

Ewa Czownicka

psycholog

Trzylatek idzie do przedszkola

O adaptacji małego dziecka do przedszkola

Niedawno Janek skończył trzy lata. Jeszcze wiosną rodzice zapisali go do przedszkola i teraz przygotowują go na to nowe doświadczenie.

– Jasiu, dzisiaj idziesz do przedszkola, poznasz nowych kolegów i na pewno będziesz się z nimi dobrze bawił.

Ku zadowoleniu nieco zdenerwowanych rodziców pierwszy dzień poza domem minął spokojnie. Następnego ranka mama budzi synka:

– Jasiu, wstawaj, idziesz do przedszkola.

Zaspany chłopczyk odpowiada:

– Już byłem!

To nie jest anegdota, lecz zdarzenie autentyczne. Dla Jasia, po jednorazowej wizycie, sprawa pójścia do przedszkola została zamknięta. Był tam, bawił się z dziećmi i teraz wszystko wróciło do dobrze znanej codzienności. Jednak rzeczywistość okazała się zupełnie inna. Ten pierwszy dzień poza domem stał się początkiem nowego rozdziału w życiu dziecka i jego rodziny. Teraz rytm każdego ich dnia zmieni się i trzeba się będzie do tego dostosować. Każdego roku we wrześniu wielu trzylatków staje przed wyzwaniem podjęcia nowej roli społecznej – przedszkolaka.

Czy pójście do przedszkola jest trudne dla małego dziecka?

Niewątpliwie ta nowa sytuacja życiowa jest stresująca nie tylko dla dziecka, ale także dla jego dorosłych opiekunów. Dowodzą tego obserwacje zachowania najmłodszych dzieci i reakcje ich rodziców w początkowym okresie przychodzenia do przedszkola. Nowe środowisko społeczne wymaga od dziecka odpowiedniego zachowania, którego dopiero musi się nauczyć i je zaakceptować. Proces przystosowywania się do nowych warunków potrwa jakiś czas, różny dla różnych osób. O przebiegu i skuteczności adaptacji zaświadczą zmiany w zachowaniu dziecka, które pozwolą mu na coraz lepsze funkcjonowanie.

W dotychczasowym trybie życia dziecka pojawią się nowe okoliczności

W swoim kilkuletnim życiu dziecko przebywało przede wszystkim z rodzicami i najbliższymi opiekunami, było darzone miłością, indywidualną uwagą i opieką. Poznało dobrze własne miejsce zamieszkania, w którym czuje się bezpieczne i sprawnie daje sobie radę. Mając uprzywilejowaną pozycję w rodzinie i zagwarantowane zaspokojenie swoich potrzeb, w dobrze znanej sobie rutynie, chętnie poznaje coraz szersze otoczenie społeczne i stara się sprostać pojawiającym się nowościom. Wie, że w każdej chwili może się odwołać do dorosłych i otrzyma stosowną pomoc. Nawet jeśli musi podzielić się najbliższymi z rodzeństwem, jest świadome swoich praw i dostępności mamy i taty. Zwyczajnie, jakie towarzyszą jego codziennemu życiu, wypracowane wspólnie przez rodziców i dziecko, na ogół nie są zbyt rygorystyczne i mogą podlegać doraźnym modyfikacjom. Tymczasem pójście do przedszkola zmienia dotychczasowy porządek dnia codziennego i nakłada na wszystkich członków rodziny nowe obowiązki. Podczas gdy dla dorosłych sytuacja ta jest oczekiwana i zrozumiała, dla małego dziecka stanowi trudność konieczną do pokonania. Nowo upieczony przedszkolak,

