**Maluch w przedszkolu**

Rodzice, podejmujący decyzję o posłaniu dziecka do przedszkola, zapewne stawiają sobie pytanie, czy jest Ono już gotowe, aby w jakimś stopniu się usamodzielnić, czy jest gotowe do wejścia w interakcje z innymi poprzez zmianę środowiska, czy poradzi sobie z rozstawaniem, zabawą. Takie myślenie jest zupełnie naturalne, jak również naturalne jest to, że dorośli obawiają się również o swoje emocje, przeżycia jakimi jest rozłąka z dzieckiem. Rozłąka jest przeżyciem silnym dla obu stron, dlatego też warto dołożyć wszelkich starań aby zminimalizować początkowe trudności, by nie urosły do rangi problemu. O gotowości dziecka do przedszkola , świadczy przede wszystkim nawiązywanie kontaktów społecznych, radzenie sobie z podstawowymi potrzebami, werbalizowanie swoich potrzeb w stopniu podstawowym. Wzmacnianie kontaktów społecznych poprzez zachętę do zabawy z innymi dziećmi, dzielenie się zabawkami, samodzielność dziecka przy jedzeniu, ubieraniu się, załatwianiu potrzeb fizjologicznych jest niezwykle pomocne i ułatwia zdobywanie doświadczenia, budowaniu poczucia własnej wartości i poczucia sprawczości. Maluchy, myślą zwykle, że ich zabawka, to tylko ich, a zabawka innych im się należy, dlatego też skarżą się, że ktoś im czegoś nie daje, tym samym swoich zabawek strzegą i również nie pozwalają się innym bawić nimi. To naturalny proces rozwoju, jednakże aby dziecko mogło współdziałać w grupie, pomóżmy przekraczać bariery, przesuwać granice w tym obszarze, zachęcać do wymiany, stać z boku obserwować, reagować, aby nowe doświadczenia, kończyły się radosnym wspomnieniem. Maluch, który wchodzi w nowe środowisko, grupę dzieci, odczuwa i przeżywa zmianę zatem okres adaptacyjny do nowego miejsca, oczekiwań i wyzwań będzie przebiegał dla każdego dziecka inaczej, z inna intensywnością, reakcyjnością, aktywnością. Aby przygotować dziecko do nowego miejsca, w którym będzie spędzał jakąś część dnia, można małymi kroczkami wdrażać malucha do nadchodzących zmian, odwiedzając przedszkole do którego dziecko będzie uczęszczało pozwolić w konsultacji z opiekunem przedszkola na wspólne zabawy w grupie. Najlepiej adaptacyjne są miesiące letnie, kiedy letnie kiedy jest mniej dzieci i dużo czasu spędzają na placu zabaw. Takie wizyty bardzo pozytywnie wpływają na nastawienie dziecka, poczucie bezpieczeństwa i są korzystniejsze niż opowiadanie maluchowi o miejscu, którego dziecko nie do końca potrafi sobie wyobrazić. Metoda małych kroczków pozwala dziecku, odczuwać radość a nawet dumę, że będzie mogło uczęszczać do tak ważnego miejsca.

**Czego nie robić?**

Czasem zdarza się, że rodzice używają słów, nie zdając sobie sprawy z ich mocy, mówiąc np.

tam ciebie nauczą, skończą się tobie dobre czasy, tam będziesz musiał. Zatem warto spróbować prezentować dziecku pobyt w przedszkolu jako miejsce nieograniczonych możliwości do zabawy oraz nowych kontaktów, gdzie wszyscy będą je lubić i mu pomagać.

Dziecko nie posiadające odpowiedniego przygotowania do przedszkola, przeżywa dramat, pewnego rodzaju szok psychiczny. Rozstania traktuje jako osobistą tragedię, płacze, może posiadać trudności w zasypianiu, może budzić się w nocy, rozpaczać. Zwykle nie chce nawiązywać kontaktu z rówieśnikami, okazuje agresję. Takie zachowanie, to nic innego jak próba poradzenia sobie do momentu przyjścia rodzica. Co dzieje się wówczas z opiekunami? Rodzice zaczynają się martwić, myślą, że to w przedszkolu dzieje się coś złego, mają mieszane uczucia a często przyczyna jest to, że maluch nie rozumie powodów rozstania z bliskimi, zakotwicza się na jakimś słowie usłyszanym, odbiera je na swój sposób rozumowania. Rozmowa z dzieckiem, że rozstania są chwilowe, a pod ich powłoką kryje się nowa wiedza, umiejętność, nowe doświadczenie może pomóc, choć tak jak wcześniej wspomniałam, okres adaptacyjny dla każdego malucha jest inny.

**Wskazane jest aby odwlec posłanie dziecka do przedszkola** jeśli w ostatnim czasie miały miejsce zdarzenia które mogły wywołać u dziecka duży stres. Mowa tutaj o pobycie w szpitalu, smutnym doświadczeniem z opiekunką bądź rozwodem rodziców, odejściem któregoś z rodziców. Posłanie malucha do przedszkola może dodatkowo spotęgować poczucie zagrożenia. Korzystniej by było uspokojenie dziecka emocjonalnie, albo przez dłuższy czas pozostawianie pociechy w przedszkolu, na godzinę, dwie, trzy.

Przy trudnych rozstaniach, zwykle pomaga ulubiona zabawka, mis, lala, która delikatnie skropiona perfumami mamy, czy taty, przywróci poczucie bezpieczeństwa dziecka, ukoi myśli.

Psycholog w przedszkolu głównie wspiera rozwój społeczno-emocjonalny dzieci. Poprzez zabawę dzieci mogą uczyć się i akceptować zasady życia społecznego, rozpoznawać i akceptować emocje własne i innych osób oraz uczyć się wyrażać je i radzić sobie z nimi we właściwy, bezpieczny sposób.

Jeśli mają Państwo pytania dotyczące własnego dziecka, coś w jego zachowaniu Państwa niepokoi, potrzebują Państwo porady, wskazówki, zapraszam na konsultacje.

Opracowała psycholog, Edyta Radzikowska