

**ULOTKA  DLA  RODZICA**

Jak  pomóc dziecku w adaptacji w przedszkolu.

1. **Nie przeciągaj pożegnania w szatni.**Pomóż dziecku rozebrać się, pocałuj je i wyjdź, przekazując maluszka nauczycielowi.
2. **Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu.** Jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko załatwić.
3. **Nie obiecuj:** jeśli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz. Kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu maleńki prezent, ale nie może to być forma przekupywania, lecz raczej nagrody. Z czasem ten bodziec stanie się zbędny.
4. **Kontroluj, co mówisz.** Zamiast : „ już możemy wracać do domu”, powiedz : „ teraz możemy iść do domu”. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk.
5. **Nie wymuszaj na dziecku,**żeby zaraz po przyjściu do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu – to powoduje niepotrzebny stres.
6. **Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze,**postaraj się, żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata lub inna osoba, która zna twoją pociechę.
7. **Staraj się określać, kiedy przyjdziesz po dziecko, w miarę dokładnie.**Nie mów więc : „ przyjdę, kiedy skończę pracę”, ponieważ dziecko nie wie, o której godzinie rodzice kończą pracę. Lepiej powiedzieć : „ odbiorę Cię z przedszkola po podwieczorku/ po obiedzie”. Jest to dla dziecka dobra miara czasu, gdyż wie, kiedy są posiłki. Najważniejsze jest to, by  **DOTRZYMYWAĆ  SŁOWA !**
8. **Nie okazuj negatywnych emocji :**nie płacz, nie wracaj pod drzwi, gdy słyszysz, że twoja pociecha płacze. Takie zachowania u dziecka rozpoczynającego dopiero funkcjonowanie poza środowiskiem rodzinnym są zupełnie normalne! Kiedy jednak zobaczy, że rodzic czuje się niepewnie, pozostawiając go w przedszkolu, będzie miało wrażenie, że dzieje się coś złego, a to spotęguje jego stres.
9. **Każde dziecko uspokaja się**w zasadzie od razu po zamknięciu drzwi do sali, ponieważ absorbują je nowi koledzy i wielość zabawek. A życzliwa i uśmiechnięta Pani zawsze przytuli, weźmie na kolana i uspokoi, zajmując jego uwagę czymś miłym i pozytywnym.
10. **Tłumacz dziecku, że reguły obowiązujące w przedszkolu są dobre.**Dzieci lubią, gdy ich świat jest uporządkowany i ma swoją harmonię. Brak zasad i wymogów ze strony nauczyciela sprawia, że maluch odczuwa chaos, a to powoduje brak poczucia stabilności i bezpieczeństwa w nowym miejscu.
11. **Wszystkie wątpliwości lub pytania kieruj do nauczyciela.**To osoba, która spędza z dzieckiem większość dnia, więc doskonale je zna i jest kompetentna w swoim zawodzie. Na pewno uzyskasz pomoc i osiągniesz porozumienie. Dziecko, widząc, że rodzice rozmawiają z nauczycielem, czuje się bezpieczne.