

# **Adaptacja dziecka w przedszkolu**



# Co to jest adaptacja?



Adaptacja czyli przystosowanie dziecka do środowiska przedszkolnego jest procesem długotrwałym, złożonym i wielostronnym.

Dziecko w tym czasie potrzebuje dużo czasu, zrozumienia i cierpliwości zarówno od rodziców jak i nauczycieli.

Stosuje się również pojęcie dojrzałości przedszkolnej, a definiuje się je jako **osiągnięcie takiego stopnia rozwoju fizycznego, umysłowego, społeczno-emocjonalnego**, jaki pozwala mu na pozostanie w ciągu kilku godzin dziennie, pod opieką personelu przedszkola i współuczestniczenia w zajęciach tam organizowanych.

# Co zrobić aby adaptacja była sprawna?



Proces adaptacji powinien zachodzić stopniowo. Warto poświęcić pierwszy tydzień lub dwa, by powoli wydłużać czas spędzony przez dziecko w placówce. Jest to bardzo ważne, ponieważ pozwala dziecku zbudować pozytywny obraz nowego miejsca.

Pomiędzy 2 a 3 rokiem życia, dziecko może przeżywać wzmożone objawy lęku separacyjnego.

# Lęk separacyjny

to naturalnie przeżywany lęk przed rozłąką z rodzicem czyli jego najbliższym otoczeniem. Dzieci, które posiadają lęk separacyjny odczuwają niepokój w sytuacji gdy rodzic zniknie z zasięgu ich wzroku.

Najczęściej wiąże się to ze strachem, że rodzic nie wróci. Stopniowe przyzwyczajanie dziecka do przedszkola może spowodować zaadaptowanie się nawet tym najbardziej przywiązanim maluchom.





# Modelowanie

Warto pamiętać że dzieci uczą się na zasadzie modelowania i zachowania się osób dorosłych.

Pozostawienie dziecka pod opieką osób nowych, nieznanych może być dla rodziców trudne i naturalne.

Jest to uczucie niepokoju i smutku. Ważne jest to aby rodzice uporządkowali przeżywane emocje i przygotowali się na ten moment tak aby być wsparciem dla dziecka. Jeśli dziecko zauważy niepokój i obawy rodzica może to zaburzyć proces budowanego zaufania względem miejsca jakim jest przedszkole



# Szczere rozmowy

Są kolejnym czynnikiem wpływającym na łatwiejsze zaadaptowanie się dzieci i rodziców. Opowiadanie o planie dnia, jakiego dziecko może się spodziewać w placówce czy o tym, jak będą wyglądać jego sale. Warto tłumaczyć dziecku, że zasady przedszkolne są ważne i należy ich przestrzegać. Dzieci lubią gdy w ich świecie panuje porządek. Pozwala to budować poczucie bezpieczeństwa, co istotnie wpływa na proces adaptacji.



# Uwarunkowania procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego

Objęcie dziecka wychowaniem przedszkolnym jest przełomem w jego życiu – nierzadko nawet wstrząsem - i może sprawiać mu wiele trudności.

Jest to uwarunkowane następującymi czynnikami:

**Czynnik sytuacyjny** - objęcie dziecka wychowaniem instytucjonalnym polega na całkowitej odmienności sytuacji przedszkolnej w porównaniu do sytuacji znanych dziecku dotychczas.

Odmienność ta wynika m.in. z prowadzenia innego, nowego trybu życia, nowych obowiązków i wymagań, nowych form współżycia w grupie rówieśniczej, innych zasad pracy (systematyczność, porządek, konieczność długotrwałej koncentracji uwagi);

