**Kilka słów o adaptacji….**

**Adaptacja** polega na przystosowaniu się jednostki lub grupy do funkcjonowania w zmienionym środowisku społecznym. Dla małego dziecka takim środowiskiem jest przedszkole. Moment pójścia do przedszkola jest bardzo ważnym wydarzeniem, wręcz przełomowym w jego życiu społecznym. Dla wielu dzieci oznacza on pierwsze kontakty z dużą grupą, których jakość jest znacząca dla rozwoju i późniejszego funkcjonowania w różnych środowiskach, w myśl poglądów o utrwalaniu się zachowań i roli doświadczeń wyniesionych z wczesnego dzieciństwa.

Aby stworzyć dzieciom lepszy start należy poznać trudności, jakie napotyka dziecko w początkowym okresie pobytu w przedszkolu, za najtrudniejsze należy uznać:

• zmianę dotychczasowych sposobów zaspokajania potrzeb emocjonalnych i biologicznych

• nawiązywanie kontaktów interpersonalnych z nieznajomymi ludźmi

• zdobywanie szybkiej orientacji w środowisku materialnym przedszkola

• nabywanie poczucia przynależności do grupy społecznej

• zmiana rytmu i trybu życia dziecka

• inna pozycja dziecka w grupie przedszkolnej niż w rodzinie

• zmiany w sytuacji rodzinnej wywołane faktem podjęcia przez matkę pracy zawodowej.

Proces przystosowania się dzieci do przedszkola może sprawić korzystne zmiany w rozwoju pod warunkiem, że będzie on przebiegał na miarę możliwości dziecka. Nie każde dziecko jest na tyle dojrzałe i gotowe, aby temu procesowi samodzielnie nadać właściwy kierunek. Istnieje potrzeba wsparcia dziecka w tym działaniu przez intencjonalnie stworzone środowisko wychowawcze. Przeszkodą w przystosowaniu się dziecka do nowych warunków, jest sposób rozumienia i pojmowania pojęć czasu i przestrzeni przez trzylatka. Nie zna ono i nie rozróżnia prawidłowo stosunków czasowych i przestrzennych. Utrudnia mu to rozpoznanie i właściwą ocenę wielu sytuacji społecznych związanych z jego funkcjonowaniem w nowym otoczeniu.Dziecko trzyletnie przez pierwsze dni pobytu w przedszkolu może być zdezorientowane, gdyż nie wie, z kim ma nawiązać bliższy kontakt emocjonalny i kto będzie zaspokajał jego potrzeby. Nauczycielka nie jest w stanie nawiązać dłuższego kontaktu z każdym dzieckiem, najczęściej, najwięcej uwagi zajmują jej te dzieci, które rozpaczają po rozstaniu z rodzicami. Kolejny aspekt tego zagadnienia wiąże się z zaspokajaniem tzw. potrzeb dnia codziennego, czyli odżywianiem, odpoczynkiem poobiednim, załatwianiem potrzeb fizjologicznych. Czynności te mogą wywołać u dzieci najwięcej reakcji negatywnych i różnych form protestu, a zakres i poziom posiadanych przez nie umiejętności samoobsługowych z pewnością wpływa na ich poczucie bezpieczeństwa i niezależności w nowym otoczeniu. Dzieci ze słabszymi umiejętnościami w tym zakresie mogą czuć się bezradne, co niewątpliwie źle wpływa na ich samopoczucie. Dlatego tak ważnym jest, aby dziecko było, w miarę możliwości, jak najbardziej samodzielne, gdyż staje się wtedy niezależne od osób dorosłych, ma poczucie sprawstwa, gdyż nie musi oczekiwać pomocy od innych. Umiejętności samoobsługowe zależą od predyspozycji osobowościowych dziecka, ale także od stylu wychowawczego rodziny – dzieci wyręczane przez dorosłych mają trudniejszy start, zawsze będą oczekiwały na czyjeś wsparcie, w wielu sytuacjach, szczególnie w tych trudnych, stają się bezradne, co niewątpliwie jest czynnikiem stresogennym.

