



Spotkanie organizacyjne

2.06.25 r. (poniedziałek) godz. 15:30



Adaptacja w przedszkolu

Karolina Lendzioszek - psycholog
Hanna Sikora - psycholog

Publiczne Pozytywne Przedszkole Nr 3

Jak przygotować się na pójście do przedszkola?

- stopniowe przygotowanie - zacząć od pozostawienia dziecka na 3 h z ciocią/zaufaną znajomą
- wspieranie samodzielności (samodzielnie zakłada kapcie, ubiera/rozbiera się, je posiłki, korzysta z toalety, mówi o swoich potrzebach/prosi o pomoc, np. chcę się napić, mam mokrą bluzkę, potrzebuję pomocy z zamkiem itp.)
- stały rytm dnia (daje bezpieczne ramy dziecku)
- uczymy przestrzegania zasad, np. posiłki jemy przy stole, czekamy na swoją kolej, nie biegamy w budynku (u lekarza, w urzędzie, w do
- zamiast tłumaczenia, rozmów - czytanie bajek, zabawa (w przedszkole - pokazujemy pozytywny obraz)



Rozwój emocjonalny 3-latka

- emocje są krótkotrwałe
- wysoki poziom ekspresji (żywe gesty, ruchy, słowa, dźwięki) > brak kontroli
- reakcje impulsywne
- umacnianie swojego “ja”, walka o autonomię (choć już rzadziej niż u 2 latka)
- używanie zaimków “ja”, “mnie”
- pojawiają się nowe dla dziecka uczucia, m.in. wstydu, poczucia winy, zakłopotania i zazdrości
- wciąż dominuje egocentryzm

Rozwój społeczny 3-latka

- koniec symbiozy z matką - o ile przywiązanie kształtuje się prawidłowo
- nawiązywanie relacji z rówieśnikami; zabawa, dzielenie się zabawkami
- umiejętność współdziałania w małej grupie
- organizowanie zabaw tematycznych typu lekarz, sklep, dom
- stopniowe przyswajanie reguł pozwalających funkcjonować w grupie
- rozwój języka.

Lęki u 3-latka

Dominują LĘKI WIZUALNE:

- ciemność
- zwierzęta
- starzy, pomarszczeni ludzie
- maski, czarownice
- policjanci, włamywacz
- wieczorne wyjścia rodziców



Lęki są potrzebne do **prawidłowego rozwoju dziecka**.

Uczą **radzenia sobie z niekomfortowymi sytuacjami**, lęk informuje nas o zagrożeniu.

Jak pomóc?

- rozumienie, rozmowa, obecność
- unikamy “nie ma się czego bać”, “nic się nie stało”
- język empatii

Czy Ja (Rodzic) jestem gotowy?

- uświadomienie swoich obaw - obniżenie napięcia
- dzieci bardzo dobrze wyczuwają stany emocjonalne rodzica - przejmowanie emocji
- adaptacja jest trudna = separacja, zaburzenie poczucia bezpieczeństwa, zmiana
- często dorośli też mają duży problem z adaptacją dziecka
- wyregulowany rodzic = spokojne dziecko
- zaufanie do obcych osób

BARDZO WAŻNE (!)

- dać dziecku przestrzeń na wyrażenie swoich emocji, obaw, zadawanie pytań
- nie obarczać oczekiwaniami, że dziecko ma być dzielne, że nie wolno płakać
- nie oczekujemy od razu wielkiej radości, entuzjazmu
- nie wiążemy grzeczności i dzielności z powstrzymywaniem się przed okazywaniem emocji

Akcja PRZEDSZKOLE - kilka zasad:

1. normalizujemy, odzwierciedlamy, nazywamy uczucia dziecka
2. możemy mówić o czasie, kiedy rodzic szedł do przedszkola (były obawy, ale udało się je oswoić/pokonać)
3. dajmy sobie czas - na oswojenie się z nową, niełatwą sytuacją
4. poranek bez pośpiechu - staramy się działać na spokojnie
5. umawiamy się z dzieckiem kto i kiedy je odbierze (unikamy sformułowań typu "o 16", konkretnie - "po obiedzie"), dotrzemy obietnic
6. krótkie pożegnania
7. po przedszkolu zadbanie o wspólny, konstruktywny czas (unikamy nagród)
8. dziecko po przedszkolu może być zmęczone, rozdrażnione (duża ilość bodźców, nowe doznania) - zaakceptujemy to

Pożegnania - co utrudnia?

