# **MOJE DZIECKO IDZIE DO PRZEDSZKOLA**

Nowe miejsca, sytuacje, inni ludzie budzą nasze zainteresowanie, ale wraz z nim pojawia się pewien niepokój. Zadajemy sobie pytania: jak będzie, co nas czeka?

Ludzie dorośli potrafią opanować emocje i korzystając z wcześniejszych doświadczeń przystosować się do nowej sytuacji. Przystosowanie należy do podstawowych mechanizmów regulujących stosunki człowieka ze środowiskiem. Nieprzystosowanie odgradza jednostkę od społeczeństwa i ogranicza jej otwartość.

Przyjście dziecka do przedszkola nie powinno wzbudzać lęku, nie może być to chwila, na którą dziecko oczekuje pełne obaw i niepokoju. Niedopuszczalne jest straszenie przedszkolem.

Małe dzieci bardzo przeżywają wszelkie zmiany i same nie potrafią sobie pomóc. Szczególnie duże nasilenie przeżyć, problemów adaptacyjnych obserwuje się u dzieci 3-4 letnich. Przyglądając się ich właściwościom rozwojowym uświadamiamy sobie jak wiele trudności i ograniczeń wynika tylko z samego procesu rozwojowego a dochodzi jeszcze dostosowanie się do nowego, nieznanego środowiska. Często bywa, że w tym czasie zmienia się sytuacja w domu rodzinnym – mama idzie do pracy i nie jest w stanie zrekompensować dziecku rozstania, zachwiania bezpieczeństwa, braku wystarczającej ilości czasu i zainteresowania tylko dzieckiem.

Sposób przetrwania trudnego okresu jest bardzo ważny dla przyszłego przedszkolaka gdyż ma on również istotny wpływ na jego późniejsze funkcjonowanie. Przystosowanie się dziecka może sprawić korzystne zmiany w jego rozwoju pod warunkiem, że będzie przebiegać na miarę możliwości.

Dziecko w przedszkolu musi przyzwyczaić się do:

- obcych ludzi (personel, rówieśnicy)

* nowego miejsca (budynek, sala, sprzęty, zabawki)
* życia w grupie (dzielenie się, czekanie na swoją kolej)
* rytmu i organizacji dnia przedszkolnego.

Przy charakteryzującym małe dziecko egocentryzmie, potrzebie bezpieczeństwa, bliskości i uwagi dorosłego - adaptacja jest bardzo trudna. Trzeba być przygotowanym, że nasze pociechy będą zdezorientowane, nieszczęśliwe i być może niegrzeczne. Stres, kontakt z wieloma dziećmi może być przyczyną częstszych chorób.

Wobec powyższego nasuwa się potrzeba ścisłej współpracy Przedszkola i Rodziców, wzajemnego wsparcia, szczerych i życzliwych kontaktów, zrozumienia i wszelakiej pomocy.

**KROKI, RADY I WSKAZÓWKI ZMIERZAJĄCE DO ZMNIEJSZENIA STRESU SPOWODOWANEGO PÓJŚCIEM DZIECKA DO PRZEDSZKOLA.**

## Sierpień

## Usamodzielnianie dziecka:

## przyzwyczajanie do rozstań - zostawianie pod opieką cioci, znajomej;

## stwarzanie możliwości kontaktu i zabaw z rówieśnikami;

##  nauka samodzielnego jedzenia łyżką, mycia rąk, wykonywania czynności higienicznych przy załatwianiu potrzeb fizjologicznych, zdejmowania i zakładania podstawowych części garderoby, rozpoznawania swoich rzeczy wśród innych, wycieranie nosa, podawania swojego imienia i nazwiska, w miarę rytmicznego chodzenia po schodach;

* oswojenie dziecka z przyborami i materiałami (kredka, pędzel, plastelina).
* pokazanie dziecku budynku przedszkola, przejście drogi jaką będzie pokonywało codziennie z domu do przedszkola

***Przeciętny rozwój dziecka w pełni umożliwia opanowanie tych czynności, usprawnia je codzienny trening.***

## Wrzesień

* Do przedszkola niech odprowadza dziecko osoba mniej związana z nim emocjonalnie.
* Nie należy przeciągać momentu rozstania.
* Trzeba pamiętać, że nasze obawy, lęki podświadomie przenoszą się na dziecko.
* Jeżeli dziecko bardzo mocno przeżywa rozstanie można pozostać z nim w sali (Należy konsultować z nauczycielką nasze postępowanie, nie trzeba eliminować wszelkich trudności, musimy rozróżniać sytuacje, z którymi dziecko sobie radzi i nie potrzebuje pomocy i te, w których należy je wspierać).
* Jeśli jest to możliwe wprowadzać dziecko do przedszkola stopniowo, na kilka godzin i wydłużać czas pobytu.
* Nie zabierać dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu, jeśli zrobimy to raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko załatwić.
* Nie obiecywać, że jeśli dziecko pójdzie do przedszkola to coś dostanie. Drobny prezencik to nagroda za dzielność, wytrwałość, ale nie forma przekupywania.
* Nie wymuszać na dziecku, żeby zaraz po przyjściu do domu opowiadało, co wydarzyło się w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres.
* **Pamiętaj: żegnaj i witaj swoje dziecko zawsze uśmiechem!**