Małe dziecko wkraczając do przedszkola musi od razu nawiązać dwa typy interakcji wymagających zróżnicowanych zachowań i umiejętności. Jeden typ to: dziecko - inni ludzie (nauczyciele, obsługa, rówieśnicy), drugi to dziecko - środowisko przedmiotowe (sala, zabawki, rytm dnia). Pierwsza z interakcji – dziecko w tym wieku preferuje kontakty z osobami dorosłymi, sytuacją wywołującą stres u dziecka, jest moment pojawienia się drugiej zmiany nauczycieli – dzieci zazwyczaj reagują płaczem. Relacja z rówieśnikami – nowa sytuacja bardzo absorbuje dzieci, dlatego też nie sprzyja ona w początkowym okresie nawiązywaniu bliższych kontaktów z rówieśnikami. Nawiązują one krótkotrwałe kontakty werbalne i niewerbalne, które w pełni zaspokajają ich potrzeby. Podczas pierwszych dni pobytu w przedszkolu dziecko musi nawiązać również wiele interakcji przedmiotowych oraz zyskać orientację w nowej przestrzeni i przyswoić sobie wiele informacji organizacyjnych. Dziecko znajduje się w obcym otoczeniu, które stanowią nowe pomieszczenia, meble, sprzęty. Stopniowo poznaje ich funkcję oraz zasady korzystania wynikające ze zbiorowego charakteru życia. Wszystko jest własnością społeczną, co narzuca pewne ograniczenia w swobodnym korzystaniu z nich. Niewątpliwie przekroczenie progu przedszkola przez trzylatka jest dla niego sytuacją trudną, dziecko może czuć się zagubione, traci poczucie bezpieczeństwa, dlatego w procesie adaptacji tak ważnym jest włączenie najbliższych w poznawanie przez dziecko nowego środowiska wychowawczego, co ułatwi mu nawiązanie kontaktu z nauczycielką i rówieśnikami w warunkach komfortu psychicznego.

**Dobre rady dla rodziców**

•Okazuj dziecku radość i ciesz się razem z nim, że idzie do przedszkola

•Rano budź dziecko z uśmiechem na twarzy

•Pozwól mu zabrać z domu ulubiona zabawkę lub przytulankę

•Pomóż dziecku rozebrać się po przyjściu do przedszkola, a po południu ubrać. Nie wyręczaj go nawet wtedy, gdy czyni to niezdarnie

•Pożegnanie w szatni powinno być krótkie: uśmiech, buziak i pa-pa

•Nie obiecuj dziecku, że odbierzesz je po obiedzie, skoro wiesz na pewno, że nie będziesz mógł tego uczynić

•Do sali możesz wejść tylko na chwilkę – oszczędzisz żalu i smutku innym dzieciom

•Jeżeli rozstanie z mama jest bolesne, maluch powinien przez pierwsze dni przychodzić do przedszkola z tatą

•Witaj swoje dziecko z uśmiechem, chwaląc je, np.: „Byłeś bardzo dzielny! Teraz możemy iść do domu”

•Nie wypowiadaj się negatywnie w obecności dziecka na temat sytuacji dotyczącej pobytu w przedszkolu

•Nie wymuszaj na dziecku, by po przyjściu do domu natychmiast opowiadało o przedszkolu. Poczekaj, aż samo zacznie mówić

•Nie pytaj, co i ile dziecko zjadło, ale z kim i w co się bawiło

**Adaptację dziecka do przedszkola utrudnia**

* Niepewność decyzji o posłaniu dziecka do przedszkola
* Nadopiekuńczość skutkująca niesamodzielnością i bezradnością dziecka
* Brak stałego rytmu życia dziecka
* Wielogodzinny pobyt w przedszkolu w pierwszym okresie uczęszczania
* Niedotrzymywanie umów dotyczących czasu odbierania dziecka z przedszkola
* Lęk o dziecko i brak zaufania do personelu

Przedszkole to miejsce, gdzie dziecko uczy się niezależności i uspołecznienia. Kontakty z rówieśnikami wdrażają młodego człowieka do zachowywania norm współżycia i respektowania zasad grupy społecznej. Dziecko szybciej się do nich przystosuje i zniesie niedogodności życia zbiorowego, gdy będzie je postrzegało jako bezpieczne i ciekawe dla siebie.

**Nauczyciel Przedszkola nr 3 : Anna Bubicz**

Opracowano na podstawie:

„Dojrzałość przedszkolna dzieci trzyletnich” oprac. Maria Bolechowska; współpraca Maria Krzyśko, Tadeusz Kurek – Katowice 1978

„Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola”, Jadwiga Lubowiecka; Warszawa 2000

„Przystosowanie dzieci trzyletnich do przedszkola” Anna Kienig, w: ”Edukacja przedszkolna na przełomie tysiącleci: wybrane zagadnienia. Praca zbiorowa” pod red. Sabina Guz, Warszawa 2001

„Nauczyciele i rodzice partnerami w trudnym okresie adaptacji dziecka w przedszkolu” Maria Bulera, Grażyna Knasińska-Szymańska, w :”Edukacja wczesnoszkolna i przedszkolna w warunkach przemian początku XXI wieku” pod red. Anny Jakubowicz-Bryx, Bydgoszcz 2004