



## Adaptacja i modele zachowań adaptacyjnych u dzieci przedszkolnych

Adaptacja to proces przystosowania się jednostki lub grupy do określonych warunków środowiska społecznego, która polega na nieustannej interakcji zachodzącej między jednostką lub grupą środowiskiem, w wyniku której dochodzi do przekształcenia własnej struktury podmiotu zgodnie z wymaganiami otoczenia, a także do przekształcenia otoczenia i dopasowania go do struktury wewnętrznej podmiotu.

### Modele zachowań adaptacyjnych u dzieci:

- **PEŁNA ADAPTACJA (dobry przedszkolak)** – dziecko względnie łatwo przystosowuje się do przedszkola, bez sprzeciwu wykonuje polecenia nauczyciela, chętnie uczestniczy we wszystkich organizowanych przez niego formach pracy, dobrze działa w grupie rówieśniczej, łatwo nawiązuje kontakty, jest rozmowne i inicjuje niektóre zabawy, cechuje je duży poziom samoobsługi, obserwuje się u niego reakcje zadowolenia z przebywania w przedszkolu.
- **CZĘŚCIOWA ADAPTACJA (samotny przedszkolak)** - dziecko, które we wczesnym okresie adaptacyjnym jest nieśmiałe, milczące i przestraszone, nie nawiązuje z nikim kontaktów, działa jakby poza grupą rówieśniczą, trzyma się w pobliżu nauczyciela, nie nawiązuje z nim jednak kontaktu werbalnego, jest opanowane i dosyć samodzielne. Gdy minie początkowa nieśmiałość, chętnie uczestniczy w zabawach i zajęciach prowadzonych przez nauczyciela, podejmuje zabawy równoległe - w pobliżu kolegów. Początkowy brak akceptacji przechodzi w stan zadowolenia z uczęszczania do przedszkola.



- **PRZEJŚCIOWA NIEADAPTACJA (chwiejny przedszkolak)** – dziecko o wyjątkowej wrażliwości, które w pierwszych dniach pobytu w przedszkolu płacze i pyta o mamę, zdarzają się u niego torsje lub inne zaburzenia fizjologiczne, uczestniczy jednak w formach prowadzonych i inspirowanych przez nauczyciela, uczestniczy w zabawach indywidualnych bądź z kolegami. Już po kilku dniach uczęszczania do przedszkola okazuje zadowolenie, reakcja płaczu powraca na krótko po długiej nieobecności w przedszkolu.
- **BRAK ADAPTACJI SPOŁECZNEJ (agresywny przedszkolak)** – dziecko, które niezbyt chętnie wykonuje polecenia nauczyciela, przeważnie cechuje je nadpobudliwość psychoruchowa. Podczas zajęć i zabaw wykonuje wiele zbędnych czynności (wiercenie się, zaczepianie kolegów), nie jest dobrym kolegą, gdyż pragnie podporządkować sobie innych, często popada w konflikty, które rozwiązuje najczęściej przemocą fizyczną. Dziecko jest jednak zadowolone z siebie, nie zauważa się u niego lęku ani poczucia winy.
- **BRAK ADAPTACJI EMOCJONALNEJ ( smutny przedszkolak)** – dziecko uczestniczy w różnych formach aktywności organizowanych i inspirowanych przez nauczyciela, lecz nie jest to aktywność wysokiego stopnia. Wypełnia polecenia nauczyciela, ale nie zauważa się u niego zadowolenia z wykonywanej czynności. Mimo podejmowanych początkowo samotnie zabaw, w grupie rówieśniczej działa prawidłowo. Jest na ogół dobrym kolegą, choć na początku pobytu w przedszkolu jest smutne.

## ZASADY SUKCESU ADAPTACJI

Dzieci przychodzące do przedszkola znacznie różnią się między sobą poziomem zdolności przystosowawczych. Część z nich adaptuje się do przedszkola łatwo, ale są też dzieci mające duże problemy z adaptacją. Niejednokrotnie już w pierwszych dniach września rodzice z przerażeniem patrzą jak dziecko rozpaczliwie broni się przed pozostaniem w przedszkolu – w obcym miejscu, bez bliskich sobie osób. W tym momencie zaczyna się dramat dzieci i rodziców. Aby temu zapobiec należy już wcześniej rozpocząć przygotowania dziecka do roli przedszkolaka.