- długie pożegnania, rozmowy
- chaos i pośpiech rodzica
- współczucie, żal, strach u rodzica
- pocieszanie “nie bój się” - informacja, że jest powód, by się bać
- kłamstwa (“mama zaraz po ciebie przyjdzie”)
- uciekanie/znikanie bez pożegnania
- wnoszenie do sali
- zaglądnienie przez okno sali

Pożegnania - co pomaga?

- spokojne, krótkie pożegnanie (rytuał pożegnania - “buziak, przytulias, piąteczka, miłego dnia”)
- szybkie opuszczenie sali
- uśmiech na twarzy - spójność komunikacji werbalnej i niewerbalnej
- szczerłość ze strony rodzica, dotrzymywanie obietnic
- przyjście na własnych nogach

Badania diagnostyczne w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej

- badania psychologiczne, pedagogiczne i logopedyczne przeprowadzane w celu zdiagnozowania trudności rozwojowych dziecka
- badania przeprowadzane są na wniosek rodziców, ale wymagają opinii placówki, jeżeli dziecko już do niej uczęszcza
- badania są bezpłatne

Strona internetowa Przedszkola -> zakładka Poradnia -> link do rejestracji online

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 3 w Gdańsku

ul. Wałowa 21

Kiedy rozpocząć diagnozę dziecka?

- dziecko nie mówi/ posługuje się pojedynczymi wyrazami/ jego mowa jest niezrozumiała dla otoczenia
- dziecko przejawia nadmierną ruchliwość, nie jest w stanie skupić się przez kilka minut na jednej aktywności
- dziecko przejawia zachowania agresywne/autoagresywne
- dziecko nie przejawia zainteresowania zabawą
- dziecko nie bawi się w zabawy tematyczne; bawi się jedynie w zabawy stereotypowe takie jak układanie przedmiotów w rzędzie, wprawianie zabawek w ruch i wpatrywanie się w nie, nadmiernie interesuje się literami, cyframi itp.

Literatura - przygotowanie do przedszkola

1. "Feluś i Gucio idą do przedszkola"
2. "Kicia Kocia w przedszkolu"
3. "Tosia i Julek idą do przedszkola"
4. "Maks idzie do przedszkola"
5. "Basia i przedszkole"



Ćwiczenia - karty pracy 1 i 2

CECHY I UMIEJĘTNOŚCI DZIECKA

Wyobraź sobie swoje dziecko w wieku 10-15 lat. Jakim nastolatkiem mogłoby być? Jakie kompetencje powinno mieć, by jego relacje były stałe i udane, by osiągał to, o czym marzy? Spróbuj wpisać w tabelę takie cechy i umiejętności, które mu ułatwią start w dorosłość.

CECHY	UMIEJĘTNOŚCI

Twoje dziecko zaczyna chodzić do przedszkola. Chcesz je wesprzeć w samodzielności, oddając część kontroli nad jego własnym życiem nauczycielom, nauczyć komunikatywności, empatii, wspierać je w rozwijaniu kreatywności i poczucia własnej wartości.

Przypisz do podanych cech i kompetencji takie obszary, w których dziecko może je rozwijać. **Spróbuj wymienić proste zadania i czynności z życia codziennego, które pomagają rozwijać wymienione cechy.**

POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI	SAMODZIELNOŚĆ	EMPATIA	KOMUNIKATYWNOŚĆ	KREATYWNOŚĆ

Dziękujemy za uwagę!