# **Uwarunkowanie adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego**

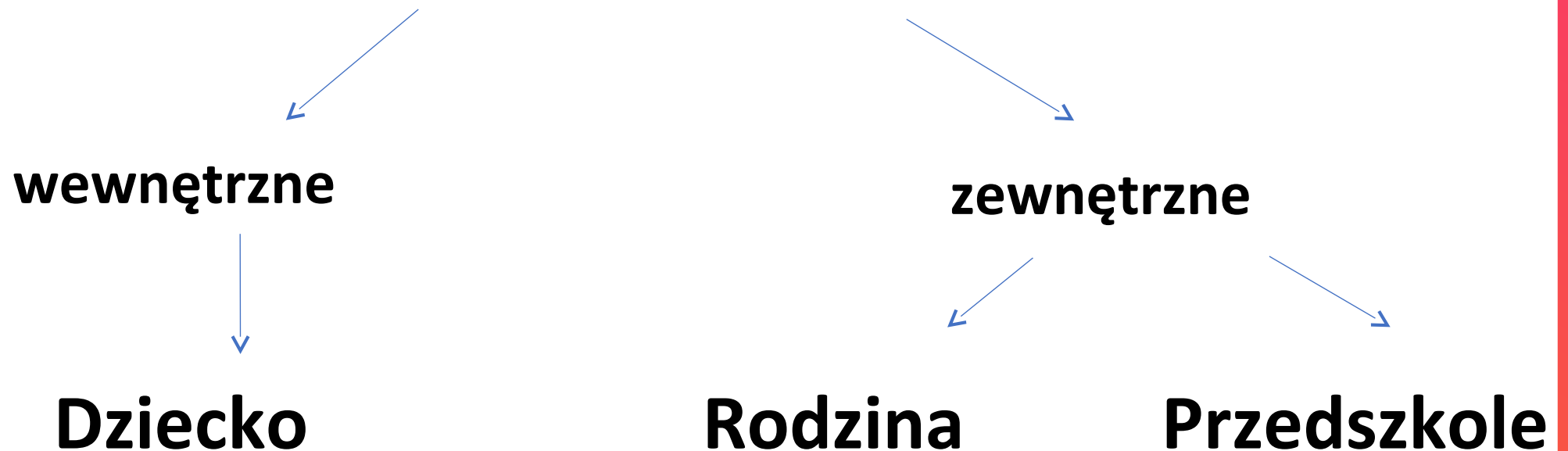
**Czynnik subiektywny** - wzmagający stresujące przeżycia związane z pójściem dziecka do przedszkola, chodzi tu o znaczenie, jakie dzieci przypisują przedszkolu i przejęcie się nową rolą;

**Czynnik obiektywno-rozwojowy** - dla okresu przedszkolnego charakterystyczna jest niewielka odporność psychiczna i skłonność do silnych reakcji na bodźce wszelkiego rodzaju, co znacznie zmniejsza możliwość dobrej adaptacji.



W literaturze przedmiotu można znaleźć opis wielu czynników uważanych za ważne dla procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego. Można je podzielić na dwie grupy: endogenne (wewnętrzne) i egzogenne (zewnętrzne)

## **Czynniki, które wpływają na adaptację**



# Czynniki wewnętrzne dziecka

- wiek – badania dowodzą, że nie ma wyraźnego związku między przystosowaniem się dziecka do nowych warunków, a wiekiem.

3,4 i 5-cio latek przeżywa pójście do przedszkola.

Nawet pierwszoklasista ma spore kłopoty z przystosowaniem się do pobytu w szkole .



# Czynniki wewnętrzne dziecka

- płeć – z badań wynika, że dziewczynki lepiej przystosowują się do adaptacji w przedszkolu.

Co więcej, u chłopców, którzy z trudem znoszą konieczność chodzenia do przedszkola, częściej występują poważne zaburzenia np. w postaci nawrotu moczenia się lub kłopoty z zasypianiem .



# Czynniki wewnętrzne dziecka

- poziom rozwoju umysłowego - nie ma wyraźnego związku pomiędzy poziomem rozwoju umysłowego dzieci, a przystosowaniem się do przedszkola.

Dotyczy to dzieci, których rozwój umysłowy mieści się w granicach normy. Kłopoty adaptacyjne może mieć dziecko błyskotliwe o świetnych możliwościach intelektualnych jak i przeciętnie rozwijający się maluch.





# Czynniki wewnętrzne dziecka

- rozwój emocjonalny - istnieje związek między ogólnym poziomem rozwoju emocjonalnego i społecznego, a przystosowaniem dziecka.

jeśli dziecko rozwija się normalnie i nie było komplikacji w chwili porodu to z reguły lepiej przystosowuje się do przedszkola.



# Czynniki wewnętrzne dziecka

- rozwój psychoruchowy.

Im dziecko mniej zaradne życiowo, tym bardziej jest uzależnione od swoich bliskich i tym trudniej mu funkcjonować samodzielnie w nowych warunkach. Zewnętrznym przejawem tego stanu jest zakres posiadanych przez dziecko umiejętności samoobsługowych.



# Czynniki zewnętrzne: środowisko rodzinne dziecka

- istnieje związek między środowiskiem, w którym dziecko było do tej pory wychowywane i systemem wychowawczym stosowanym przez rodziców w związku z adaptacją w przedszkolu .

(tj. przywiązanie do rodzica- dzieci z rodzin wielodzietnych podobnie jak jedynacy, napotykają na trudności z przystosowaniem się, dotychczasowe doświadczenia dziecka, lęki dziecięce - lęk separacyjny)



# Czynniki zewnątrzne: warunki bytowe rodziny

- Nie stwierdzono zależności między warunkami bytowymi rodziny, a przystosowaniem dzieci do przedszkola.

