

ADAPTACJA **DO PRZEDSZKOLA** **- PROCES**

@wychowawczaprzystan

CZYM JEST ADAPTACJA?

Adaptacja to **proces przystosowywania się do nowego środowiska i sytuacji**. Dla dziecka oznacza to stopniowe oswajanie się z miejscem, rytmem dnia, nauczycielami i rówieśnikami. To nauka radzenia sobie z tęsknotą, lękiem i niepewnością.

Każde dziecko przechodzi przez nią inaczej – jedne szybko znajdują swoje miejsce w grupie, inne potrzebują tygodni, a nawet miesięcy, by poczuć się w przedszkolu pewnie.

@wychowawczaprzystan

ILE TRWA ADAPTACJA?

Nie ma jednej, uniwersalnej odpowiedzi - **adaptacja to proces bardzo indywidualny.**

U niektórych dzieci wystarcza kilka dni do 2 tygodni, by poczuły się pewnie i chętnie zostawały w przedszkolu. U innych trwa kilka tygodni, a zdarza się, że nawet 2–3 miesiące, zanim dziecko przejdzie od płaczu i tęsknoty do swobodnej zabawy.

@wychowawczaprzystan

ILE TRWA ADAPTACJA?

Warto pamiętać, że **adaptacja nie przebiega liniowo** - po kilku dobrych dniach może pojawić się **regres** (np. dziecko zaczyna znów płakać przy rozstaniach po weekendzie czy chorobie). To naturalny etap i nie oznacza, że adaptacja się „cofnęła”.

Najważniejsze jest nie tempo, ale poczucie bezpieczeństwa dziecka!

@wychowawczaprzystan

CO MA WPŁYW NA PRZEBIEG ADAPTACJI?

Przebieg adaptacji dziecka w przedszkolu to zawsze sprawa indywidualna.

Na to, jak dziecko poradzi sobie w nowej sytuacji, wpływa wiele czynników - po stronie dziecka, rodziców, nauczycieli oraz samego otoczenia.

@wychowawczaprzystan

PO STRONIE DZIECKA

wcześniejsze **doświadczenia**
z adaptacją w żłobku czy
pozostawaniem z innymi dorosłymi

zasoby dziecka

(np. umiejętność komunikacji,
radzenia sobie ze stresem)

gotowość przedszkolna

temperament,

uwarunkowania
genetyczne i stopień
wrażliwości



szczególne potrzeby
(np. wysoka wrażliwość,
zaburzenia integracji
sensorycznej)

prawidłowości
rozwojowe około 3.
roku życia

@wychowawczaprzystan

PO STRONIE RODZICÓW

zaopiekowanie własnych emocji związanych ze
startem dziecka w przedszkolu

pewność, że przedszkole to
dobry wybór, zaufanie
kadrze, współpraca z
placówką

wcześniejsze stopniowe
przyzwyczajanie dziecka do
pozostawiania pod opieką
innych osób

wiedza o typowym
rozwoju trzylatka i
umiejętność
wspierania go



codzienne
zapewnianie poczucia
bezpieczeństwa,
akceptacji i miłości

@wychowawczaprzystan

PO STRONIE NAUCZYCIELI I PERSONELU

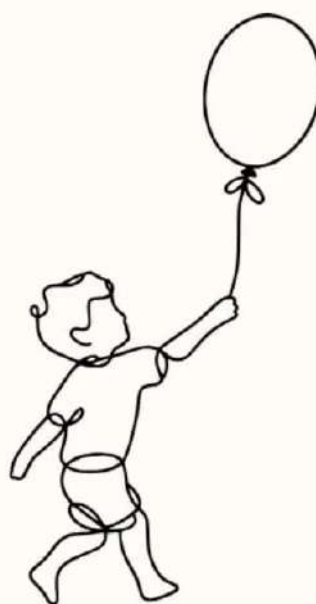
oferowanie spotkań adaptacyjnych dla
rodziców i dzieci

przygotowanie
placówki na przyjęcie
nowej grupy

wiedza na temat
procesu adaptacyjnego

otwarta współpraca
i wspieranie rodziców
w procesie adaptacji

realne oczekiwania
wobec dzieci
i świadomość ich
możliwości



@wychowawczaprzystan

MOŻLIWE REAKCJE DZIECI W CZASIE ADAPTACJI

wybuchy złości po powrocie do domu (dziecko „rozładowuje” napięcie w bezpiecznej przestrzeni)

chwilowa regresja (np. moczenie nocne, chęć powrotu do smoczka)

płacz przy rozstaniu z rodzicem



niechęć do jedzenia, snu czy korzystania z toalety

silne przywiązanie do jednego opiekuna w przedszkolu

@wychowawczaprzystan

JAK WYGLĄDA PROCES ADAPTACJI?

Oswajanie przestrzeni i nowych zasad

- dziecko poznaje salę, szatnię, plac zabaw i uczy się prostych reguł, zaczyna rozumieć, że będzie tu spędzać część dnia bez rodziców

Tworzenie więzi z nauczycielem i personelem

- nauczyciel staje się pierwszą osobą, do której dziecko może zwrócić się po pomoc, pocieszenie czy wsparcie

Pierwsze doświadczenia grupowe

- dziecko uczy się bycia wśród wielu dzieci, dzielenia zabawkami i wspólnych zabaw, zaczyna uczyć się podstawowych kompetencji społecznych

@wychowawczaprzystan

JAK WYGLĄDA PROCES ADAPTACJI?

Radzenie sobie z rozstaniem

- poranki bywają trudne - płacz, protest, niechęć,
dziecko doświadcza tęsknoty, ale stopniowo przekonuje się, że
rodzic zawsze wraca

Wejście w rytm dnia

- dziecko coraz lepiej odnajduje się w powtarzalnym planie dnia,
uczestniczy w zajęciach, korzysta z posiłków, odpoczynku i uczy
się samodzielności

Stabilizacja i przynależność

- dziecko czuje się pewnie w grupie, buduje relacje i łatwiej
rozstaje się z rodzicami

@wychowawczaprzystan