

Zanim Twoje dziecko zacznie edukację w KIDS&Co.

ADAPTACJA DZIECKA

**PRAKTYCZNY PORADNIK
DLA RODZICÓW**



Jeżeli twierdzisz, że mi ufasz - ufaj mi całym sobą.
Ufaj mi - naprawdę. Potrzebuję Twojej wiary we mnie.
Ona unosi moje skrzydła. Ty, moja mądra,
dorosła Mamo we mnie wierzysz;
Ty, dorosły, potężny Tato - ufasz, że dam radę,
więc ja - Wasz malutki syn, Wasza mała córeczka
PORADZĘ SOBIE. Otoczony Twoimi ciepłymi
zapewnieniami odnajdę w sobie siłę do tego,
by sobie poradzić. Otulony Twoim wsparciem,
Twoją pewnością i wiarą we mnie - będę latał...

Katarzyna Wnęk – Joniec
„Nie przydepuj małych skrzydeł”



**MIĘDZYNARODOWE DWUJĘZYCZNE
PRZEDSZKOLA I ŻŁOBKI**



Każda zmiana w życiu wiąże się zarówno z ciekawością, jak i niepewnością niezależnie od wieku. Zarówno dzieci jak i dorośli odczuwają ją w większym lub mniejszym stopniu.

Pomimo znacznie szybszego przystosowania się dziecka niż dorosłego, to jednak zetknięcie się z nową sytuacją zawsze będzie swoistym szokiem. Rozpoczęcie przygody z przedszkolem czy żłobkiem to ogromna zmiana, podczas której dziecko po raz pierwszy rozstaje się z ukochanymi rodzicami czy opiekunami, ze znanymi pomieszczeniami, zabawkami czy rytmem dnia. Maluch wchodzi w nowe otoczenie, pełne nieznanych osób, zabawek i sprzętów. Wywołuje to w nim zarówno zaciekawienie, zdziwienie, jak też budzi lęk i niewątpliwie jest dla niego trudnym doświadczeniem.

Nagle wszystko, co dotychczas bliskie i znajome, zostaje zastąpione przez obcą rzeczywistość. Warto pamiętać, że dla dziecka jednak to coś zupełnie nowego i nieznanego i gdybyśmy mieli postawić się na jego miejscu prawdopodobnie też czulibyśmy się niepewnie. Należy zrozumieć emocje dziecka i jego obawy.

Adaptacja oznacza przystosowanie do nowych warunków, poradzenie sobie z nimi, zgodę na zmianę.

Zanim dziecko przystosuje się do nowych warunków przechodzi tzw. okres adaptacji. Proces adaptacyjny może trwać nawet do 8 tygodni, ale zazwyczaj już po 2 tygodniach można dostrzec znaczne różnice w nastawieniu i zachowaniu dziecka. W tym czasie może ulec zmianie zachowanie na poziomie psychospołecznym i fizjologicznym, co należy traktować jako odpowiedź na przystosowanie się do nowej rzeczywistości, co jest nieodłącznym i zupełnie naturalnym elementem adaptacji kształtującym się indywidualnie u każdego dziecka.



Typowe zachowania w okresie adaptacyjnym:

- może pojawić się płacz, lęk oraz niepokój
- można zauważyć spadek energii, a co za tym idzie aktywności. Dziecko w okresie adaptacji może w ogóle się nie bawić i nie brać udziału w proponowanych przez nauczyciela aktywnościach. Brak zabawy w ciągu dnia kompensuje w domu stając się wtedy nadmiernie ruchliwym.
- mogą pojawić się zaburzenia snu, brak apetytu, odmowa przyjmowania posiłków na terenie żłobka czy przedszkola
- mogą pojawiać się wybuchy złości, zachowania, których wcześniej rodzice nie obserwowali w domu
- może nastąpić samodzielna izolacja od grupy, pomimo iż dziecko chętnie rozmawia z innymi poza żłobkiem/przedszkolem. Pozostanie dziecka w nowym otoczeniu wśród obcych osób, w obcym miejscu może wywołać wspomniane wcześniej lęk. Rozstając się z mamą, tatą czy innym opiekunem większość dzieci reaguje płaczem i niepokojem. Taka reakcja jest zupełnie normalna - dotychczasowe doświadczenie edukacyjne i wychowawcze pokazuje, że już drugiego dnia może nastąpić pozytywna zmiana w zachowaniu i nastawieniu dziecka, natomiast wszystko zależy od indywidualnego charakteru dziecka. Choć rodzic z całych sił pragnie, aby dziecko szybko dostosowało się do nowych realiów, okazuje się, że problem może tkwić właśnie w nim. Dziecko obserwując emocje, z jakimi rodzic może zmagać się w momencie dłuższej rozłąki dostaje jasny sygnał, że to powód do zmartwień.