- Kiedy zapada decyzja o wysłaniu dziecka do przedszkola warto już wcześniej pracować nad niektórymi umiejętnościami, takimi jak: radzenie sobie z czynnościami samoobsługowymi (jedzenie, mycie, ubieranie się...), zgłaszanie swoich potrzeb, zabawa z rówieśnikami.
- Nim dziecko powędruje do przedszkola, roztaczamy przed nim niejednokrotnie wspaniałe wizje. Tymczasem może się okazać, że rzeczywistość jest mniej kolorowa. Należy uświadomić dziecku, że każde nowe miejsce niesie ze sobą niespodzianki. Są wśród nich te miłe i te mniej sympatyczne.
- Przed właściwym rozpoczęciem chodzenia do przedszkola warto z dzieckiem często odwiedzać przedszkole w celu zapoznania z budynkiem, jego otoczeniem, poszczególnymi pomieszczeniami, personelem oraz uczestniczyć w zajęciach otwartych proponowanych przez nauczycielki.
- Chodzenie do przedszkola powinno być traktowane jako naturalna rzecz (podobnie jak mama chodzi do pracy). Rodzice powinni być konsekwentni, gdyż przerywanie rytmu chodzenia przedłuża tylko okres adaptacji. Dziecko powoli zrozumie, że przedszkole jest jego obowiązkiem, a na pewno niedługo stanie się przyjemnością.
- Nie rozprawiajcie w pierwszych dniach o wątpliwościach, dotyczących nowego przedszkola.
- Już od pierwszych dni zauważajcie najmniejsze sukcesy dziecka, a ewentualne porażki bagatelizujcie.
- Rozmawiajcie na temat minionego dnia, ale nie wypytujcie zbyt natarczywie, co się wydarzyło. Pozwólcie dziecku mówić o tym, co dla niego jest ważne i o czym chce wam powiedzieć.
- W pierwszych dniach dziecka w przedszkolu można regulować czas jego pobytu po uprzednim umówieniu się z nauczycielką.



- Wytłumaczcie dziecku, że to naturalne, że jest wam smutno, kiedy jesteście osobno. Bardzo się kochacie, przez długi czas byliście razem i tęsknicie za sobą. Zapewnijcie dziecko, że wkrótce przyzwyczai się do nowej sytuacji i będzie wam łatwiej.
- Upewnijcie dziecko, że zawsze o określonej porze będziecie je odbierać z przedszkola.
- Postarajcie się tak zorganizować poranek, by starczyło czasu na przytulanie, wyszeptanie do ucha „kocham cię”, czułe pożegnanie najpierw w domu, a potem w przedszkolu.
- Pożegnanie dziecka powinno się odbywać bez pośpiechu, ale również bez zbytecznego przedłużania czasu rozstania.
- Jeżeli dziecko płacze przy rozstaniu nie zawstydzajcie go dając za przykład dzieci, które nie płaczą.
- Rodzice nie powinni podejmować za dziecko decyzji dotyczących jedzenia, jeśli nie ma alergii na pokarmy, należy je zachęcić do ich zjadania.

- Ulubiona zabawka przyniesiona z domu na pewno pomoże dziecku w adaptacji, stworzy poczucie bezpieczeństwa.
- Wyposażcie dziecko w wygodne ubranie. Spodnie na gumce, buty na rzepy i sweterek wkładany przez głowę nie będą stanowiły dodatkowego utrudnienia podczas rozbierania i ubierania.
- Warto nawiązać kontakt z wychowawcą grupy. Nauczyciel chętnie poinformuje rodzica o tym jak dziecko zjadało posiłki, czy dobrze się bawiło, czy wystąpiły problemy wychowawcze, jak radzi sobie podczas zabaw i zajęć oraz podpowie nad czym należałoby popracować w domu.
- Wiadomości i umiejętności zdobyte w przedszkolu powinny być utrwalane w domu. Trzeba pracować z dzieckiem szczególnie w tych dziedzinach, które sprawiają mu największe trudności.
- Pamiętajmy, że opinie i uwagi nauczycielek, szczególnie trudne do zaakceptowania przez rodziców wynikają z troski o dziecko. Przedszkole jest partnerem rodziców we właściwym kształtowaniu osobowości ich pociech. Pobyć w przedszkolu jest tylko jednym z etapów w życiu dziecka. Dołożymy starań, aby on był wspominany jako jeden z najradośniejszych okresów jego życia.

## SPOTKANIA ADAPTACYJNE I FORMA ICH REALIZACJI

Przygotowanie dziecka do rozstania z rodzicami, do pobytu w przedszkolu to zadanie bardzo ważne i jednocześnie trudne. Wymaga wielu przemyślanych poczynań personelu przedszkola oraz dużego zaangażowania ze strony rodziców. Jest to doskonały moment do podjęcia współpracy pedagogów z rodzicami. Włączenie najbliższych w poznanie przez dziecko nowego środowiska wychowawczego ułatwi mu nawiązanie kontaktu z nauczycielką, rówieśnikami, poznanie otoczenia materialnego, funkcji sprzętów, pomieszczeń w warunkach komfortu psychicznego. Realizując program adaptacyjny, organizując spotkania adaptacyjne w formie wspólnych zabaw, pragniemy tworzyć takie warunki, aby start w usamodzielnienie się przebiegał łagodnie, aby dziecko chciało tu być i czuło się bezpiecznie.