niezależnie od swojej woli, musi wstać odpowiednio wcześniej, przebyć drogę do przedszkola i pozostać w nim przez następne kilka długich godzin, zanim będzie mógł wrócić do domu. Rozstanie z rodzicami, rozpoznanie nowego miejsca, nowych zwyczajów organizujących czas pobytu, obecność wielu dzieci i niepewność roli dorosłych opiekunów powoduje u dziecka poczucie obcości i niepokoju. Musi upłynąć dłuższy czas, od kilku tygodni do kilku miesięcy, zanim maluch na dobre zapuści korzenie w swojej grupie, polubi nowe aktywności i zdobędzie zaufanie do wychowawczyń. Tym samym pogodzi się z faktem, że nie jest jedynym dzieckiem, którego potrzeby muszą być realizowane natychmiast i bez względu na okoliczności, zauważy obecność rówieśników i odkryje możliwość radosnego dzielenia z nimi wspólnej przestrzeni. Zdobędzie gotowość do korzystania z posiadanych umiejętności w nowych warunkach i powoli zacznie się uczyć nowych. Pomocą w tym procesie są mądrze określone przez nauczycielki granice działania, pokazywane skuteczne zachowania, godzenie interesów i potrzeb jednostki i grupy. Niemalą rolę odgrywają w tym procesie rodzice współpracujący na bieżąco z pedagogami.

Dziecko musi poczuć się bezpieczne mimo nieobecności rodziców

Małe dziecko tworzy wyjątkową więź emocjonalną ze swoimi bliskimi. Rodzice gwarantują zabezpieczenie wszelkich jego potrzeb, a dziecko ma poczucie własnej mocy, która sprawia, że wszystko jest w zasięgu jego możliwości. Jednak maluch wcześniej odkrywa, że istnieją ograniczenia i wtedy bliska więź z rodzicami daje mu poczucie bezpieczeństwa i chęć do podejmowania ryzyka. Dzięki niej kształtuje się jego gotowość do poznawania otoczenia, odwaga w podejmowaniu różnych działań i radzenie sobie z trudnościami i stresem.

Doświadczenie trudności nieuchronnie dostarcza dziecku wiedzy o istnieniu odrębności psychicznej między nim a dorosłym, o mniejszych własnych możliwościach i zależności od tych, którzy są silniejsi. Odkrywa, że w każdej trudnej sytuacji istnieje możliwość odwołania się do mamy lub taty i uzyskania oczekiwanego wsparcia. Ważnym momentem w rozwoju jest pojawienie się u dziecka gotowości do separacji od osób znaczących i przeniesienie przywiązania oraz zaufania do innych dorosłych, którzy zaczynają odgrywać istotną rolę w życiu dziecka. Wiąże się to z dojrzałością do utrzymania w pamięci obrazu matki, dobrej i wspierającej, mimo jej fizycznej nieobecności. Taki stan osiąga dziecko mniej więcej w wieku trzech i pół lat. Dlatego niektóre dzieci młodsze przeżywają znaczne napięcie emocjonalne przy rozstaniu z mamą/tatą po przyprawieniu do przedszkola, płaczą, czepiają się kurczowo rodzica i nie reagują na ich uspokajające zapewnienia. Nie działa argument, że mama niedługo przyjdzie, bo dziecko nie ma poczucia czasu, boi się, że nieobecność rodzica jest nieodwracalna. Dziecko odczuwa potrzebę natychmiastowej obecności rodzica, a perspektywa dobrej zabawy mu nie wystarcza. Dobrze jest, jeśli wychowawca spróbuje pocieszyć dziecko przytuleniem, a ono przyjmie tę pomoc. Rozmowa z maluchem może czasem ujawnić istotę jego rozpaczy, a propozycja konkretnego działania może przynieść mu ulgę.

Mały Franek tkął przytulony do nauczyciela, a zapytany o powód swojego żalu, wyszeptał: Boję się, że mama zniknęła. Zapewnienia, że to niemożliwe, nie zdały się na nic. Jednak udało się zawrzeć umowę: Ty spokojnie i bez płaczu się bawisz, ja idę szukać mamy. Chłopiec zgodził się i wytrwał spokojnie do przyjścia matki.

