

Adaptacja w przedszkolu. Jak przez to przebrnąć?

Wrzesień w przedszkolu? Wielu osobom kojarzy się z traumatycznym doświadczeniem najmłodszych, zszarpanymi nerwami nauczycieli, wszechobecnym płaczem dzieci i stresem u rodziców. Czy przed tym „przedszkolnym horrorem” można uciec?

Przyczyny problemów z adaptacją dziecka w przedszkolu:

Adaptacja dzieci w wieku przedszkolnym przebiega w różnym tempie. Każdy maluch w inny sposób jest związany z rodzicami, inaczej reaguje na obce miejsca i w zróżnicowanym tempie nawiązuje relacje z innymi dziećmi. Maluchy różnią się także poziomem rozwoju psychoruchowego. Najtrudniej mogą mieć tu niewątpliwie dzieci, które przez długi czas były odizolowane od środowiska rówieśniczego. Jednak nawet te dzieci, które szybko po narodzinach zostały przekazane pod opiekę żłobka mogą mieć problemy z adaptacją w przedszkolu. Kłopot z „przyzwyczajaniem się do przedszkola” jest związany także często z tym, że najmłodsze przedszkolaki nie są odporne na hałas ani wysiłek fizyczny. Wraz z uczęszczaniem do przedszkola zmienia się także tryb życia dziecka, co przejawia się m.in. w godzinach posiłków.

Adaptacja – nie tylko po stronie przedszkola:

Adaptacja w przedszkolu to długi proces – po prostu nie da się przyzwycząić malucha do uczęszczania do placówki w jeden dzień. Oczywiście, są dzieci, dla których przedszkole stanowi ogromną „frajdę” i nie mogą się już

wręcz doczekać kolejnego dnia. Niestety, zdecydowanie częściej dzieci na początku swojej przedszkolnej przygody są zestresowane i płaczące. Niezbędna tutaj jest współpraca z rodzicem. O czym warto poinformować rodziców, którzy zamierzają powierzyć dziecko pod opiekę przedszkola?

- Rozmowa, rozmowa i jeszcze raz rozmowa – dzieci naprawdę wiele rozumieją. Rodzice powinni zatem wytłumaczyć nowemu podopiecznemu, dlaczego musi chodzić do przedszkola;
- nie można dzieci straszyć przedszkolem – nic dziwnego, że nie będą później chciały w nim zostać. Przedszkole powinno kojarzyć się dziecku z miłym doświadczeniem – warto sięgnąć tutaj po bajeczki adaptacyjne. Godną polecenia dla 3 – latków jest np. bajka „[Lulaki, Pan Czekoladka i przedszkole. Bobek, wyprawa i rzeczy w sam raz, czyli ważne sprawy małych ludzi](#)”;
- warto powoli przyzwyczajać dziecko do nieobecności rodzica (np. pozostawiając je pod opieką dziadków) i zmiany rytmu życia dziecka (np. poprzez wprowadzenie posiłków o podobnych porach, co w przedszkolu).

Rola przedszkola w adaptacji nowych podopiecznych:

Rola rodziców w procesie przygotowania do przedszkola jest niepodważalna. Co natomiast może zrobić przedszkole, aby ułatwić maluchom proces adaptacji w placówce?

- **przekazanie rodzicom informacji o zasadach panujących w przedszkolu** – najlepiej zrobić to z kilkumiesięcznym wyprzedzeniem. Spotkania dla rodziców mają na celu nie tylko przedstawić im tryb życia w przedszkolu. To również szansa na poznanie nauczycieli dziecka i wyjaśnienie wątpliwości rodziców. W prelekcjach może wziąć udział psycholog, który fachowo doradzi, jak postępować z kilkulatkiem.

Podczas spotkań z rodzicami trzeba poinformować ich również o konieczności zakupu wyposażenia dla dziecka (co konkretnie i ile?) – dzięki temu unikniemy późniejszych problemów;

- **zorganizowanie zajęć dla rodziców i dzieci** – to zdecydowanie najlepsza forma poznania przedszkola przez malucha. W obecności rodzica dziecko nie jest tak zestresowane a krótkie kontakty z placówką pozwalają stopniowo „oswoić” przedszkole. Dziecko poznaje pomieszczenia przedszkola i bierze udział we wspólnych zabawach – z innymi dziećmi i rodzicami. Warto wykorzystać tutaj scenariusze adaptacyjne, które można znaleźć np. w książce Anny Klim – Klimaszewskiej pt. „Witamy w przedszkolu. Wspomaganie procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego”.
- **stopniowe wydłużanie pobytu** – kilkutygodniowe przyzwyczajenie dziecka do przedszkola na pewno przyniesie o wiele lepsze rezultaty niż przysłowiowy skok na głęboką wodę – od razu całodzienny pobyt w placówce. Jeśli to możliwe, warto tak zorganizować czas, aby rodzice mogli powoli wdrażać dziecko w tryb życia przedszkola;
- **integrowanie grupy** – ostatni, ale niemniej ważny element adaptacyjnej układanki. Gdy już dojdziemy do momentu, w którym dzieci pozostają pod opieką nauczycieli przedszkola bez płaczu i buntu trzeba zintegrować grupę. Wytworzenie sympatycznej atmosfery wśród dzieci sprawi, że poczują się bezpiecznie i chętniej będą brały udział w zajęciach. Można tutaj wykorzystać scenariusze przygotowane specjalnie na tą okazję – ponownie odsyłamy do książki Pani Anny Klim – Klimaszewskiej.

Celem pierwszych zajęć w najmłodszej grupie przedszkolaków jest przede wszystkim wzajemnie poznanie się dzieci i pomieszczeń w przedszkolu. Dla kilkulatków to przecież zupełnie nowe, obce środowisko. Chociaż niektórym niestety nadal wydaje się, że problemy z adaptacją rozwiążą się same,

zdecydowanie nie polecamy takiego podejścia. Odpowiednio przeprowadzony proces adaptacji to tak naprawdę pierwszy, poważny krok w edukacji najmłodszych.

Artykuł powstał na podstawie książki Anny Klim – Klimaszewskiej pt., „Witamy w przedszkolu. Wspomaganie procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego”.