

JAK POMÓC DZIECKU STAĆ SIĘ PRZEDSZKOLAKIEM CZYLI PROCES ADAPTACJI DZIECKA DO ŚRODOWISKA PRZEDSZKOLNEGO

Opracowała: mgr Barbara Meyer

Wiek przedszkolny jest okresem najistotniejszych przemian rozwojowych w życiu człowieka. Wielu badaczy uważa ten czas za krytyczny dla rozwoju jednostki i jej socjalizacji. Aby dziecko mogło w pełni korzystać ze stymulującej roli środowiska przedszkolnego, powinno być do niego przystosowane, czyli musi uruchomić wiele mechanizmów i procesów wewnętrznych, zmodyfikować swoje już wykształcone sposoby postępowania oraz nauczyć się wchodzić w interakcje z obcym dla siebie otoczeniem¹.

Proces adaptacji, od którego niejednokrotnie zależy dalsze funkcjonowanie w przedszkolu, musi przejść każde dziecko rozpoczynające edukację przedszkolną.

Rozwój człowieka dokonuje się w środowisku, w którym on żyje i wchodzi w liczne relacje. Szczególny wpływ ma na niego środowisko społeczne, którego członkiem każdy staje się w chwili przyjścia na świat. Dziecko rozpoczyna swój rozwój w środowisku rodzinnym; czuje się w nim bezpieczne i kochane. Na początkowym etapie funkcjonowania w środowisku instytucjonalnym często pojawiają się trudności. Tymczasem warunkiem prawidłowego rozwoju dziecka jest właściwe przystosowanie się do nowych warunków, nowego środowiska².

W. Okoń adaptację społeczną określa jako proces lub wynik procesu uzyskiwania równowagi między potrzebami jednostki a warunkami otoczenia społecznego³. Jest to proces, któremu podlega każdy człowiek i który ma znaczący wpływ na jakość ludzkiego życia. Przystosowania nie należy postrzegać tylko jako dobrostanu jednostki i komfortu psychicznego, ale również jako radzenie sobie z trudnościami, umiejętność znoszenia ograniczeń, zmiany standardów zaspakajania swoich potrzeb. Ważny jest więc aktualny poziom rozwoju dziecka związany z jego wiekiem, z indywidualnymi możliwościami, a także posiadanym zakresem kompetencji komunikacyjnych⁴.

Na przystosowanie się dziecka do środowiska przedszkolnego ma wpływ bezpośrednio lub pośrednio wiele czynników. Podzielono je na czynniki endogenne (wewnętrzne), bezpośrednio związane z dzieckiem, takie jak: wiek, płeć, indywidualne cechy układu nerwowego, stan zdrowia, ogólny poziom rozwoju psychoruchowego oraz czynniki egzogenne – zewnętrzne, związane ze środowiskiem rodzinnym dziecka.

Uważa się, że adaptacja uzależniona jest od indywidualnych cech układu nerwowego dziecka. To przede wszystkim siła układu nerwowego decyduje o odporności na stres, a poziom tej odporności wpływa na rozwój osobowości. Wpływ na adaptację dziecka do środowiska przedszkolnego wywiera również ogólny poziom rozwoju umysłowego – im

¹ J. Lubowiecka: *Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola*. Warszawa 2000, s. 34.

² M. Kwaśniewska: *Problematyka adaptacji dzieci do warunków przedszkolnych*. W: *Wybrane zagadnienia z pedagogiki przedszkolnej*. Red. E. Zyzik. Kielce 2009, s. 70

³ W. Okoń: *Słownik pedagogiczny*. Warszawa 1992.

⁴ J. Lubowiecka: *Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola*. Warszawa 2000, s. 16.

jest wyższy, tym łatwiejsze przystosowanie. Wysoka inteligencja ułatwia prawidłową orientację w otoczeniu, zwiększa ogólną zdolność uczenia się, wiąże się także z prawidłowym funkcjonowaniem systemu słownego, co sprzyja dobrej adaptacji do środowiska⁵. To, czy dziecko będzie dobrze adaptowało się do nowego środowiska pozarodzinnego, zależy nie tylko od niego samego, ale także od warunków od niego niezależnych. Wśród czynników egzogennych warunkujących przystosowanie dziecka do przedszkolnego otoczenia na pierwszym miejscu wyróżnia się rodzinę⁶.

Aby przejście trzyletniego dziecka z domu rodzinnego do przedszkola nie było dla niego szokiem i gwałtownym przełomem, należy już wcześniej, w pierwszym naturalnym środowisku, czyli gronie rodzinnym przygotować dziecko psychicznie do tej nowej sytuacji i do odgrywania roli przedszkolaka. Dlatego też rodzice oraz pozostali domownicy winni kształtować u dzieci pozytywne nastawienie i pozytywną motywację do przedszkola. Ważnym elementem w przygotowaniu dziecka jest ukształtowanie poczucia obowiązku, czemu sprzyja sumienne wykonywanie łatwych prac podejmowanych przez dzieci z własnej inicjatywy lub na polecenie rodziców. Niezbędne jest także rozwijanie wytrwałości i wyrabianie nawyku doprowadzania rozpoczętej pracy do końca. Wdrażanie dziecka do dłuższego skupienia uwagi odbywa się poprzez obserwację przyrody, przez gry i zabawy z regułami, wspólne oglądanie obrazków, słuchanie piosenek oraz opowiadań. Trzeba przyzwyczaić dziecko do uważnego słuchania. Trzeba rozwijać samodzielność dziecka, szczególnie w zakresie czynności samoobsługowych, mimo że może to wywoływać wiele negatywnych emocji, a nawet protest. Nabycie tych sprawności poprzez trening w rodzinie przyczyni się do lepszej adaptacji dziecka do funkcjonowania w przedszkolu. Ważne jest także psychiczne przygotowanie dziecka do zmian. Należy kształtować pozytywną motywację dziecka dotyczącą przekroczenia progu przedszkola, organizować spotkania z rówieśnikami, rozwijać umiejętność porozumiewania się z innymi dziećmi i dorosłymi oraz wzbogacać pozytywne doświadczenia dziecka w kontaktach z dorosłymi i rówieśnikami na terenie domu rodzinnego⁷.

WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW.

Rozpoczęcie edukacji przedszkolnej przez dzieci trzyletnie wiąże się ze stresem spowodowanym wieloma czynnikami, dlatego szczególnie w pierwszych tygodniach pobytu dziecka w przedszkolu rodzice winni pamiętać o tym, by:

- 1) rozmawiać z dzieckiem o tym, że w przedszkolu będzie bez rodziców i najbliższych osób. Informować, że opiekować się nim będą miłe, dobre, serdeczne nauczycielki wychowania przedszkolnego (w języku dziecka: panie), które zadbają o to, by przyjemnie spędziło czas z innymi dziećmi;
- 2) przyzwyczajać stopniowo dziecko do rozstania z najbliższymi przez pozostawianie go pod opieką innych dorosłych (np. dziadka, babci, cioci);
- 3) przyzwyczajać dziecko do przebywania w towarzystwie innych dzieci, nawiązywania z nimi kontaktów oraz wspólnych zabaw (np. na podwórku, placu zabaw);
- 4) pozwalać dziecku uczestniczyć w przygotowaniu wyprawki do przedszkola;

⁵. A. Klim-Klimaszewska: *Witamy w przedszkolu. Wspomaganie procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego*. Warszawa 2011, s. 16.

⁶. Tamże, s.17.

⁷. I. Kopeć: *Z radością do przedszkola*. „Wychowanie w Przedszkolu” 2011, nr 7, s. 51.

- 5) podczas przyprowadzania dziecka do przedszkola być przygotowanym na trudne rozstania. Nawet jeżeli dziecko płacze przy rozstaniu, trzeba je pożegnać spokojnie i z uśmiechem na twarzy;
- 6) nie przedłużać pożegnań z dzieckiem, gdyż może to wyzwolić u niego negatywne emocje;
- 7) w początkowym okresie pobytu dziecka w przedszkolu odbierać je wcześniej, gdyż ma ono inne poczucie czasu aniżeli osoba dorosła. Przebywanie w przedszkolu przez wiele godzin sprawia, że dziecko tęskni za najbliższymi i dopytuje, kiedy pójdzie do domu, kiedy przyjdzie po nie któreś z rodziców;
- 8) podczas odbierania dziecka z przedszkola zachować cierpliwość, nie śpieszyć się i nie ponaglać go, ale pozwolić mu spróbować samodzielnie się ubrać;
- 9) rozmawiać z dzieckiem o tym, co robiło w przedszkolu, jak się bawiło i zachowywało, co ciekawego się wydarzyło;
- 10) pozwalać dziecku zabrać do przedszkola ulubioną zabawkę, gdyż pomoże ona w rozstaniu z rodzicami i stworzy poczucie bezpieczeństwa;
- 11) podejmować działania zmierzające do uświadomienia dziecku, że chodzenie do przedszkola jest czymś naturalnym i nie można z błahych powodów pozostawać w domu;
- 12) nie straszyć dziecka przedszkolem i nie okazywać własnych rozterek związanych z jego pobyt w placówce, w tym z rozłąką i pozostawieniem go pod opieką nauczycielki⁸.

Respektowanie tych porad przez rodziców ułatwi dziecku pobyt w przedszkolu, pomoże pokonać lęk i poradzić sobie z rozstaniem z najbliższymi, a także budować pozytywny obraz bycia przedszkolakiem. Uświadomi też dziecku, że w przedszkolu jest wesoło, można tam nauczyć się wielu ciekawych rzeczy o bliższej i dalszej rzeczywistości⁹.

Literatura

- Duraj Dominika. : Jak pomóc dziecku stać się przedszkolakiem : proces adaptacji do środowiska przedszkolnego. W: U. Szuścik, R. Raszka (red.), "Innowacyjność w praktyce pedagogicznej. T.1, Teoria i praktyka" (S. 142-155). Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego 2017.
- Klim-Klimaszewska A.: Pedagogika przedszkolna. Warszawa 2012.
- Klim-Klimaszewska A.: Witamy w przedszkolu. Wspomaganie procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego. Warszawa 2011.
- Kopeć I.: Z radością do przedszkola. „Wychowanie w Przedszkolu” 2011, nr 7.
- Kwaśniewska M: Problematyka adaptacji dzieci do warunków przedszkolnych. W: Wybrane zagadnienia z pedagogiki przedszkolnej. Red. E. Zyzik. Kielce 2009.
- Lubowiecka J.: Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola. Warszawa 2000.
- Okoń W.: Słownik pedagogiczny. Warszawa 1992.
- Piwowarska-Krukowska H.: Adaptacja dziecka w przedszkolu. „Wychowanie w Przedszkolu” 2007, nr 4.
- Żuchelkowska K.: Dojrzałość dziecka 3-letniego do rozpoczęcia edukacji przedszkolnej. W: Pedagogika przedszkolna. Oblicza i poszukiwania. Red. M. Magda-Adamowicz, A. Olczak. Toruń 2014.

⁸ K. Żuchelkowska: *Dojrzałość dziecka 3-letniego do rozpoczęcia edukacji przedszkolnej.*

W: *Pedagogika przedszkolna. Oblicza i poszukiwanie.* Red. M. Magda-Adamowicz, A. Olczak. Toruń 2014, s. 163.

⁹ Tamże, s.164.