

Jak pomóc dziecku w zaadaptowaniu się do przedszkola?

Wszystkie badania psychologiczne wskazują, że trzyletnie dziecko jest już gotowe do dłuższego przebywania poza domem i pod opieką osób trzecich. Nie zmienia to faktu, iż jest to ogromne przeżycie zarówno dla dziecka, jak i jego rodziców. Podczas pierwszych tygodni uczęszczania do przedszkola niemal każde dziecko rozpaczliwie broni się przed pozostaniem wśród obcych dla niego osób. Nie pomagają wówczas ani zapewnienia rodziców, że szybko po nie wrócą, ani przekonywanie, że będzie tu miało dużo nowych kolegów i zabawek. W skrajnych przypadkach rozpacz ta może doprowadzić do nieuzasadnionych wybuchów płaczu, utraty apetytu i kłopotów z zasypianiem. Gdyby objawy te utrzymywały się przez dłuższy czas, należy zrezygnować z posyłania dziecka do przedszkola. Nie oznacza to jednak, że podobne kłopoty nie powtórzą się w wieku starszym, kiedy dziecko będzie musiało rozpocząć naukę w zerówce.

Do tej pory przeprowadzono wiele badań nad adaptacją dzieci do przedszkola. Oto ich wyniki:

Nie ma wyraźnego związku między wiekiem dziecka a jego przystosowaniem się do przedszkola.

Nie jest istotne, w jakim wieku dziecko po raz pierwszy przekracza próg przedszkola. Podobne dramaty może przeżywać siedmiolatek rozpoczynający naukę w szkole. Należy mieć jednak na uwadze, że środowisko szkolne jest znacznie mniej przyjazne dziecku niż przedszkole.

Dziewczynki lepiej przystosowują się do przedszkola niż chłopcy. U chłopców częściej też występują poważne zaburzenia związane z lękiem przed nową sytuacją, np. w postaci nocnego moczenia.

Istnieje związek między adaptacją do przedszkola a dotychczasowym przebiegiem rozwoju dziecka.

Jeśli dotychczasowy rozwój dziecka przebiegał normalnie, prawdopodobieństwo wystąpienia wspomnianych trudności jest znacznie mniejsze.

Nie ma związku między rozwojem umysłowym dziecka a jego przystosowaniem do przedszkola.

Takie same kłopoty mogą towarzyszyć dziecku o doskonałych możliwościach intelektualnych, jak i rozwijającemu się przeciętnie.

Nie stwierdzono wyraźnej zależności między warunkami bytowymi rodziny a przystosowaniem się dzieci do przedszkola. Wystąpienie ewentualnych trudności jest częściej efektem pośrednim, wynikającym z zaburzeń podstawowych funkcji społecznych w rodzinie.

Badania nie wykazały także szczególnej zależności wynikającej z faktu, że dziecko jest jedynakiem.

Większe znaczenie przypisuje się tutaj stosowanemu przez rodziców systemowi wychowawczemu. I tak, dzieci wychowywane w sposób racjonalny wykazują znacznie mniej trudności w adaptacji do przedszkola niż dzieci wychowywane liberalnie lub mające zbyt opiekuńczych rodziców. U nich znacznie częściej obserwuje się zaburzenia zachowania.

Warto wspomnieć o sposobach zmniejszania dramatu przeżywanego przez dzieci i ich rodziców. Idealne rozwiązanie polega na tym, że przez miesiąc każdego popołudnia dzieci przychodzą do przedszkola pobawić się ze swoimi rodzicami i przyszłą nauczycielką. Na początku mogą to być wizyty bardzo krótkie, około dziesięciominutowe, stopniowo przedłużone zmieniają nastawienie dziecka do nowego miejsca. O ile podczas pierwszych wizyt dzieci czują się w nim obco i raczej niechętnie rozstają się z rodzicami, o tyle po jakimś czasie wyruszają na samotne zwiedzanie przedszkola. Dla rodziców jest to sygnał, że dziecko czuje się już dobrze i bezpiecznie. Kiedy nadchodzi pierwszy dzień samodzielnego pobytu w przedszkolu, zarówno dziecko, jak i rodzice nie przeżywają dramatu. Niektóre przedszkola starają się prowadzić podobne zajęcia. Problem w tym, że ze znacznie mniejszą częstotliwością. Rodzice przychodzą wówczas ze swoimi pociechami raz w tygodniu na godzinne spotkania z nauczycielką i dyrektorką przedszkola. Ze względu na częstotliwość tych spotkań dzieci nie wiążą ich w całość, każdą wizytę przeżywają osobno, co z kolei nie wpływa na złagodzenie przeżywanego lęku.