Inną typową właściwością rozwojową trzylatka jest brak umiejętności zauważania potrzeb innych ludzi. Każda własna potrzeba jest dla niego najważniejsza, a jej zaspokojenie powinno być natychmiastowe i zgodne z oczekiwaniami dziecka. Fakt, że przebywa ono w zorganizowanej, wieloosobowej grupie rówieśników jeszcze przez dłuższy czas nie będzie stanowił wyznacznika zachowania. Spory o zabawkę, o miejsce tylko dla siebie, np. na rozłożenie klocków, wykonywanie poleceń nauczyciela i podporządkowanie się rytmowi czynności wynikających z rozkładu dnia (stałe pory posiłków, odpoczynek, zabawa, spacer) to wiedza, której zdobywanie jest długotrwałe i mozolne.

W procesie adaptacji uczestniczy wiele osób

Poza samym zainteresowanym – dzieckiem – są to rodzice i nauczyciele, którzy wspierają dziecko w jego wysiłkach przystosowania się do nowej sytuacji. Te trzy elementy stanowią spójny układ wzajemnie na siebie oddziałujący, a to co jest w nim najważniejsze, to:

- gotowość psychiczna rodziców, którzy mają wiedzę o nowej sytuacji, w jakiej znalazło się ich dziecko, rozumieją jego trudności i akceptują je, a jednocześnie szukają skutecznych rozwiązań, współpracują z przedszkolem
- gotowość psychiczna dziecka, które przyjmuje informacje o nowej sytuacji, akceptuje zmianę i nowość, „żegna się” z dotychczasowym wzorcem sytuacji jako jedynym możliwym do przyjęcia
- gotowość przedszkola, którego pracownicy mają wiedzę o prawidłowościach rozwoju dziecka, wyrażając akceptację dla jego indywidualności, powoli wdrażają je do życia grupowego, stosują odpowiednio dobrany program i metody pracy, współpracują z rodziną.

Co sprzyja adaptacji dziecka?

Przystosowanie do nowego środowiska trwa jakiś czas, podczas którego zachowanie dziecka się zmienia. Świadectwem przystosowania dziecka do nowego środowiska będzie jego nastrój i zachowanie w czasie pobytu w przedszkolu. Zacznie spokojnie rozstawać się rano z rodzicami i chętnie uczestniczyć w zabawach z innymi dziećmi. Przyzwyczai się do rytmu dnia i będzie realizować polecenia nauczycielek, dotyczące czynności porządkowych z nim związanych (mycie rąk przed posiłkami, jedzenie posiłków, odpoczynek, porządkowanie zabawek, udział w zorganizowanych zabawach i zajęciach, ubieranie się i rozbieranie, związane z wychodzeniem na dwór). Będzie zainteresowane nowymi propozycjami aktywności i nie będzie protestować przy zmianach. W przypadku pojawienia się jakiejś potrzeby (picia, otrzymania zabawki, wyjścia do toalety, pomocy przy ubieraniu się), złego samopoczucia (ból głowy, ucha, brzucha), niepokoju, smutku (z powodu długiego oczekiwania na przyjście rodzica), konfliktu z rówieśnikiem (o upragnioną zabawkę) dziecko zwróci się o pomoc do którejś z pań w grupie lub odpowie pozytywnie na inicjatywę opiekunek, gdy te zauważą takie potrzeby. W końcu, bez zbytecznego ociągania się i zadowolone, opuści przedszkole razem z opiekunem.

Uzyskaniu takiego pożądanego efektu sprzyjają pewne umiejętności wszystkich uczestników procesu adaptacji. Dorosli, rodzice i nauczyciele powinni być bardziej świadomi tego, czego wymaga od nich nowa sytuacja dziecka. Rodzice, wiedząc o perspektywie pójścia dziecka do przedszkola, mogą wcześniej wyposażyć je w umiejętności przydatne do bycia w grupie rówieśniczej, niesprzeczne z etapem rozwojowym, a nauczyciele, podczas rekrutacji, mogą porozmawiać z rodzicami o tym, co pomoże dziecku w początkowym okresie adaptacji.

