

Bez płaczu do przedszkola? To możliwe, czyli rzecz o dobrej adaptacji



Adaptacja to trudny czas. Czas zmian dla dzieci, rodziców i nauczycieli. Od dzieci wymaga on nie tylko przystosowania się do nowych warunków otoczenia, poznania nowej organizacji dnia, zaakceptowania innej niż do tej pory pozycji społecznej – w przedszkolu przebywają przecież w licznej grupie rówieśniczej – ale przede wszystkim nierozdzielnie łączy się z rozstaniem z rodzicami.

Nie wszyscy rodzice są gotowi do rozstania z dzieckiem. Większość przekracza we wrześniu próg przedszkola z niepokojem i obawą, w końcu oddają swoje dziecko pod opiekę – wykwalifikowanych bądź, co bądź – ale jednak obcych wychowawców. Zwykle lęk adaptacyjny ustępuje, gdy zaakceptują nauczycieli i zasady panujące w przedszkolu. Zdarza się jednak, że wychowawcy wkładają w pozytywne wzmocnienie rodziców niemal tyle samo energii, co w zapewnienie poczucia bezpieczeństwa ich dzieciom.

Wymaga to od pedagogów taktu, zrozumienia, otwartości a przy tym pełnego profesjonalizmu w działaniach dydaktyczno – wychowawczych, które są głównym zadaniem placówki. Warto wspomnieć, że najczęściej są to zeszłoroczni nauczyciele starszych przedszkolaków (5-6 latków), którzy sami potrzebują czasu adaptacyjnego, aby przystosować się do nowej specyfiki pracy, charakterystycznej dla grup młodszych.

Co zrobić żeby pomóc dzieciom, rodzicom i nauczycielom przetrwać ten trudny czas?
Przede wszystkim należy się odpowiednio przygotować.

1. Doskonale sprawdza się prowadzenie w placówkach cyklicznych, śródrocznych zajęć adaptacyjnych. Uczestniczą w nich dzieci wraz z rodzicami. Nauczyciele pełnią role animatorów, proponują różnorodne, dostosowane do wieku i możliwości dzieci aktywności. Zachęcają dzieci i rodziców do wspólnej zabawy. Jeśli dziecko nie przejawia zainteresowania proponowaną zabawą może bawić się samodzielnie, w kąciakach kreatywnego działania. Zajęcia adaptacyjne pozwalają

maluszkom na oswojenie przestrzeni, poznanie zasad panujących w przedszkolu, nawiązanie pierwszych kontaktów społecznych a także przyjaznych relacji z nauczycielami. Rodzice mają możliwość obserwowania wychowawców w trakcie pracy, oraz zasięgnięcia opinii i porady w interesujących ich kwestiach. W miłej, twórczej atmosferze i poczuciu bezpieczeństwa rodzi się nić porozumienia dziecko – nauczyciel – rodzic, wpływająca na znaczne zmniejszenie lęku adaptacyjnego.

2. Możliwie szybko poinformować rodziców o oczekiwaniach i organizacji placówki w czasie adaptacji, zapewniając im jednocześnie wsparcie ze strony specjalistów: nauczycieli, metodyka, psychologa. Ważne jest uświadomienie rodzicom istoty i wagi współpracy między środowiskiem domowym i przedszkolem oraz wskazanie wzorców zachowań w nowej sytuacji. Sposobów jest wiele: może to być prezentacja multimedialna, rozmowy z personelem placówki lub – ulubiona prze mnie metoda – wręczenie listu, np. takiego:

Mamo! Tato!

Właśnie zostałem przedszkolakiem i potrzebuję waszego wsparcia:

Przed wyjściem do przedszkola

Stwórzcie poranny rytuał, da mi on poczucie bezpieczeństwa. Może to być wspólna pięciominutowa zabawa, wysłuchanie lub zaśpiewanie ulubionej piosenki, a może opowiecie mi historię o tym jak Wy chodziliście do przedszkola?

W szatni przedszkolnej

Spróbujcie żegnać się ze czule, ale szybko. Wiem, jakie to trudne, ale postarajcie się uodpornić na moje łzy. Pamiętajcie, że one są moim sposobem na stres i rozstanie. Zwykle jednak szybko zapominam o smutku. Pamiętajcie, że Wasze zdenerwowanie i niepewność wyczuje natychmiast a wtedy ... będę protestować jeszcze głośniej. Wymyślmy razem, co mogę zabrać do przedszkola, co doda mi odwagi i pocieszy.

