

## Gdy dziecko idzie po raz pierwszy do przedszkola...

---

Praktyczne porady dla rodziców

**Każdego rodzica czeka ten dzień, kiedy po raz pierwszy zaprowadzi swoją pociechę do przedszkola i będzie musiał ją tam zostawić. Jak przygotować się do tej chwili i o co należy zadbać, aby wspomnienie tego dnia nie było traumą dla dziecka, ale także dla nas?**

Pierwszy dzień w przedszkolu jest nowym doświadczeniem dla każdego dziecka. Pewnie większość naszych pociech lubi bawić się z rówieśnikami, ale ze świadomością, że jego mama lub tata jest obok i bacznie go obserwuje. Głównym problemem przedszkolaków jest to, że zostają same bez rodziców w otoczeniu nieznanymi osobom dorosłym i dzieci. Naszym zadaniem jest pomóc temu małemu człowiekowi zrozumieć zaistniałą sytuację w taki sposób, aby czuł się bezpieczny i miał świadomość, że to nie koniec świata.

Oto kilka rad, które mam nadzieję pomogą rodzicom i ich dzieciom przetrwać ten trudny dla nich okres:

- Zanim dziecko pójdzie do przedszkola należy je do tego przygotować i wcześniej z nim zacząć rozmawiać. Dziecko im więcej wie o danej sytuacji tym mniej jest w stanie je zaskoczyć. Dobrą metodą jest opowiadanie o swoich (oczywiście pozytywnych) doświadczeniach związanych z przedszkolem. Jeśli dziecko usłyszy, że rodzic też chodził do przedszkola i miło spędzał czas z rówieśnikami nabierze chęci do pójścia tym bardziej, że z ust mamy czy taty usłyszy, co się tam robi i nie będzie już dla niego to tajemnicą. Tak robiąc osiągamy jeszcze jedną ważną rzecz: zwracając się dziecku z własnych doświadczeń uczymy je i zachęcamy, aby ono zwracało się nam, co kształtuje wzajemne zaufanie na platformie dziecko rodzic. Można też tą samą metodą zastosować w inny sposób: zamiast wieczornej bajki przed snem opowiadamy własną bajkę o dziewczynce lub chłopcu (najlepiej nadać imię postaci), który zaczął chodzić do przedszkola i wpłatać w te historie realne zdarzenia, które czekają nasze dziecko. Bajka taka powinna opowiadać nie tylko o zdarzeniach, ale i uczuciach towarzyszących postaci przez co dziecko poznaje świat przedszkola jeszcze tam nie chodząc, wie co się może zdarzyć i co może przeżywać. Takie przygotowanie stwarza w dziecku poczucie bezpieczeństwa, że nic złego się nie zdarzy (że rodzice go nie zostawią na zawsze) oraz jednocześnie zachęca do bycia i zabawy z innymi dziećmi.
- Zachęcam także do korzystania z dni otwartych w przedszkolach, gdzie dziecko może poznać bliżej zwyczaje przedszkolne a my możemy wcześniej sprawdzić reakcje dziecka na różne sytuacje, aby potem można je przeanalizować. Będzie to dla nas lekcja, czym musimy się wcześniej zająć, z czym nasze dziecko ma problem: czy z zostawianiem samemu, czy może z adaptacją w grupie a może z czymś zupełnie banalnym, co zniknie z pola widzenia dziecka jako problem już po jednej wyjaśniającej rozmowie.
- Gdy będziemy musieli zostawić swoją pociechę w przedszkolu najtrudniejszy jest moment rozstania – nie tylko dla dziecka, ale wierzcie mi, dla rodzica również, dlatego apel do rodziców – nie przelewajmy na dziecko swoich negatywnych uczuć: smutku, niepewności, strachu, bo ono to wyczuwa i boi się podwójnie. Kiedy otwieramy drzwi i wprowadzamy dziecko do Sali róbmy to zdecydowanie. Mówimy kilka ciepłych słów zachęcających do zainteresowania, co dzieje się w środku np. "zobacz, ile tu jest dzieci; będziesz miał się z kim bawić a potem opowiadać mi o tym, jak po Ciebie przyjdę", dajemy całusa, uśmiechamy się, możemy jeszcze zapewnić, że na pewno przyjdziemy po skończonych zajęciach i gdy pani zabiera dziecko wycofujemy się z Sali. Jeśli zacznie płakać i kurczowo się nas będzie trzymało, to pozwólmy przedszkolance delikatnie je zabrać, bo przedłużanie chwili rozstania jest niepotrzebnym wzmaganie emocji nie tylko dziecka ale i rodzica. Jeśli nawet chcemy zostać i zobaczyć, co będzie się działo dalej to schowajmy się gdzieś z boku tak, żeby dziecko nas nie widziało. Jeśli płacz jest intensywny i dość długo trwa to można zastanowić się nad skróceniem dziecku dnia w przedszkolu tzn. można przez kilka dni, do czasu, kiedy się zaadaptuje, zabierać je po obiedzie albo w połowie dnia. To zazwyczaj pomaga dzieciom przystosować się do nowych warunków. Dobrą też radą jest, aby jeśli to możliwe, to tatusiowie zaprowadzali swoje pociechy do przedszkola

