Adaptarea la grădiniță

Momentul intrării în colectivitate este unul încărcat de emoții, atât pentru părinți, cât și pentru copii.

Aceste emoții sunt absolut normale, având la bază teama de necunoscut și neîncrederea în ceea ce nu poate fi controlat.



CABINET DE CONSILIERE ȘI ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ

Prof.consilier: Ijeconi Alina-Patricia

Grădinița PP nr.14, Timișoara

De ce este necesar să pregătim copilul pentru grădiniță?

În primul rând pentru facilitarea tranziției spre mediul educațional,apoi spre asigurarea unei adaptări ușoare și sănătoase, și nu în ultimul rând pentru gestionarea anxietății de separare și a comportamentelor regresive.

Sugestii pentru părinți:

- ✓ Înainte de începerea grădiniței, discutați despre acest subiect. Exprimați-vă entuziasmul cu privire la lucrurile pe care le va învăța. Grădinița reprezintă o fază nouă a vieții, plină de aventuri și experiențe interesante, și nu doar o separare înfricoșătoare.
- ✓ Copiii răspund mult mai bine unui lucru nou, dacă sunt informați din timp despre acel lucru;
- ✓ Pentru a putea ajuta copiii să se adapteze într-un mediu nou și la separarea de părinți și de casă, e nevoie întâi să lucrați cu propriile temeri și gânduri;
- ✓ În primele săptămâni, cel mai important lucru e ca micuțul să se simtă confortabil și să construiască o relație de încredere cu doamnele educatoare;
- ✓ Este foarte important să avem încredere în copilul nostru și să acceptăm că fiecare copil are ritmul său propriu;
- ✓ Este important să le amintiți mereu că grădinița este pentru copii ca și un serviciu al lor, unde se distrează și învață alături de alți copii, unde respectă niște rutine, iar la finalul zilei se reîntâlnește cu părinții și își petrec împreună după-amiaza și seara;
- ✓ Copilul va ști, de acasă, că veți sta câteva minute cu el, după care veți pleca la locul de muncă;
- ✓ Anunțați când plecați și evitați să o faceți pe furiș, nu oscilați și nici nu-l întrebați dacă puteți pleca; E indicat să nu prelungiți momentul plecării de lângă copil. Îi dați copilului speranța că vă poate ține lângă el. Încercați să vă păstrați calmul. Confecționați o

cărticică pentru a ușura momentul de „la revedere". Titlul cărții ar putea fi - „Mama vine înapoi". Cartea poate cuprinde câteva poze ce ilustrează rutina zilei și apoi momentul revederii cu părinții;

- ✓ Asigurați-l, în mod repetat, cu fermitate și căldură totodată, că vă veți întoarce curând. Preșcolarul are nevoie de repere concrete despre momentul în care vă veți întoarce: ex. după ce se joacă în sală, după ce mănâncă, după ce iese în curte etc.
- ✓ Stabiliți rutine de rămas-bun(pupic pe năsuc, bateți palma, semn cu mâna). Inventați un ritual special pentru despărțire. Poate fi un cântecel, o îmbrățișare sau un pupic special;
- ✓ Nu uitați faptul că este normal ca cel mic să plângă. Nimic nu se compară cu compania părinților. Este benefic însă pentru el să aibă ocazia de a se atașa și de alți adulți și pentru părinți este important să poată să facă lucruri separat de copii;
- ✓ Este important să îi fie acceptate copilului emoțiile și să nu fie oprit din prima, ca și cum ar fi ceva nefiresc ce simte (este exclus să i se spună: „Nu ai de ce să plângi!"; „ Nu mai plânge că ești băiețel mare!" etc.); Dacă copilului îi este teamă în prima zi de grădiniță, nu-l mustra sau ridiculiza, nu încerca să-i spui că nu trebuie să-i fie frică. Transmite-i încredere prin recunoașterea emoțiilor, în timp ce îl asigură că te vei întoarce după el.

Ce să nu faceți

- Nu vă gândiți că el nu va putea să-și exprime nevoile și că, în absența părinților, copilul nu va putea cere ceea ce vrea.

- Nu faceți comparație cu alți copii: Uită-te la acel copil, el nu plânge! Ai văzut ce cuminte este?

- Nu vă preocupați excesiv de ceea ce copilul mănâncă sau nu mănâncă la grădiniță. Cadrele didactice verifică atent calitatea alimentelor și se asigură că toți copiii au mâncat măcar câte puțin. Părinții trebuie să se asigure că hrana nu devine în permanență un subiect de discuție.

- Nu vă speriați dacă cei mici plâng. Este normal să facă asta. Adulții trebuie să-i liniștească, dar dacă sunt îngrijorați, părinții îi dezorientează pe copii.

- Nu fiți neatenti la poveștile copiilor. Ascultați cu interes ceea ce spun copiii despre viața lor la grădiniță.

- Nu criticați cadrele didactice și nu puneți la îndoială deciziile educaționale. Fiecare educator este diferit: nu putem fi întotdeauna în armonie cu cei care se ocupă de copiii noștri. Totuși, este important să aveți încredere în capacitatea acestora și să le urmați sfaturile și recomandările.