Spróbujmy wymienić pokrótce to, co jest najważniejsze w przystosowaniu dziecka do pobytu w przedszkolu.

Rodzice

- są gotowi do separacji z dzieckiem – wiedzą i są przekonani, że dziecko może pozostać w grupie, pod opieką innych dorosłych, do których mają zaufanie
- pomagają dziecku przeżyć stres separacyjny – zapewniają je o swojej miłości, nie dają mu odczuć swoich obaw, niepokoju i lęku z powodu jego reakcji niezadowolenia, płaczu, złości lub agresji
- są świadomi potrzeb i umiejętności dziecka, związanych z etapem rozwoju i możliwościami – mówią mu, że powinno zwrócić się do pani, kiedy czegoś potrzebuje; są w kontakcie z nauczycielem dziecka, rozmawiają o jego zachowaniu, przekazują istotne informacje o stanie dziecka

Dziecko

- umie być bez mamy przez kilka godzin dziennie
- umie polubić panią

- umie skorzystać z pomocy nauczycieli
- reaguje na polecenia kierowane do siebie
- reaguje na perswazję
- naśladuje wzór zachowania nauczyciela
- chce być samodzielne w samoobsłudze (toaleta, jedzenie, rozbieranie i ubieranie się)
- jest ciekawe świata i chce poznawać swoje otoczenie
- komunikuje swoje potrzeby

Nauczyciele, specjaliści

- znają prawidłowości rozwoju i możliwości małego dziecka
- traktują dzieci podmiotowo i indywidualnie, rozumieją ich zachowanie
- mają program adaptacji dla dzieci i rodziców

Co utrudnia adaptację dziecka?

Nie wszystkim dzieciom z równą łatwością przychodzi dostosowanie się do nowych warunków. Duże znaczenie dla tego procesu ma wiek dziecka. Im jest młodsze, tym bardziej można się spodziewać przejawów lęku separacyjnego, wyrażającego się płaczem, smutkiem, nieskrywaną tęsknotą za mamą lub tatą, oporem, a nawet agresją. Mogą pojawić się reakcje odmowy jedzenia, trudności z zasypianiem i „zapominanie” już opanowanych czynności fizjologicznych. Niepełna świadomość stałości osoby matki u dziecka poniżej trzech i pół lat i lęk przed możliwością jej „nieodwracalnej utraty”, kiedy wychodzi poza przedszkole, ogranicza dziecko i sprawia, że nie korzysta ono z oferty przedszkola. Reakcja taka może być okazjonalna lub utrzymywać się przez dłuższy czas. Niemożność przyjęcia pomocy od nauczyciela znacznie utrudnia pokonanie lęku i powrót do zabawy.

Przeszkodą w socjalizacji może być znaczna impulsywność emocjonalna dziecka, ograniczona zdolność powstrzymania własnych reakcji. Dopiero trzylatek zaczyna panować nad tymi zachowaniami. Problemy adaptacyjne mogą wynikać także z różnego rodzaju opóźnień i nieprawidłowości rozwojowych.

Jednak nie tylko właściwości rozwojowe dziecka wpływają na jego trudności adaptacyjne. Ich źródłem mogą być również zachowania dorosłych.