W tym trudnym dla dziecka okresie należy unikać przychodzenia do żłobka/przedszkola w ostatniej chwili oraz pośpiechu – zazwyczaj wywołuje to nerwową atmosferę. Kilka chwil z dzieckiem w szatni, następnie czułe lecz stanowcze pożegnanie się jest niezwykle ważne. Warto wyraźnie poinformować dziecko, kiedy zostanie odebrane z placówki. Nie należy przenosić swoich emocji na dziecko. Ono bardziej niż kiedykolwiek wcześniej potrzebuje zainteresowania i czasu. Rodzice muszą być przekonani, że pójście dziecka do żłobka/przedszkola jest decyzją najlepszą zarówno dla nich jak i dziecka. Nie mogą w obecności swojego dziecka analizować, rozważać, które przedszkole jest dobre. Jeżeli chcemy, aby dziecko przyjęło naszą decyzję bezwzględnie nie możemy okazać mu naszego wahania i naszych wątpliwości. Nie należy też pytać dziecka trzyletniego a nawet czteroletniego: Czy chcesz chodzić do żłobka/przedszkola? Czy chcesz w żłobku/przedszkolu bawić się z dziećmi? A co zrobicie, gdy dziecko powie, że nie chce. Takich i podobnych pytań się małym dzieciom nie zadaje. Na pewno trzeba dziecko oswoić z myślą pójścia do żłobka/przedszkola, do dzieci i cierpliwie tłumaczyć: Mama chodzi do pracy. Tataś też chodzi do pracy. Siostra chodzi do szkoły, a brat do żłobka. Po powrocie do domu w miarę możliwości należy zadbać o to, by dziecko znalazło się w centrum uwagi. Nagromadzone emocje może odreagować w najbardziej ulubionej zabawie, ale nie należy dostarczać dodatkowych, pobudzających atrakcji. Dziecko najbardziej potrzebuje życzliwej uwagi, wyrozumiałości i obecności.

Doświadczenie pozwala nam stwierdzić, że niektóre zachowania rodzica, choć intuicyjne i wynikające z dobrej woli, mogą zaburzyć proces adaptacji.

**RAZ PODJĘTA DECYZJA
POWINNA BYĆ KONSEKwentNIE
REALIZOWANA.
JESTEŚMY PO TO, ABY CIĘ
WSPIERAĆ I POMÓC
JĄ ZREALIZOWAĆ.**



**Poniżej prezentujemy najczęstsze błędy,
z jakimi spotykamy się podczas adaptacji dzieci w KIDS&Co.:**

- Nie płacz. Nigdy nie pozwalaj sobie na taką słabość. W oczach dziecka tworzysz wówczas tragedię – dzieje się coś naprawdę złego.
- Nie znikaj bez pożegnania. Twoje dziecko może odnieść wrażenie, że je porzuciłaś!
- Nie ulegaj, gdy dziecko płacze. Jeśli zmienisz zdanie i powiesz „No dobrze, masz dziś gorszy dzień, wracamy” – to uwierz, twoja pociecha nie odbierze tego jak wyjątek. Raczej zrozumie, że jednak jest inna opcja, więc warto płakać, nawet bardzo długo.
- Nie zaglądał do sali po pożegnaniu. W ten sposób tylko utrudnisz dziecku rozpoczęcie dnia. Może się nawet zdarzyć, że pożegnanie było całkiem spokojne, ale poprzez taki Wasz mały gest dziecko nagle zacznie płakać (bardzo prosimy nie zaglądać do nas przez okna).

