

Jak pomóc dziecku w adaptacji w przedszkolu?

Oto „klucz” , jak zminimalizować negatywne reakcje, unikając błędów w postępowaniu rodziców:

1. **Nie przeciągaj pożegnania w szatni.** Pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź, przekazując maluszka nauczycielowi.
2. **Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu.** Jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wymusić wszystko.
3. **Nie obiecuj:** jeśli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz. Kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezent, ale nie może to być forma przekupywania, lecz raczej nagrody. Z czasem ten bodziec stanie się zbędny.
4. **Kontroluj, co mówisz.** Zamiast: „Już możemy wracać do domu”, powiedz „teraz możemy iść do domu”. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.
5. **Nie wymuszaj na dziecku,** żeby zaraz po przyjściu do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu- to powoduje niepotrzebny stres.
6. **Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze,** postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata lub inna osoba, która zna Twoją pociechę.
7. **Staraj się określać, kiedy przyjdiesz po dziecko, w miarę dokładnie.** Nie mów więc: przyjdę, kiedy skończę pracę, ponieważ dziecko nie wie, o której godzinie rodzice kończą pracę. Lepiej powiedzieć: odbiorę cię z przedszkola po podwieczorku, obiedzie. Jest to dla dziecka dobra miara

czasu, gdyż wie, kiedy są posiłki. Najważniejsze jest to, by **DOTRZYMAĆ SŁOWA**.

8. **Nie okazuj negatywnych emocji:** nie płacz, nie wracaj pod drzwi, gdy słyszysz, że twoja pociacha płacze. Takie zachowania u dziecka rozpoczynającego dopiero funkcjonowanie poza środowiskiem rodzinnym są zupełnie normalne.
9. **Każde dziecko uspokaja się** w zasadzie od razu po zamknięciu drzwi do sali, ponieważ absorbują je nowi koledzy i wielość zabawek. A życzliwa i uśmiechnięta pani zawsze przytuli, weźmie na kolana i uspokoi, zajmując jego uwagę, czymś miłym i pozytywnym.
10. **Tłumacz dziecku, że reguły obowiązujące w przedszkolu są dobre.** Dzieci lubią, gdy ich świat jest uporządkowany i ma swoją harmonię. Brak zasad i wymogów ze strony nauczyciela sprawia, że maluch odczuwa chaos, a to powoduje brak poczucia stabilności i bezpieczeństwa w nowym miejscu.
11. **Wszystkie wątpliwości lub pytania kieruj do nauczyciela.** To osoba, która spędza z dzieckiem większość dnia, więc doskonale je zna i jest kompetentna w swoim zawodzie. Na pewno uzyskasz pomoc i osiągniesz porozumienie. Dziecko, widząc, że rodzice rozmawiają z nauczycielem, czuje się bezpieczne.