Zawsze dotrzymujcie danego słowa.

Jeżeli obiecujecie, że będziecie w pobliżu, bądźcie tam i nigdzie nie odchodźcie. Zawsze mówcie mi, co zamierzacie. Jeśli będziecie chcieli wyjść z przedszkola powiedzcie mi o tym, nawet jeśli wiecie, że się rozplączę. Nie martwcie się, jest ze mną Pani wychowawczyni, która na pewno mnie przytuli. Jeśli będziecie chcieli powiedzieć mi, o której mnie odbierzecie, to nie mówcie, że będziecie za trzy godziny, bo ja nie wiem ile to jest. Lepiej jak usłyszę, że przyjdziecie po obiedzie, po odpoczynku, po podwieczorku. I nigdy się nie spóźniajcie. Nie chcę pomyśleć, że zapomnieliście o mnie.

Rozmawiajcie pozytywnie o przedszkolu

Pamiętajcie, że wszystko, co mówicie na temat przedszkola wpływa na to jak w nim się czuję. Wiem, że macie prawo do przeżywania własnych emocji - ale to są sprawy dorosłych. Ja jestem dzieckiem i bardzo chciałbym słyszeć jedynie spokojne i pełne szacunku opinie. Motywujcie mnie do przedszkola w

sposób pozytywny – podkreślając często ile już udało mi się osiągnąć. Opowiedzcie najbliższym o moich sukcesach (najlepiej przy mnie) - ale nie koloryzujcie.

Odbiór dziecka z przedszkola

Dbajcie o dobrą komunikację z moimi wychowawcami. Osoby opiekujące się mną powinny znać moje mocne i słabe strony oraz kłopoty, z jakimi właśnie się borykam. Pytajcie nie tylko o czy zjadłem obiad, ale jakie poczyniłem postępy, czy nawiązuję kontakty z rówieśnikami, w jakim stopniu jestem samodzielny.

Nigdy nie porównujcie mnie do innych dzieci. Nie ma reguły, co do czasu trwania i przebiegu adaptacji. Mam prawo przechodzić ją tak, jak przechodzę.

Samodzielność

Pomóżcie mi stać się samodzielnym przedszkolakiem. Bądźcie cierpliwi, kiedy będę długo sam się ubierał, zakładał i wiązał buty, jadł samodzielnie posiłek czy radził sobie w toalecie. Bądźcie przy mnie i wspierajcie mnie, ale nie wyręczajcie w tych czynnościach.

Za rok będziecie wspominać moje pierwsze kroki w przedszkolu patrząc na to jaki jestem samodzielny i ile już umiem !!!

3. Stworzenie jasnych procedur dotyczących pierwszych dni pobytu dziecka w przedszkolu znacznie ułatwi pracę nauczycielom. Wypracowane standardy, dotyczące przyjęcia dziecka do przedszkola oraz organizacji zajęć w czasie adaptacji, wpłyną bezpośrednio na jakość pracy placówki.

4. Warto zorganizować nauczycielom spotkanie lub szkolenie dotyczące adaptacji. Pozwoli ono nie tylko na ugruntowanie wiedzy, ale z pewnością stanie się polem do wymiany doświadczeń między wychowawcami.

5. Niebagatelną rolę w procesie adaptacji odgrywa wspieranie nauczycieli, monitorowanie ich działań oraz przekazywanie pozytywnej informacji zwrotnej związanej z pracą opiekuńczo – wychowawczą. Wspieranie i motywowanie nauczycieli powinno na czas adaptacji stać się jednym z głównych zadań kadry kierowniczej placówki.

Większość powyższych działań skupiała się na zapewnieniu optymalnych warunków do pracy nauczycielom oraz wspieraniu rodziców w procesie adaptacji. Teraz czas na głównych bohaterów adaptacji – dzieci.