U rodziców

- nie potrafią rozstać się z dzieckiem – czują dyskomfort lub niepokój o samopoczucie dziecka i dbałość personelu o nie, woleliby, żeby dziecko nadal było pod ich wyłączną opieką
- dają dziecku niejasne komunikaty, dotyczące decyzji pozostawienia go w przedszkolu
- przekazują informacje o swoich uczuciach dotyczących rozstania, o uczuciach dziecka, przenoszą odpowiedzialność za swoje odczucia na dziecko (smutno mi, kiedy cię zostawiam; smutno mi, kiedy widzę, że ty nie chcesz zostać i płaczesz; nie płacz, bo wtedy robi mi się przykro)
- obiecują okazjonalnie – zostaniesz krótko, przyjdę po ciebie wcześniej, poproszę kogoś, żeby cię niedługo odebrał
- przyprowadzają dziecko o różnych porach lub pozostawiają w domu bez określonej przyczyny

U dziecka

- nadmierna zależność od obecności rodziców
- opóźniony rozwój mowy, mowa bardzo niewyraźna, ubogi słownik
- niesamodzielność w samoobsłudze
- brak gotowości do uczenia się prostych zasad społecznych
- absencje nieuzasadnione chorobą lub inną istotną przyczyną

U nauczycieli

- oczekiwanie zbyt szybkiej adaptacji
- stawianie wymagań niezgodnych z poziomem rozwoju dziecka (zawyżonych lub zaniżonych)
- zaprzeczanie uczuciom dzieci
- ujednolicanie wymagań, schematyzm postępowania, rutyna

Jakie umiejętności trzylatka są przydatne w przedszkolu?

Bez wątplenia odpowiedni do wieku poziom zaradności życiowej pomoże trzylatkowi w przystosowaniu się do nowej sytuacji. Jeżeli wymagania przedszkola są zgodne z poziomem samodzielności dziecka, wkrótce zacznie ono używać posiadanych umiejętności, a tym samym poczuje się pewniej i bezpieczniej. Trzeba mieć świadomość, że w pierwszym okresie przychodzenia do przedszkola u dziecka mogą się pojawić zachowania typowe dla okresu wcześniejszego, kiedy było młodsze. Nawet rodzice mogą być zdumieni, że maluch nagle nie umie lub nie chce korzystać z dobrze już ugruntowanych umiejętności. Sprawia to stres i bunt przeciw nowej sytuacji oraz nadzieja, że wszystko uda się przywrócić do poprzedniego stanu. Rodzice i nauczyciele w tym czasie muszą się wykazać zrozumieniem i cierpliwością. Niezbędna jest aktywna pomoc dorosłego w przywracaniu dziecku chęci do używania posiadanych nawyków przez wskazanie mu i upewnienie go o istnieniu stałości i powtarzalności nowej sytuacji. Dzięki stałemu planowi dnia, jasnej strukturze czynności codziennych dziecko poczuje się bezpieczne i pewne, że otrzyma pomoc oraz odniesie sukces. Wtedy zacznie rozwijać swoją aktywność i korzystać z oferty przedszkolnej. Wymiana informacji między nauczycielem a rodzicami o możliwościach i aktualnych zachowaniach dziecka oraz o dotychczasowej strukturze i stylu funkcjonowania w środowisku domowym znacznie wesprze proces przystosowania.

Maciek, zamiast barwić się z kolegami, najczęściej kuczał na środku sali i mógł tak trwać przez dłuższy czas. Najgorzej było podczas przygotowania do posiłków lub przebierania się. Zgłaszał płaczliwym głosem, że nie może iść umyć rąk ani zjeść zupy, ani założyć kapci bo... nie umie! Podjęte przez nauczycielkę próby pokazania chłopcu, że wszystko to jest w zasięgu jego możliwości, pochwały, gdy zrobił coś z nauczycielem, nie spowodowały pożądanых zmian w jego zachowaniu i nastroju.

Dopiero rozmowa z mamą ujawniła specyfikę traktowania Maćka w domu. Otaczany był nadmierną opieką, często wyręczany i traktowany jak dziecko o wiele młodsze. Wspólnie z mamą ustalono, że Maciek dostanie szansę i będzie mógł w domu wykonywać czynności z zakresu samoobsługi zgodnie ze swoim wiekiem. W niedługim czasie okazało się, że problem zniknął. Maciek samodzielnie mył ręce, zjadał obiad i razem z innymi dziećmi przebierał się na gimnastykę. Co spowodowało tak szybką i zasadniczą zmianę?