Wiele przedszkoli prowadzi tzw. drzwi otwarte, można jednak odnieść wrażenie, że organizuje się je wyłącznie z myślą o rodzicach - oni, oprowadzani przez personel przedszkola, zwiedzają pomieszczenia, a dziecko

podąża za nimi, kurczowo ściskając dłoń rodzica. A przecież to ono powinno być w centrum zainteresowania, ponieważ spędzi tu kilkanaście najbliższych miesięcy. Warto zatem zwrócić uwagę na to, co interesuje malucha, a potem dopiero oprowadzić rodziców. Z wszystkich pomieszczeń w przedszkolu dla dziecka najważniejsze są trzy:

Sala zabaw, bo w niej dziecko będzie spędzało najwięcej czasu. Od niej też powinna zacząć się wędrówka po przedszkolu i nie wystarczy tu tylko obejrzenie każdego zakątka. Dziecko musi zobaczyć, jak można się tutaj bawić. Ważne, aby taki pokaz przeprowadziła jedna z nauczycielek. Kiedy weźmie ona jedną z zabawek (np. lalkę) i, miło się uśmiechając, zacznie do niej przemawiać, dzieci same zaczną się garnąć do zabawy. Taki pokaz musi być krótki, ale przyniesie pożądane rezultaty, jeśli zostanie w obecności dziecka kilkakrotnie powtórzony. Nauczycielka musi bardzo wyraźnie okazać, że zabawa sprawia jej radość.

Łazienka, bo każde dziecko musi z niej korzystać. Dobrze, jeśli nauczy się tego, przebywając w przedszkolu z rodzicami. W przeciwnym razie już pierwszego dnia dziecko będzie musiało skorzystać z pomocy nauczycielki, co może je niepotrzebnie zawstydzić.

Szatnia, bo tutaj dzieci rozpoczynają i kończą pobyt w przedszkolu. Dorosłym bardzo trudno zrozumieć, jaką olbrzymią rolę odgrywają dla dziecka w przedszkolu zwykłe znaczki oznaczające przynależność danej półki i wieszaka. Dzieci traktują je podobnie jak swoje imię, dlatego wszystkie chcą być misiami, a nie akceptują np. pomidora. Bywa, że niezadowolenie z tego powodu może doprowadzić do powstania negatywnego wizerunku całości przedszkola i niechęci do przebywania w nim. A nic przecież nie stoi na przeszkodzie, żeby wszystkim dzieciom przydzielić misie, pajacyki i laleczki różniące się kolorem ubranka czy nakryciem głowy.

W niektórych przedszkolach stosuje się metodę polegającą na tym, że przez kilka pierwszych dni rodzice towarzyszą dzieciom podczas pobytu w przedszkolu. Metoda ta jest jednak nieco kłopotliwa zarówno dla rodziców (którzy muszą na ten czas zrezygnować z pracy), jak i dla nauczycielek, którym obecność rodziców utrudnia prowadzenie zajęć. Ponadto obecność rodziców jednego dziecka budzi zazdrość innych, co źle wpływa na ogólną atmosferę w grupie.

W imię dobra dziecka warto jednak pomyśleć o opracowaniu skutecznej metody łagodzenia lęku związanego z pobytem malucha w przedszkolu.