Każde dziecko jest indywidualnością, rozwija się we właściwym dla siebie tempie, w odmiennych warunkach środowiskowych, z łatwością nabiera jednych umiejętności, podczas gdy inne sprawiają mu trudności. Nie możemy zakładać, że proces adaptacji zakończą równoległe wszystkie dzieci i że

będzie on wymagał podobnych wysiłków ze strony rodziców i nauczycieli. Dziecko ma prawo do przeżywania adaptacji we właściwy dla siebie sposób, także płacząc. Zadaniem dorosłych jest wspieranie dziecka w procesie adaptacji, poprzez celowe, przemyślane działania dostosowane do jego indywidualnych potrzeb i możliwości.

- Przedszkole, o ile zachodzi taka potrzeba, powinno zagwarantować dziecku możliwość przebywania w sali wraz z rodzicem. Opiekun w miarę możliwości powinien zachowywać postawę biernego obserwatora, jedynie w przypadku, kiedy dziecko zwróci się bezpośrednio do niego, wzmacniać je pozytywną uwagą. Nie zwalnia to nauczycieli od powinności wykonywania wszelkich czynności opiekuńczo – wychowawczych. Oni również doradzają rodzicowi, kiedy powinien nastąpić kolejny etap adaptacji.
- Jeśli dziecko zaangażuje się w zabawę, poczuje pewniej w grupie, warto żeby nauczyciel zaproponował rodzicowi opuszczenie sali po wcześniejszym poinformowaniu dziecka, dokąd się udaje.
- „Odwiedzenie” rodzica, który czeka w wyznaczonym miejscu, przytulenie się do niego, jest dobrym sposobem na poradzenie sobie z gorszym samopoczuciem dziecka. Jeśli „wizyta” się przedłuży nauczyciel może poprosić rodzica o towarzyszenie dziecku w drodze do sali.
- W czasie, kiedy rodzic przebywa poza salą, pozostając na terenie placówki warto przekazywać mu informacje o samopoczuciu i ogólnej kondycji dziecka.
- Jeśli rodzic zdecyduje się na opuszczenie przedszkola nauczyciel powinien upewnić się, że dziecko otrzymało informację, gdzie idzie i o której wróci, zadbać o nie przedłużanie momentu rozstania oraz przypomnieć rodzicowi o przestrzeganiu umów zawartych z dzieckiem.
- Kiedy rodzic przyjdzie odebrać dziecko nauczyciel powinien krótko opowiedzieć o dniu spędzonym w przedszkolu, pochwalić dziecko za jego starania, zaprezentować wytwory pracy.

Warto jeszcze wspomnieć o przygotowaniu sali na przyjęcie nowych przedszkolaków. Należy zadbać o to by zabawki były dostosowane do wieku i możliwości manipulacyjnych dzieci. Trzylatki bawią się równolegle, dobrze więc organizując przestrzeń zadbać o powtarzalność zabawek. W najmłodszych grupach doskonale sprawdzają się kąciki kreatywnego działania. Nauczyciel inicjując zabawę ma możliwość bezpośredniego współdziałania z grupą dzieci, czuwa nad przebiegiem zabawy, motywuje, wspiera. Maluchy potrzebują częstych zmian aktywności, wiąże się to brakiem umiejętności dłuższego skupienia uwagi. Tu bezkonkurencyjne okazuje się „magiczne pudełko”. Nauczyciel gromadzi w nim atrakcyjne dla dzieci przedmioty (piórka, piłeczki, waciki, drewniane koraliki, sznurki, słomki, folie bąbelkową a także materiały naturalne) by potem wykorzystać je do krótkich twórczych zabaw z przedszkolakami.

Dobra adaptacja to proces staranie przygotowany, w którym przedszkole i środowisko domowe

współpracując wspierają dziecko w nowej sytuacji. Moment pójścia do przedszkola jest bardzo ważnym wydarzeniem. Te pierwsze doświadczenia społeczne często odbijają się na dalszym życiu dziecka. Otoczone, dotychczas, troską i uwagą rodziny nagle znajduje się w miejscu, gdzie wszystko jest obce, inne: przedmioty, osoby, rytm dnia. Niektóre dzieci są wówczas zaciekawione. Inne są niespokojne, niepewne, boją się zostać same, bez rodziców. Ich poczucie bezpieczeństwa zostaje zachwiane. Warto do adaptacji podejść z rozwagą i zaangażowaniem, a takie postępowanie na pewno przyniesie pozytywne rezultaty. Nagrodą będzie uśmiech małego przedszkolaka, zadowolenie rodziców i efektywna, spokojna praca nauczycieli.