Mama opowiedziała o pewnym zdarzeniu, które miało miejsce zaraz po rozmowie. Do tej pory Maciek w domu jadł przy oddzielnym stoliczku, miał założony śliniak i używał dziecięcej plastikowej zastawy. Jedzenie było specjalnie przygotowywane dla niego, choć nie miał zalecanej żadnej diety. Tym razem rodzice posadzili go przy ogólnym stole, postawili komplet talerzy i sztućców taki sam jak dla siebie. Maciek wszystko uważnie obserwował i nagle powiedział: I jeszcze chciałbym jeść to samo co wy!

Dzieci, które we wrześniu rozpoczną swój staż przedszkolaka może dzielić różnica nawet wielu miesięcy. Jedne mają już ukończone trzy lata i pełną parą weszły w czwarty rok życia, inne są młodsze i jeszcze nie osiągnęły poziomu rozwoju trzylatka. Z tego faktu wynikają określone konsekwencje – dojrzałość życiowa i umiejętności najmłodszych dzieci są bardzo zróżnicowane, a zmienność i postępy rozwoju bardzo dynamiczne.

Wszystkie wymienione niżej umiejętności, które dziecko rozwija i nabywa w trzecim roku życia, pomogą mu w dobrym przystosowaniu do nowej roli społecznej – przedszkolaka.

Dziecko trzyletnie potrafi:

- zgłosić potrzebę wyjścia do toalety, może potrzebować niewielkiej pomocy przy załatwianiu się
- rzadko zdarza mu się zmoczyć lub zabrudzić majteczki
- posługiwać się łyżką i widelcem przy jedzeniu
- bez pomocy wziąć sobie picie, nalać je do kubeczka, w znanym miejscu
- odkręcić kran, umyć i wytrzeć ręce w ręcznik, choć może to robić niezbyt dokładnie
- włożyć ubranie (spodnie, bluzkę, sukienkę, kurtkę), bez zapinania guzików
- biegać, skakać do przodu, rzucać piłką znad głowy
- znaleźć sobie zajęcie samo lub z niewielką zachętą: rysować, także odwzorować koło
- ubierać lalki, budować z klocków, lepić z plasteliny, przeciąć nożyczkami papier
- rozpoznać i nazwać 4 obrazki, nazwać 4 kolory
- chętnie, samorzutnie opowiadać o tym, co mu się wydarzyło, prowadzić krótką rozmowę, jego wypowiedź powinna być zrozumiała dla dorosłego przynajmniej w połowie

Mity o adaptacji

Tym, co utrudnia proces nabywania zachowań przystosowawczych, są pewne obiegowe opinie o przebiegu adaptacji małych dzieci do przedszkola, często mające utrwalony status mitu. Nie wszystkie z nich znajdują potwierdzenie w stanie faktycznym, a uczestniczenie w życiu grupowym nie jest tak łatwe, jakby się wydawało. Przyjrzyjmy się kilku z nich.

Adaptacja jest aktem jednorazowym

To nieprawda. Istnieje wiele sytuacji przedszkolnych, w których pojawia się konieczność adaptacji. Są to między innymi:

- Pierwszy kontakt trzylatka z przedszkolem.
- Pierwszy kontakt dziecka starszego z przedszkolem.
- Zmiana grupy lub przedszkola.
- Zmiana nauczycielki.
- Długa nieobecność z powodu choroby lub wyjazdu.

- Spóźnienia i niesystematyczność w chodzeniu do przedszkola.
- Pojawienie się nowego dziecka w grupie.

