

PRZEDSZKOLACZEK



PUBLICZNE PRZEDSZKOLE NR 3 W RADOMIU

WRZESIEŃ 2023



POŻEGNANIE Z DZIECKIEM W PRZEDSZKOLU

Wrzesień to miesiąc obfitujący w różnego rodzaju emocje.

Pojawiający się lęk, strach, obawa, podekscytowanie towarzyszą dzieciom i rodzicom. Jak sobie z tymi emocjami poradzić...?

I tutaj często pojawia się pytanie, na które rodzice nie znają za bardzo odpowiedzi. Jak naszym maluszkom pomóc, aby okres adaptacyjny przejść łagodniej?

Pożegnanie z dzieckiem w przedszkolu, szczególnie na początku roku szkolnego jest bardzo trudne. Często maluszki płaczą, krzyczą, tupią itp, przez co rodzicom ciężko rozstawać się z dzieckiem. I choć czas zawsze działa na naszą korzyść, a dziecko zaprzyjaźnia się z przedszkolem, jest kilka rzeczy, które możemy podpowiedzieć rodzicom, by cały ten proces maksymalnie załagodzić.



Co sprawia, że maluchy płaczą?

Teoretycznie, wszystko przygotowane jest tak, by zachęcić dziecko do przebywania w przedszkolu – kolorowe sale, zabawki, uśmiechnięte panie. Jednak wrześnie maluszki zawsze dają do wiwatu. Gdy tylko przekraczają próg przedszkola ich śpiew rozbrzmiewa w całej placówce.

Gdy nadchodzi pierwszy dzień dłuższego rozstania, dziecko wpada w panikę. Nie mieści mu się w głowie, że nagle zaistniał jakiś tak ważny powód, by miało ono rozstać się z mamą – przecież do tej pory chodzili razem na plac, na zakupy, do babci, naprawić auto,... wszędzie! Czemu to się tak nagle zmieniło? Dziecku nie łatwo to zrozumieć. Chwila namysłu pozwala jednak na szybkie wnioski: nie wiem, nie podoba mi się to, boję się! I oto gotowa recepta na strumienie łez płynące z oczu.

Pożegnanie z dzieckiem – kto boi się bardziej?

Krótką obserwacją wystarczy, by zrozumieć, że niekoniecznie tylko dziecko wpadnie zaraz w panikę. Często rozstanie z dzieckiem w przedszkolu to pierwszy moment w życiu rodziców, gdy doświadczają przerażenia swoich maluchów. Często dzieci w rozpacz, nie rozumiejąc sytuacji, przekonują rodziców łamiącymi serce frazami: “Obiecuję, już będę grzeczna, ale nie zostawiaj mnie!”, “Mamo, już mnie nie kochasz? Wróć, proszę!” – rodzice wracają, przecież nie zostawią dziecka w przekonaniu, że przestali je kochać. W końcu, ocierając łzy, swoje i dziecka, wychodzą i czatują pod oknem, nasłuchując czy dziecko się uspokaja i ze zgrozą stwierdzają, że kolejne 10 minut płacze.

Wtedy przychodzi czas na wątpliwości – może to nie był dobry pomysł, może to nieodpowiednie przedszkole, pani sobie nie radzi? Czy winić rodziców za ich niejednokrotnie bezwzględne pytania i szpiegowskie zapędy (stanie przy oknie, za drzwiami, nasłuchiwanie i podglądanie)? Nie, to oczywiste. To trudny moment nie tylko dla dziecka, ale i dla rodzica. Często po raz pierwszy w życiu rodzic przekazuje życie swojego maluszka w opiekę nieznajomej dorosłej osoby.

Pożegnanie z dzieckiem – z perspektywy nauczyciela

To nie jest łatwe! Oto stoimy w sytuacji, w której dziecko wtulone w mamę rozpaczliwie próbuje ją przy sobie zatrzymać, a sama mama nie za bardzo wie, co ma robić – przecież nie odepchnie dziecka, ani nie ucieknie przed nim. Czasami oczekujemy (a możemy mamy nadzieję?), że nauczyciel wyrośnie spod



ziemi i na pstryknięcia palca rozweseli smutnego maluszka. Dziecko natomiast oczekuje (a może ma nadzieję), że nauczyciel nie będziemy się zbliżać – nowy, obcy i niepodobny do mamy. Trzeba to wszystko pomnożyć jeszcze przez liczbę obecnych dzieci. Smutek dzieci i ich niepokój są normalne. Lęk separacyjny dotyka niemalże każdego malucha. Trudno go uniknąć. O ile jednak na wrażliwość dziecka nie mamy wpływu, o tyle mamy wpływ na to, co my jako rodzice i nauczyciele możemy zrobić, by to dziecku ułatwić.

