

# Jak ułatwić dziecku adaptację?

Opublikowano: środa, 14, październik 2020 12:39

Odsłony: 592

---

## Jak ułatwić dziecku adaptację w przedszkolu?

„Jeżeli twierdzisz, że mi ufasz - ufaj mi całym sobą. Ufaj mi - naprawdę.  
Potrzebuję Twojej wiary we mnie. Ona unosi moje skrzydła.  
Ty, moja mądra, dorosła Mamo we mnie wierzysz;  
Ty, dorosły, potężny Tato - ufasz, że dam radę,  
więc ja - Wasz malutki syn, Wasza mała córeczka - PORADZĘ SOBIE.

Otoczony Twoimi ciepłymi zapewnieniami odnajdę w sobie siłę do tego, by sobie poradzić. Otulony Twoim wsparciem, Twoją pewnością i wiarą we mnie - będę latał...” Katarzyna Wnęk - Joniec 'Nie przydeptuj małych skrzydeł'

Już niedługo, część z rodziców po raz pierwszy zaprowadzi swoje pociechy do przedszkola. Choć wszyscy są przekonani o zaletach płynących z pobytu dziecka w przedszkolu, to pojawiające się wątpliwości, obawy, pytania mogą nie mieć końca. To będzie trudny czas zarówno dla Was Drodzy Rodzice jak i dla Waszych dzieci. Dla dziecka, ponieważ opuszcza bezpieczny, znany świat. Natomiast dla rodziców, bo oddają swoje dziecko w "obce" ręce.

Chcielibyśmy Wam ułatwić przejść przez tę drogę, udzielając kilka praktycznych rad.

1. Zachwalaj przedszkole, wypowiadaj się dobrze przy dziecku o placówce, pracownikach, tym co spotka go podczas pobytu. Nie okazuj swojej niepewności, dziecko jest świetnym obserwatorem i szybko wyczuje Twoje emocje. Rozmawiaj o przedszkolu i poinformuj dziecko o tym, że czas w przedszkolu będzie spędzał w towarzystwie innych dzieci bez rodziców.
2. Nie przedłużaj pożegnań, bądź przy tym spokojny i pogodny, tak aby dziecko nie wyczytało z Twojej twarzy niepokoju. Jeśli rozstanie z dzieckiem sprawia większe trudności mamie, niech w miarę możliwości w pierwszym okresie adaptacyjnym, przejmie tę rolę inna osoba, bardziej stanowcza i opanowana np. tata lub niania.
3. Nie obiecuj dziecku czegoś, czego wiesz, że na pewno nie uda Ci się wykonać (np. że przyjdiesz po niego po obiedzie, choć wiesz, że zrobisz to dopiero po podwieczorku). To może obniżyć jego poczucie bezpieczeństwa i jeszcze bardziej zniechęcić do pobytu w przedszkolu.
4. Pozwól zabrać dziecku jakąś ważną dla niego rzecz z domu, może to być kocyk, przytulanka lub inny znaczący przedmiot.
5. Wcześniej przyzwyczajaj dziecko do przebywania z innymi osobami niż na co dzień. Postaraj się także bywać w miejscach gdzie dziecko będzie miało okazję do spędzenia czasu z rówieśnikami.
6. Rozwijaj umiejętności samoobsługowe dziecka, ponieważ często ich brak jest dodatkowym stresem dla dziecka. Nauczenie dziecka samodzielnego mycia rąk, ubierania się, podejmowanie prób samodzielnego zjadania posiłków, czy korzystania z toalety zdecydowanie ułatwi mu adaptację w przedszkolu.
7. Odpowiednio ubierz dziecko do przedszkola, tak by czuło się komfortowo (spodnie i spódniczki na gumkę, ubieranie na tzw. "cebulkę", buty bezpieczne i łatwe do zakładania, kapturki na gumowej podeszwie).

## Jak ułatwić dziecku adaptację?

Opublikowano: środa, 14, październik 2020 12:39

Odsłony: 592

---

8. Podczas odbierania dziecka z przedszkola bądź radosny, nawet jeśli ono jest smutne i przygnębione.

9. W początkowym okresie staraj się odbierać dziecko wcześniej, ponieważ trzyletnie dziecko nie ma jeszcze rozwiniętego poczucia czasu i dłuższy pobyt poza domem wydaje mu się bardzo długi.

Mamy nadzieję, że wspólnie z Państwem przyczynimy się do tego, aby Wasze dziecko wkroczyło w ten ważny etap w swoim życiu - jakim jest pobyt w przedszkolu - w sposób łagodny, nie zaburzający szczęśliwego, dziecięcego świata.