przedszkolu, że ty nie umiesz ...”, „Nie rób tak, bo pani cię zabierze ...” Stosowanie takich zwrotów zaowocuje w przyszłości strachem dziecka przed każdą nieznaną sytuacją , również lękiem przed przedszkolem,
- należy wykorzystywać każdą okazję lub specjalnie zaaranżować krótkie rozstanie rodziców z dzieckiem i pozostawienie go na kilka godzin ze znaną mu osobą (babcia, dziadek, ciocia, sąsiadka) – dziecko nabędzie doświadczeń w rozstawaniu się z rodzicami i będzie wiedziało, że mama na pewno po niego przyjdzie,
- dobrze jest, jeśli dziecko spało lub leżało poza swoim domem i wie, że spanie nie w swoim domu i nie w swoim łóżku, nie musi oznaczać rozstania z rodzicami na całe życie,
- dobrze jest, jeśli dziecko ma możliwość bawić się samo, a trudniej, jeżeli ani przez moment nie pozwala dorosłej osobie odejść od siebie i chce być zabawiane cały czas przez dorosłych ; należy umożliwiać dziecku wybór i samodzielną organizację swoich zabaw,
- aby wyrobić u dziecka umiejętność zabawy i komunikowania się z innymi dziećmi , należy umożliwiać mu jak najczęściej kontakty z innymi dziećmi – na podwórku, w rodzinie, u sąsiadów,
- trzeba sprawdzić, czy dziecko rozumie proste polecenia i zakazy oraz czy potrafi je wykonywać – wskazane jest ćwiczenie z dzieckiem w tym zakresie,

- dziecko powinno sygnalizować potrzeby fizjologiczne – bardzo dobrze, jeśli jest samodzielne w toalecie, a jeśli nie – musi wiedzieć, że jeżeli poprosi o pomoc, z pewnością pani w przedszkolu mu w tym pomoże,
- dziecko powinno samodzielnie jeść łyżką i pić z kubeczka, trzeba nauczyć je także gryźć różne potrawy; posiłki w przedszkolu nie są miksowane, ani podawane w postaci papek, a czasami dzieci przychodzące do przedszkola zupełnie nie potrafią ugryźć kanapki, mięsa czy surówki,
- bardzo ważną umiejętnością jest komunikowanie się z dorosłymi : dziecko musi umieć zgłaszać swoje potrzeby, zapytać o coś lub poprosić dorosłych albo też powiedzieć, że czegoś nie chce czy nie potrafi,

Do zobaczenia w przedszkolu!!!