POŻEGNANIE Z DZIECKIEM – JAKIE?

Zwykle: krótkie!

Nie, nie chodzi o to, żeby przerażone dziecko przekazać nauczycielowi wołając „Pa!”. Poświęćmy czas na rozmowę przed wejściem do przedszkola, ustalcie co się wydarzy, na przykład mówiąc: „Wejdziemy razem, poczekam aż ubierzesz kaptcie, dam ci słodkiego buziaka i ruszysz do zabawy”. Dla ogromnej większości działa skrócenie pożegnania przed samą salą. Przeciąganie pożegnania bardzo utrudnia rozstanie dziecku. Długie dyskusje w drzwiach sali, przedłużane uściski, pożegnania i powroty, sprawiają, że sytuacja staje się trudna dla wszystkich stron – zarówno rodzica, dziecka, jak i nauczyciela. Dziecko, choć malutkie, będzie próbowało wykorzystać wszystkie możliwe sposoby, by zatrzymać rodzica i wpłamywanie się w wyjaśnienia, potęguje tylko stres i nadzieję na to, że jakimś cudem rodzic jednak zostanie. Co więc zrobić? Porozmawiać przed przedszkolem, wyjaśniać, wysłuchać dziecka. A przed salą: zachować spokój, pożegnać się jak zawsze i przekazać dziecko nauczycielowi. Rozmawiajcie w domu. Ugaście największe pożary. Jednak unikajcie rozkręcenia karuzeli emocji dyktowanych lękiem. Szybsze wejście pozwoli szybciej przekonać się dziecku, że czeka na nie świetna zabawa!



Rutyna

Warto umówić się z dzieckiem na sposób pożegnania i trzymać się przyjętej zasady. To może być cokolwiek, co odpowiada rodzicowi i dziecku, np. kiedy dziecko jest już przebrane „buziak, przytulas, piąteczka i lecis do zabawy”. Pierwszego dnia ciężko mówić o rutynie, ale po jakimś czasie dziecko zacznie się przyzwyczajać, a rozstanie będzie łatwiejsze.

Pozytywne komunikaty

Kiedy mówimy dziecku „Nie bój się!”, to właściwie wtedy uświadamiamy mu, że jest w ogóle czego się bać. Strach w naszym głosie, żal i współczucie nieświadomie sprawiają, że dziecko utwierdza się w przekonaniu, że dzieje mu się krzywda. Spokojnie! Nic złego się nie wydarzy! Niech dziecko czuje to również od rodzica. „Będzie fajnie! Miłej zabawy! Baw się dobrze! Miłego dnia!” – te słowa wypowiedziane z uśmiechem pomogą dziecku pozytywnie nastawić się do nowej sytuacji.



Mówienie prawdy

Kiedy mówimy: „*Mamusia pójdzie na chwilę do samochodu i za chwileczkę wraca*”, oszukujemy, a dziecko szybko się zorientuje, że nie może ufać rodzicowi. Brak zaufania do rodzica przekłada się na brak zaufania wobec nowej pani i przedłuża proces adaptacji dziecka. „Ucieczka rodzica”, gdy dziecko zajmie się zabawą i odwróci swoją uwagę działa tak samo i nie przynosi pozytywnych efektów. Co zatem powiedzieć? „Przyjdę po Ciebie zaraz po pracy!”, „Przyjdę po Ciebie po obiedzie!” – szczególnie druga wersja jest pomocna dla dziecka. Może ono nie orientować się czym jest praca, ile to trwa, a obiad jest konkretnym punktem w czasie i dziecko szybko odkryje, że mama mówi prawdę, jest punktualna, więc może być spokojne.

Cierpliwość i wrażliwość

Okres adaptacyjny potrafi być burzliwy i długi. Wiele zależy od rodzica i nauczyciela, ale jeszcze więcej od wrażliwości dziecka, która jest od nas niezależna. Warto więc uzbroić się w cierpliwość, pozytywnie nastawić i być wsparciem dla malucha. Krzyk i negatywne komunikaty („Jak nie przestaniesz płakać, to zabieram misia do domu”) tylko pogarszają sytuację.