Adaptacja do przedszkola trwa krótko

To nieprawda. Im dziecko młodsze, tym czas potrzebny do pełnego uczestnictwa w życiu grupy trwa dłużej. Obserwujemy, że dziecko w pierwszym roku pobytu w przedszkolu potrzebuje od sześciu do ośmiu miesięcy na zdobycie poczucia przynależności do grupy. Dlatego głównym celem i zadaniem w grupie najmłodszej jest osiągnięcie przez dzieci dobrej adaptacji do pobytu w przedszkolu. Adaptacja przebiega fazami – okresy lepszego przystosowania mogą być rozdzielone chwilami negacji i niezadowolenia. Przyczyny takiego stanu są bardzo zróżnicowane.

Trzylatek nudzi się z rodzicami i marzy o zabawie z rówieśnikami

To nie jest w pełni prawda. Zależy od wieku dziecka. Im jest młodsze, tym bardziej widać, że nie potrafi jeszcze samodzielnie bawić się z innymi dziećmi i długo być bez rodziców w obcym miejscu. Chociaż chętnie przebywa w pobliżu innych dzieci, jednak, z powodu dziecięcego egocentryzmu rozwojowego, nie potrafi podjąć ról i przestrzegać zasad w zabawie. Najchętniej bawi się, kiedy ma zapewniony bezpośredni dostęp do rodzica. Także krótki czas koncentracji na jednej czynności utrudnia dzieciom wspólną zabawę. Przedszkole to nie tylko zabawa z kolegami, to także konieczność wielogodzinnego pobytu poza rodziną i konieczność podporządkowania się nowym zwyczajom.

Zaprzeczanie uczuciom dziecka pomaga mu w przystosowaniu

To nieprawda. Nikt nie lubi, żeby zaprzeczać jego uczuciom, szczególnie tym, które wiążą się z niepokojem. Zaprzeczanie lękwowi czy złemu samopoczuciu bardziej służy osobie przekonywującej – w pozbyciu się bezradności wobec zachowania dziecka – niż adresatowi, który może zareagować jeszcze silniej. Lepiej uznać prawo do przeżywanego przez dziecko uczuć i starać się je złagodzić.

Dziecko spokojne od początku to dziecko przystosowane

Nie można być tego pewnym. Podporządkowanie wymaganiom nowej sytuacji nie zawsze świadczy o przystosowaniu. Zdarza się, że dziecko początkowo jest bardzo zmobilizowane i uruchamia mechanizmy przeciwdziałające reakcjom niepokoju. To jednak nie gwarantuje dobrego przystosowania i może się okazać, że po tym okresie nadmiernej mobilizacji przyjdzie czas na reakcje wskazujące na trudności adaptacyjne. Dobrze jest pozwolić dziecku na przeżycie negacji nowej sytuacji, wyrażenie obawy czy niezadowolenia. Im wcześniej pojawią się takie reakcje, tym szybciej będzie można nad nimi pracować.

Obecność rodziców w pierwszych dniach pobytu w przedszkolu pomaga małemu dziecku w przystosowaniu

Nie ma na to wystarczających dowodów. Dzieci chętnie bawią się z rodzicami w nowym miejscu. Czują się bezpieczne i zadowolone, że przez pewien czas mają rodzica na wyłączność. Trudno określić, po jakim czasie są gotowe do pozostania w grupie bez jego towarzystwa. Część dzieci, po krótkiej zabawie, żegna odprowadzającego opiekuna i idzie do sali. Inne nie chcą go puścić i nadal przeżywają rozstanie. Niezależnie od tego, czy pożegnanie następuje od razu po przyprowadzeniu dziecka do przedszkola, czy po okresie wspólnego pobytu, ważna jest spokojna decyzja dorosłego o pozostawieniu dziecka pod opieką wychowawcy i przestrzeganie ustalonego rytuału pożegnania (np. mówienie do widzenia i odprowadzenie do sali; pomachanie dziecku do okna, przy którym czeka na ten gest). Zwykle większość dzieci szybko się uspokaja i bierze udział w proponowanych zabawach i zajęciach.

