

ADAPTACJA DZIECKA I RODZICA DO NOWEGO ŚRODOWISKA PRZEDSZKOLNEGO



dr Anna Rybińska



ADAPTACJA – CZYLI CO?





ADAPTACJA - definicja

Słownik języka polskiego (PWN):

1. «przystosowanie czegoś do innego użytku niż było przeznaczone»
2. «przystosowanie utworu literackiego do wystawienia na scenie lub do sfilmowania; też: utwór literacki w ten sposób przystosowany»
- 3. «przystosowanie organizmów do warunków środowiska»**
4. «zmniejszenie odczuwania określonych bodźców»

Źródło: Słownik języka polskiego (PWN), <https://sjp.pwn.pl/sjp/adaptacja;2548744.html>



KU REFLEKSJI...

Minął prawie miesiąc odkąd mój niespełna trzylatek został przedszkolakiem, a przedszkolny bunt się rozwija: poranne awantury zastąpione zostały cichym pochlipywaniem, płacz w ciągu dnia zmienił się w milczenie podszyte smutkiem.

Spodziewaliśmy się trudności w przedszkolnej adaptacji, jednak wydawało nam się, że pokonamy je mniej boleśnie i dużo szybciej - że minie tydzień, góra dwa i nasze życie się unormuje. Tymczasem nadal nie jest nam lekko, na szczęście otuchy dodaje nam wizja dnia, kiedy to nasz mały przedszkolak z uśmiechem na ustach przywita rano swoje koleżanki, kolegów i panie przedszkolanki.



KU REFLEKSJI...

Karolinka ma 3,5 roku. Jest rezolutną, miłą dziewczynką. Prezentuje szeroki zakres wiadomości, bogate słownictwo. Interesuje ją wiele rzeczy. Bardzo ładnie mówi, wypowiada się pełnymi zdaniami, gramatycznie. Jest samodzielna. Jednak pierwsze miesiące pobytu w przedszkolu były bardzo trudne. Pełne płaczu i krzyku poranne rozstania z mamą, później nagłe bóle brzucha, wymioty, odmowa przyjmowania posiłków, niechęć do uczestniczenia w zajęciach. W ciągu dnia wielokrotnie powtarzało się pytanie: Kiedy przyjdzie mama?



JAKIE CZYNNOŚCI SAMOBSŁUGOWE DZIECKO POWINNO OPANOWAĆ PRZED PÓJŚCIEM DO PRZEDSZKOLA?

- samodzielne jedzenie łyżką,
 - mycie rąk,
- samodzielne korzystanie z toalety,
- zdejmowanie i ubieranie podstawowych części garderoby,
 - rozpoznawanie swoich rzeczy,
 - czyszczenie nosa,
- znajomość swojego imienia i nazwiska.

(Adaptacja dziecka w przedszkolu, Jolanta Iwańska, Katarzyna Kolczyńska,
<http://www.edukacja.edux.pl/p-4602-adaptacja-dziecka-w-przedszkolu.php>)



DLACZEGO POJAWIAJĄ SIĘ TRUDNOŚCI?





???

- zmiana środowiska dziecka
 - zmiana stylu, systemu wychowawczego
 - możliwości rozwojowe dzieci w wieku przedszkolnym:
 - słabo ukształtowany system własnego Ja i emocjonalne uzależnienie od rodziców
 - możliwości poznawcze (sposobezeganie, mowa, uwaga)
 - brak poczucia czasu
 - emocje (przewaga pobudzania nad hamowaniem)
 - brak orientacji społecznej (dzieci nie rozumieją dlaczego muszą zacząć chodzić do przedszkola, często odczuwają pójście do przedszkola jako wielką krzywdę)
 - trudności w obywataniu się bez pomocy i wsparcia Rodziców
 - oderwanie od najbliższych budzi → strach i strata poczucia bezpieczeństwa
-



CO JEST DLA DZIECKA NAJTRUDNIEJSZE?





-
- LEŻAKOWANIE
 - JEDZENIE
 - KORZYSTANIE Z TOALETY
- CIELESNOŚĆ DZIECKA
- ZMIANA W MIEJSCU POBYTU:
 - ZMIANA SALI (wyjście na inne zajęcia/do ogrodu)
 - ZMIANA NAUCZYCIELA (również odwiedziny gości)
-



PRZEJAWY TRUDNOŚCI ADAPTACYJNYCH





- płacz;
 - zaburzenia wegetatywne (np. zaburzenia łaknienia, snu, wtórne moczenie się);
 - blokady emocjonalne – powodują, że dziecko izoluje się zupełnie od otoczenia;
 - regres.
-



JAK DZIAŁAĆ?