Badania Sochaczewskiej sygnalizują jednak poważny problem. W miarę obniżania się statusu społecznego rodziny, wzrasta u dzieci skłonność do zaburzeń podstawowych funkcji społecznych, a to ma wpływ na sposób przystosowania się dzieci do nowych warunków życia.





# **Pójście do przedszkola jako przełom w życiu dziecka**

Wg uczonych pierwsze dni w przedszkolu to dla dziecka przeżycia porównywalne z szokiem spowodowanym urazem fizycznym podczas wypadku.

Większość rodziców uważa, że każde dziecko, które odprowadzone zostaje do przedszkola w pierwszy dzień nowego roku szkolnego musi sobie popłakać, bo jest mu przykro zostawić rodziców. Jednak to nie jest normalne. Jeśli dziecko płacze to znaczy, że nie zostało przygotowane do stawienia czoła nowemu środowisku.

Zadanie to leży po stronie rodziców.

## **GOTOWOŚĆ PRZEDSZKOLNA** **wg. Anny Klim-Klimaszewskiej**

„przystosowanie dziecka do warunków i wymagań nowego środowiska pozarodzinnego w taki sposób, aby mogło ono radzić sobie z trudnościami, umiało znosić role społeczne, a poprzez pełnienie tych ról zaspokajało swoje potrzeby oraz osiągało poczucie zadowolenia i wewnętrznej satysfakcji”

# **Jak ułatwić dziecku start w przedszkolu?**



# **Rady dla rodziców w zakresie adaptacji dziecka do przedszkola**

- rodzic powinien początkowo odbierać dziecko wcześniej,
- rodzic powinien oduczyć dziecko używania pampersów, smoczków, nocnika,
- rodzic powinien pozwolić dziecku uczestniczyć w kompletowaniu wyprawki (dziecko musi mieć czas na zapoznanie się ze swoimi nowymi rzeczami),
- rodzic powinien udostępnić dziecku możliwość kontaktu z innymi rówieśnikami oraz nie wtrącać się w zabawy pomiędzy nimi,



# **Rady dla rodziców w zakresie adaptacji dziecka do przedszkola**

- rodzic nie powinien obiecywać że przyjdzie wcześniej jeśli jest to nie możliwe,
- rodzic nie powinien straszyć dziecka przedszkolem wręcz przeciwnie powinien starać się podkreślać jego dobre strony,
- rodzic powinien wdrażać swoje dziecko do przestrzegania zasad i umów,
- rodzic powinien nauczyć dziecko samodzielnie wykonać proste czynności, załatwiać własne potrzeby fizjologiczne, myć ręce, ubierać się.

# Jak powinno wyglądać rozstanie z dzieckiem

1. Krótkie pożegnanie
2. Rytuały
3. Mówienie prawdy
4. Miłe komunikaty
5. Cierpliwość



# **Rady dla nauczycieli w zakresie adaptacji dziecka do przedszkola**

- Przygotuj zajęcia otwarte dla dzieci i ich rodziców,
- Postaraj się porozmawiać z każdym rodzicem, poznaj dzieci,
- Przygotuj konspekty zajęć,
- Zaplanuj ciekawe dla dzieci gry i zabawy integracyjne,
- Przygotuj wizytówki z imieniem oraz drobne upominki na dobry początek,
- Uzbrój się w cierpliwość i uśmiech.

**Trudności  
w adaptacji  
do środowiska  
przedszkolnego**





# Najczęstsze problemy to:

- niezgrabne i nieskoordynowane ruchy, które ograniczają je w wysiłku adaptacyjnym,
- poziom mowy dziecka,
- dziecko nie spostrzega relacji przyczynowo skutkowych, czasowych i przestrzennych,
- niedojrzały układ emocjonalny,
- nawiązywanie interakcji z nauczycielami, opiekunami, rówieśnikami a także ze środowiskiem materialnym,
- dziecięcy stres adaptacyjny manifestuje się wycofaniem społecznym lub zachowaniem buntowniczym,
- dziecko staje się płaczliwe
- dziecko traci apetyt

**Dziękujemy  
za  
uwagę**



# Bibliografia

- J. Lubowiecka, *Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola*, WSiP, Warszawa 2000.
- A. Klim – Klimaszewska, *Witamy w przedszkolu, Wspomaganie procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego*, Wyd. Erica, Warszawa 2011.
- Własne doświadczenia z pracy w przedszkolu.