(szczególnie na początku). Z doświadczenia widać, że rozstanie z tatusem jest mniej bolesne dla dziecka niż z mamą, która zawsze rozczula się nad swym maleństwem i dziecko ma świadomość, że mama szybciej się nad nim „ulituje”.

- Proszę też rodziców, aby zbyt pochopnie nie podejmowali decyzji zabrania dziecka z przedszkola motywując to tym, że dużo płacze i pewnie nie jest jeszcze gotowe do rozdzielenia z matką. Oczywiście takie przypadki się zdarzają, ale są one naprawdę sporadyczne i należy je najlepiej wcześniej skonsultować ze specjalistą. Dotyczy to też przypadków, gdy dziecko płacze podczas, gdy już dawno cała grupa zaaklimatyzowała się. W takich przypadkach należy mieć świadomość, że my rodzice musimy również poskromić swoje emocje a włączyć trzeźwe i racjonalne myślenie po to, aby nasze dziecko mogło się prawidłowo rozwijać.
- Istotną również kwestią jest to, abyśmy interesowali się życiem przedszkolnym naszego dziecka. Nie tylko na początku, ale zawsze pamiętajmy o tym, aby zapytać się np. w drodze do domu, co dzisiaj dziecko robiło w przedszkolu i jak minął mu dzień. Na zachętę można opowiedzieć dziecku, co samemu robiło się w czasie, gdy dziecko było w przedszkolu – to wzbudza zaufanie dziecka do nas i pomaga otwierać się wobec nas. Dziecko myśli: „Skoro mama czy tata opowiadają mi o swoim dniu w pracy to ja powiem mu, co robiłem w przedszkolu” i tym sposobem będzie nam łatwiej dotrzeć do tych pozytywnych, ale i negatywnych sytuacji, aby pomóc je dziecku rozwiązać. Pamiętajmy! Rozmawiajmy z dziećmi! Za stwierdzeniem dziecka „nie lubię chodzić do przedszkola” zawsze coś się kryje. Pomóżmy dziecku wyrzucić z siebie ten powód a potem będziemy mogli pomóc rozwiązać problem. Wierzcie mi, większość problemów dzieci, z powodu których nie chcą chodzić do przedszkola jest banalnych np. że nie wiedzą, komu mają powiedzieć, że chcą iść do ubikacji albo że nie umieją zapiąć suwaka przy kurtce podczas, gdy koleżanka już to umie. Rozmawiajmy i okażmy dzieciom że mamy dla nich czas i cierpliwość, a zobaczycie, że większość problemów przestanie istnieć, bo z czasem będą rozwiązywane na bieżąco.

Na koniec chciałam powiedzieć wszystkim rodzicom, że tylko wyjątki nie płaczą na początku chodzenia do przedszkola. Te dzieci co nie płaczą z dużym prawdopodobieństwem zapłaczą za kilka tygodni, gdy przyjdzie kryzys i przedszkole nie będzie już takie atrakcyjne jak na początku a stanie się codziennym obowiązkiem. My też nie zawsze z chęcią idziemy do pracy i dopada nas nuda dnia codziennego. Każdy z nas ma taki czas, więc nie dziwny się naszym maluchom, które dopiero rozpoczynają tą drogę.

Życzę Wytrwałości i Sukcesów!!!

Jeśli ktoś miałby pytania związane z poruszonym tematem zapraszam na mojego bloga  
<http://www.miedzynami-kobietami.blogspot.com/>

---

Autor: Kwiat Lotosu

Artykuł pobrano ze strony [eioba.pl](http://eioba.pl)