Wejście do sali na własnych nogach

To bardzo ważne, by dziecko weszło do sali na własnych nogach, a nie na rękach rodzica. Moment „wrywania dziecka” z objęć jest nieprzyjemny dla każdej ze stron – dziecka, rodzica i nauczyciela. Dziecko zaczyna widzieć w nauczycielu osobę, która siłą odbiera je mamie, niczym okrutny porywacz.

Dużo przyjemniej dla nauczyciela i dziecka przejąć rączkę dziecka i uściskać je od wejścia. Buduje to zaufanie dziecka do nowej znaczącej osoby dorosłej w jego życiu.

Zaufanie

Pierwsze dni w przedszkolu to trudny czas nie tylko dla dziecka, dla rodzica i dla nauczyciela. Warto wzajemnie poznać się, ufać! Zarówno dla rodzica jak i nauczyciela, dziecko stanowi niezwykłą wartość.

Działanie dostosowane do dziecka

Pamiętaj, że pierwszeństwo nad wszystkim ma to, co rodzic wie o dziecku. Dziecko ma wysoki poziom lęku? Jest nieufne w kontakcie? Ma problemy adaptacyjne wynikające ze spektrum? Rodzic dostosuje swoje działania do dziecka – zna je najlepiej.

Rodzicu - potraktuj wszystko co tu czytasz jako wskazówki, rozwiązania, które pomagają dzieciom szybko przemienić lęk w radość. Ale zawsze bierz poprawkę na swoje dziecko, którego nikt nie zna lepiej od Ciebie.

Pożegnanie z dzieckiem – czy jest tak strasznie?

Nie! Niektóre dzieci popłakują przez kilka miesięcy – inne przez kilka dni. Dziecko to dziecko – ma prawo do strachu, a każde z nich jest inne.

Z perspektywy nauczyciela

Jako nauczyciele możemy trafić na grupę, która szybko zaklimatyzuje się w nowym miejscu, ale i na taką, w której jeszcze w grudniu niektórym dzieciom wracającym po dłuższej chorobie zakręci się w oku łezka. Na pewno okres adaptacyjny nie należy do najprzyjemniejszych i najlżejszych etapów w edukacji przedszkolnej. Aby jednak pomóc dzieciom, rodzicom, a tym samym – sobie samemu, warto uświadamiać rodziców jak ważna jest ich rola i jak wiele zależy od tego, jak przebiegnie ich rozstanie z dzieckiem.



DROGI RODZICU!

Może wam POMÓC!

- ▶ Krótkie pożegnanie
- ▶ Nie poganianie dziecka
- ▶ Szybkie opuszczenie przedszkola
- ▶ Spokój i opanowanie
- ▶ Dotrzymywanie obietnic:
np. przyjdę po leżakowaniu
- ▶ Uśmiech rodzica
- ▶ Dziecko przyprowadzone na własnych nogach



NIE WOLNO wam robić!

Długie pożegnania ◀

Przeciągające się rozmowy pod salą ◀

Kłamstwa typu: mama idzie do sklepu/do auta i za chwilę wróci ◀

Stanie w drzwiach lub pod drzwiami i obserwowanie i nasłuchiwanie ◀

Dziecko na rękach - trudniej będzie Wam się rozstać ◀

Straszenie dziecka zabranie zabawki ◀

Zbyt późne wyjście z domu, poganianie dziecka ◀

Pożegnanie w przedszkolu

- ▶ Słowa typu:
 - Miłej zabawy,
 - baw się dobrze,które sugerują, że w przedszkolu jest fajnie

Nie dotrzymywanie obietnic np. "odbiorę cię po obiedku" ◀

Zakazane zwroty:

- nie bój się
- przepraszam, ale musisz tu dzisiaj zostać
- przykro mi, ale muszę iść do pracy



**** Humor przedszkolaka ****

Do 3-letniego Adasia przyszli dziadkowie w odwiedziny.

Babcia mówi do Adasia:

- Adasiu, tu masz pieniążki do kieszonki i sobie coś kup.

Na to Adaś:

- Babciu, ale ja mam dwie kieszonki!

POCZYTAJKI

Mamy dla Was, a przede wszystkim dla Waszych dzieci opowiadanie:

"Florek i jego pierwszy dzień w przedszkolu".

Z głównym bohaterem utożsamić się mogą nasze maluszki, bo on tak jak i one doświadcza tych samych emocji.

1 września przyszedł szybko, za szybko i niespodziewanie.

Tego dnia Florek obudził się bardzo wcześnie.