Dziecko i rodzice 😊

- ❖ **Ważny udział w zajęciach adaptacyjnych.**
 - ❖ **Pierwsze spotkania powinny być realizowane w obecności mamy/taty, aby dziecko mogło schronić się w ich ramionach, gdy się przestraszy, albo znajdzie się w trudnej (za trudnej) sytuacji.**
 - ❖ **Obiekt przejściowy (maskotka, wybrany przedmiot), który jest wspomnieniem domu.**
 - ❖ **Adaptacja powinna być przeprowadzana stopniowo, uwzględniając indywidualne różnice między dziećmi.**
 - ❖ **Czas pobytu dziecka na początku powinno się skrócić do minimum (3 – 5 godzin dziennie).**
-



Nauczyciel 😊

- **Wiedza na temat potrzeb trzylatka**
 - **Skorzystanie z doświadczeń innych nauczycieli**
 - **superwizja**
 - **Przygotowanie własnych zasobów emocjonalnych.**
 - **Zerwanie ze stereotypami i rutyną**
(rezygnacja z leżakowania, z realizacji programu na korzyść budowania poczucia bezpieczeństwa i zaufania dzieci).
 - **Tworzenie w przedszkolu okazji do wysłuchania dziecka.**
-



**ADAPTACJA JEST CZASEM SZCZEGÓLNIIE
INTENSYWNYM I TRUDNYM ZARÓWNO DLA:
DZIECKA,
RODZICA,
JAK I NAUCZYCIELA!**



O czym jeszcze warto pamiętać?

ZAPRASZAM DO LEKTURY TEKSTU AUTORSTWA Pani E. ZIELIŃSKIEJ

<https://www.ore.edu.pl/images/files/6latek/6.pdf>



PROGRAMY ADAPTACYJNE





PSYCHOLOGICZNE KORZYŚCI PROGRAMÓW ADAPTACYJNYCH

Dzieci:

- obniżył się poziom lęku i wzrosło poczucie bezpieczeństwa,
- mogły oswoić się z miejscem i nauczycielkami,
- lęk i rozpacz nie zatrzymały procesu rozwoju osobistego,
- nie doznały urazu (stanu paniki) na początku socjalizacji.



PSYCHOLOGICZNE KORZYŚCI PROGRAMÓW ADAPTACYJNYCH

Rodzice:

- mogli wykazać się aktywną postawą w przygotowaniu dziecka do przedszkola, (mieli jasno sprecyzowane oczekiwania, konkretne zadania do wykonania według otrzymanych przed wakacjami wskazówek),
- mieli okazję poznać nauczyciela i przekonać się o jego kompetencjach,
- przekazana przez personel przedszkola wiedza o funkcjonowaniu trzylatka i jego obserwacja na tle grupy pomogła realnie ocenić własne dziecko,
- rodzice uspokoili się, poznając nauczycielki i atmosferę w przedszkolu; wiedzą, komu zostawiają dziecko pod opiekę.

Źródło: Psychologiczne aspekty adaptacji dziecka do przedszkola, Maria J. Bielecka, <http://www.ppp12.waw.pl/artykuly/142-psychologiczne-aspekty-adaptacji-dziecka-do-przedszkola>



PSYCHOLOGICZNE KORZYŚCI PROGRAMÓW ADAPTACYJNYCH

Nauczycielki:

- poznały dziecko i jego relacje z rodzicami,
- mogły wykazać się wiedzą i kompetencjami,
 - wzrosło ich poczucie pewności,
- wzrosła otwartość i wzajemne zaufanie między nauczycielami i rodzicami,
- obniżył się poziom lęku przed grupą trzylatków i początkiem roku szkolnego,
- wzrosło zrozumienie dla sytuacji emocjonalnej dziecka przekraczającego po raz pierwszy próg przedszkola,
- w miejsce bezradności wobec silnych emocji małego dziecka pojawiło się poczucie kompetencji i gotowość do wspierania dziecka.

Źródło: *Psychologiczne aspekty adaptacji dziecka do przedszkola*, Maria J. Bielecka, <http://www.ppp12.waw.pl/artykuly/142-psychologiczne-aspekty-adaptacji-dziecka-do-przedszkola>



PRACA WŁASNA

Proszę zaprojektować jeden dzień aktywności, który mógłby być realizowany w ramach wspierania procesu adaptacji dziecka i rodzica do nowego środowiska przedszkolnego.

W projekcie należy uwzględnić następujące informacje:

- GDZIE?
- KIEDY?
- CO?
- JAK DŁUGO?
- W JAKI SPOSÓB?

Wykonane zadanie proszę umieścić na platformie we wskazanym terminie.



BIBLIOGRAFIA

Bielacka, M. Psychologiczne aspekty adaptacji dziecka do przedszkola,
<http://www.ppp12.waw.pl/artykuly/142-psychologiczne-aspekty-adaptacji-dziecka-do-przedszkola>

<http://dziecisawazne.pl/dziecko-idzie-do-przedszkola-cz-1-adaptacja-rodzicow/>

<http://przedszkole3.edu.pl/artukuy/175-adaptacja-dziecka-w-przedszkolu-malgorzata-pasieka>

Iwańska, J., Kolczyńska, K., Adaptacja dziecka w przedszkolu

,<http://www.edukacja.edux.pl/p-4602-adaptacja-dziecka-w-przedszkolu.php>

Koba, J., Adaptacja dziecka w przedszkolu, <http://www.ps2->

[wloszczowa.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=69&Itemid=34](http://www.wloszczowa.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=69&Itemid=34)

Mika, A. Adaptacja dziecka do przedszkola;

<http://www.przedszkole42.tylda.net/materialy/adaptacja.pdf>

Zielińska, E. (2011). O adaptacji dziecka do warunków przedszkola (szkoły);

<https://men.gov.pl/wp-content/uploads/2014/03/6.pdf>
