

Pierwsze dni w przedszkolu to dla rodziców i ich pociech ogromne wydarzenie. Wiążą się z tym silne emocje, które pojawiają się zarówno u dzieci jak i opiekunów. To, jak przebiegnie proces adaptacji w przedszkolu zależy w dużej mierze od wcześniejszego przygotowania malucha do wkroczenia w kolejny etap życia, jakim jest pójście do przedszkola. Dziecko boi się nie tylko tego co go spotka, ale przede wszystkim tego, że mama nie wróci.

Jak ułatwić dziecku pobyt w przedszkolu?

1. ***Nie przeciągaj pożegnania w szatni*** – pomóż dziecku się rozebrać, pocałuj je na pożegnanie i wyjdź. Im dłużej się żegnacie, tym trudniej będzie dziecku się z Tobą rozstać.
2. ***Nie zabieraj dziecka do domu kiedy płacze przy rozstaniu*** – W ten sposób nie pomagasz mu w trudnej sytuacji, tylko uczysz wytrwałości. Jeśli zrobisz to choć raz będzie wiedziało, że łzami można dużo wymusić. Możesz być pewna, że przy kolejnej okazji będzie płakało jeszcze bardziej.
3. ***Nie obiecuj: jeśli pójdziesz do przedszkola kupię Ci zabawkę*** – oczywiście możesz dziecku dać mały prezencik przy odbieraniu go z przedszkola, ale nie może on być formą przekupstwa.
4. ***Kontroluj to, co mówisz.*** To bardzo ważne. Zamiast: już możemy wracać do domu, powiedz: teraz idziemy do domu. Różnica jest niby niewielka, ale zauważ, że pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk. Sugeruje, że przedszkole jest dla dziecka sytuacją przymusową, drugie – nie, jest neutralne.
5. ***Nie wymuszaj na dziecku żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu.*** To powoduje niepotrzebny stres. Lepiej poczekać, aż dziecko samo poruszy temat.
6. ***Bądź na czas. Przyprowadzaj i odbieraj dziecko punktualni.*** Rano dziecko musi się przestawić, jeśli spóźniasz się na zajęcia, jesteś zestresowana, śpieszysz się, nic dobrego z tego nie wyjdzie. Poza tym dziecko, jak gąbka, chłonie Twoje emocje. To samo z odbieraniem. Jeśli umawiasz się, że przyjdiesz po podwieczorku, dotrzymaj umowy. Dziecko dużo pewniej czuje się w przedszkolu, jeśli wie kiedy po nie przyjdiesz i może na Tobie polegać.

Pamiętaj, że nawet jeśli znajdziesz idealne przedszkole i dobrze przygotujesz dziecko, i tak Twój maluch ma prawo wyrażać sprzeciw i niezadowolenie - w końcu w jego życiu zaszła radykalna zmiana i potrzeba czasu, aby ją zaakceptował.

Opracowała: Monika Siara