Leżąc w łóżku, rozmyślał, jak to będzie w nowym miejscu i co tam będzie robił.

Czy spotka kogoś fajnego? Czy będzie miał z kim przeżywać różne przygody?

W tym czasie do pokoju weszła mama i widząc strapienie syna, powiedziała:

– Och, nie martw się, kochanie, wszystko będzie dobrze – i mocno go przytuliła. – Ja też pamiętam, jak po raz pierwszy szłam do przedszkola. Czułam się tak samo jak ty dzisiaj.

– Naprawdę? – zapytał zdziwiony.

– Naprawdę, ale okazało się, że dzień był świetny. Niepotrzebnie się denerwowałam.

Zobaczysz, u ciebie będzie tak samo.

Tego dnia pięknie świeciło słońce i wiał delikatny wiatr. Przed przedszkolem było bardzo dużo nieznajomych dzieci i ich rodziców.

– Mamo, proszę cię, wracajmy do domu – szepnął Florek mamie do ucha i chwycił ją mocno za rękę.

– Synku, do domu wrócimy po zajęciach. Nie martw się, wszystko będzie dobrze.

Nagle wszyscy zamilkli.

– Witajcie, jestem Klara, będę waszą panią w przedszkolu. Gotowi na zabawę? – zapytała pani Klara, uśmiechając się od ucha do ucha. Po chwili z uśmiechem, który nie schodził jej z twarzy, zaprosiła wszystkich na salę. Uchylone drzwi skrywały jakąś tajemnicę i zachęcały wszystkich do wejścia. Dzieci zaczęły się przepychać, żeby wejść, ale Florek stał na końcu. Pani Klara podeszła do niego, przykucnęła obok i zapytała:

– Co ci jest? Czy wszystko w porządku?

Florek oczy miał przepełnione łzami, nie mógł powiedzieć ani słowa. Pokiwał głową i ściskając dłoń pani Klary, wszedł do środka. Sala była duża i kolorowa. W oknach wisiały różne postacie z bajek, które chłopiec bardzo lubił: Kubuś Puchatek, Smerfy, Królewna Śnieżka i siedmiu krasnoludków. Wszędzie było mnóstwo zabawek i maskotek, które tylko patrzyły, żeby je wziąć i przytulić. Florek chciał to wszystko zobaczyć z bliska, nigdy nie widział takiej sali ani tylu dzieci. Było głośno, dzieci biegały, rozmawiały, śpiewały. Dziewczynki od razu zaczęły bawić się lalkami, a chłopcy klockami. Nauczycielka zaprosiła wszystkich na dywan. Przywitała się z każdym z osobna i zapytała, w co najbardziej lubią się bawić.

– Ja lubię bawić się samochodami! – wykrzyknął Franek na całą salę.

– Ja lubię słuchać ciekawych historii, które opowiada mi mama do snu – powiedziała Julka.

- A ty...? Co lubisz robić? – zapytała Florka pani Klara.
- Ja? Hmmmm... hmmmm... – Nagle zrobiło mu się gorąco. Poczuł, że w jednym momencie stał się czerwony jak burak.
- Spokojnie, nie denerwuj się – powiedziała z uśmiechem pani Klara. – Przypomnij sobie, co lubisz robić, jak jesteś w domu.
- Chłopiec czuł na sobie wzrok wszystkich dzieci. Popatrzył niepewnie na panią Klarę, a ta, cały czas się uśmiechając, puściła do niego oczko i po cichutku powiedziała:
- Dalej, na pewno sobie poradzisz.
- Mały chłopiec uśmiechnął się i powiedział:
- Najbardziej lubię układać różne budowle z kłoców. Układam wielkie kosmiczne pojazdy, samochody wyścigowe, domy, sklepy. – Chłopiec nagle się rozpromienił. Zapomniał o tym, że wszyscy na niego patrzą, i opowiadał dalej.
- Pani Klara zaczęła bić mu brawo, a za nią wszystkie dzieci.
- Florek wrócił do domu w świetnym nastroju. Całe popołudnie opowiadał rodzicom, co wydarzyło się w przedszkolu, że niepotrzebnie tak bardzo się bał. Zdradził mamie w sekrecie, że pani Klara jest bardzo podobna do niani i że chyba go polubiła, bo ciągle się do niego uśmiechała.
- Czyli co, jutro też pójdziesz do przedszkola? – zapytał tata podekscytowanego chłopca.
- Chyba tak – odpowiedział niepewnie Florek...

Opracowała Magdalena Stopa
Monika Cichorz