Formy współpracy przedszkola z rodzicami sprzyjające adaptacji

Podjęmujemy różne działania dla jak najlepszego przebiegu procesu przystosowania dziecka do pobytu w grupie przedszkolnej w taki sposób, aby rodzice mogli się czuć jego współuczestnikami.

Zajęcia obserwacyjno-adaptacyjne w okresie rekrutacji wspólnie z rodzicami, podczas których dzieci mogą bawić się w obecności rodziców, a rodzice mogą chociażby w pewnym zakresie zapoznać się z przyszłym miejscem pobytu ich pociech.

Spotkania integracyjne dla rodziców i dzieci całego przedszkola i w poszczególnych grupach, które odbywają się zgodnie z harmonogramem kilka razy w roku szkolnym.

Rodzice mają stały bieżący kontakt z nauczycielami i konsultacje ze specjalistami.

Zajęcia dodatkowe – brykanki dla rodziców i dzieci z grupy najmłodszej, prowadzone w celu wsparcia procesu adaptacji.

Na koniec należy podkreślić, że po dłuższym lub krótszym okresie adaptacji dzieci zaczną w pełni i z zadowoleniem korzystać z ofert przedszkola, a ich smutki i lęki odejdą w niepamięć.

Sześćcioletni Wojtek i Piotrek z cicha podśmiewali się z płaczącego malucha, który tęsknił za mamą. Zapytani, o czym szepczą, bez zażenowania wskazali palcem na zrozpaczonego malca. Wtedy usłyszeli nieoczekiwaną informację: Ładnie to śmiać się z małego dziecka! Już nie pamiętacie, jak sami ryczeliście za rodzicami na rękach u pani Ani! Obaj zareagowali jednogłośnie niedowierzającym okrzykiem: My! To nieprawda, to niemożliwe!

Książki, które mogą pomóc rodzicom

Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, Sandee E. Hathaway B.S.N., *Drugi i trzeci rok życia, poradnik dla matek i ojców*, Poznań 2000.

Bardzo wyczerpująca i wszechstronna pozycja, napisana przystępnym językiem, dla każdego, kogo interesuje rozwój dziecka w wieku od roku do trzech lat. Praktyczne źródło informacji na tematy rozwoju, zdrowia, wychowania i nawet takie, które teraz nie przychodzą nam do głowy, ale kiedyś mogą nas zaskoczyć. Można czytać rozdziały po kolei, wybrane fragmenty, powoli do poduszki albo wtedy, gdy szuka się szybkiej porady.

Walter Strassmeier, *Interwencja wczesnodziecięca*, Harmonia Universalis, Gdańsk 2012.

Z pomocą tej publikacji rodzice, obserwujący opóźnienia w rozwoju swoich dzieci, mogą ocenić ich poziom w pięciu obszarach funkcjonalnych: samoobsłudze, motoryce małej i dużej, mowie, myśleniu i postrzeganiu zmysłowym. Dzięki odpowiednim tabelom określą mocne i słabsze strony rozwoju dziecka, będą mogli skorzystać z programu usprawniania i wybrać ćwiczenia odpowiednie do potrzeb dziecka. Autorzy prowadzą czytelnika krok po kroku i proponują 260 ćwiczeń, które są także doskonałą inspiracją do wymyślania własnych zadań, bliższych warunkom codziennego życia rodziny. Poradnik, przeznaczony przede wszystkim dla rodziców, nauczycieli, wychowawców i opiekunów dzieci z trudnościami w rozwoju, może być dobrym źródłem wiedzy o rozwoju dzieci od trzeciego miesiąca życia do pięciu lat dla każdego, kto pragnie lepiej, bardziej całościowo i obiektywnie spojrzeć na rozwój i umiejętności małego dziecka.