

## **RODZICU JEŚLI CHCESZ POMÓC I UŁATWIĆ DZIECKU PRZEKROCZENIE PRUGU PRZEDSZKOLA W ATMOSFERZE ŻYCZLIWOŚCI, CIEPŁA ORAZ ZAUFANIU TO MUSISZ PAMIĘTAĆ O WAŻNYCH ZASADACH.**

### ***Rady dla rodziców***

1. Nie przeciągaj pożegnania w szatni; pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź;
2. Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić;
3. Nie obiecuj; jeśli pójdziesz do przedszkola to coś dostaniesz; kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu małe prezenciki, ale nie może to być forma przekupywania;
4. Kontroluj się, co mówisz. Zamiast: już możemy wracać do domu, powiedź: teraz możemy iść do domu. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk;
5. Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe 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 tato, rozstania z tatą są mniej bolesne;
7. Pamiętaj: żegnaj i witaj swoje dziecko zawsze z uśmiechem :) !

### **Czynniki wpływające na dobrą i złą adaptację**

#### ***Adaptację ułatwia:***

- \* racjonalne podjęcie decyzji,
- \* pozytywne myślenie o placówce (zaufanie do personelu),
- \* poznanie placówki przez dziecko,
- \* wcześniejsze dostarczenie dziecku doświadczeń przebywania z innymi dorosłymi, bycia bez mamy,
- \* umożliwianie kontaktów z innymi dziećmi,
- \* usamodzielnienie dziecka,
- \* jasne ustalenie reguły gry i konsekwencja w ich przestrzeganiu (kto, gdzie, kiedy, dlaczego),
- \* stopniowe przyzwyczajanie dziecka do placówki (krótki czas pobytu, towarzyszenie dziecku),
- \* akceptacja dziecka i rozumienie jego stresu, wspieranie dziecka,
- \* okazywanie spokoju, poczucia bezpieczeństwa podczas rozstania,
- \* czas na bycie z dzieckiem po odebraniu z przedszkola,
- \* ujednoczenie rytmu życia w przedszkolu i w domu.

#### ***Adaptację utrudnia:***

- \* niepewność decyzji,
- \* brak zaufania do placówki, podejrzliwość wobec personelu,
- \* wyrzuty sumienia, niepokój, lęk, poczucie zagrożenia,
- \* nieznajomość placówki,
- \* brak jasnych reguł, zmienność,
- \* traktowanie dziecka przedmiotowo,
- \* brak doświadczeń społecznych w kontaktach z innymi dorosłymi i dziećmi,
- \* nadopiekuńczość, wyręczanie dziecka w czynnościach związanych z samoobsługą,
- \* "złe" przyzwyczajenia dziecka (zasypianie z dzieckiem),
- \* "rzucanie na głęboką wodę" - pełny wymiar godzin ,
- \* straszenie przedszkolem,
- \* pośpiech, zdenerwowanie, spóźnianie- brak czasu dla dziecka, zabieganie,
- \* brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka, obrażanie się na dziecko, odrzucenie.