

Ομαλή προσαρμογή στο νηπιαγωγείο.

Η είσοδος κάθε παιδιού στο νηπιαγωγείο, αποτελεί ορόσημο στην πορεία της ζωής του, καθώς μεταφέρεται στην σχολική πραγματικότητα η οποία εμπεριέχει αρκετές δυσκολίες, εντάσεις, προκλήσεις.

Υπάρχουν αρκετά θέματα που έχει να διαχειριστεί ένα παιδί, όπως:

Αποχωρισμός από το σπίτι του και τους γονείς του, εκμάθηση νέων δραστηριοτήτων και λειτουργιών μέσα στην ομάδα (ώρα φαγητού, παραμυθιού, χαλάρωσης), συναναστροφή με πολλά και διαφορετικά παιδιά.

Έχει να διαχειριστεί τα όρια που «του επιβάλλονται» τα οποία είναι απαραίτητα για την ασφάλεια και την διαχείριση όλης της ομάδας των παιδιών, τη χρήση τουαλέτας, την διαχείριση του υλικού του σχολείου, το άνοιγμα του τάπερ φαγητού και γενικότερα την προώθηση της αυτονομίας και της αυτάρκειας του.

Ιδιαίτερη προσοχή όμως θα πρέπει να δοθεί στην ψυχική του κατάσταση καθώς εκτός από την χαρά και την έξαψη, συνυπάρχουν συναισθήματα άγχους αποχωρισμού, στρες, αγωνίας, ντροπαλότητας.

Ένα βασικό στοιχείο το οποίο θα βοηθήσει την καλύτερη προσαρμογή του παιδιού στο νέο του περιβάλλον, είναι οι γονείς να αισθάνονται οι ίδιοι άνετα, οικεία και να έχουν εμπιστοσύνη στο νέο του σχολείο. Ακόμα και στη αρνητική (φυσιολογική) αντίδραση του παιδιού, απέναντι στο νέο του περιβάλλον οι γονείς θα πρέπει να του δώσουν τον χώρο να εκφραστεί και τον χρόνο να συνηθίσει.

Πως μπορούν να βοηθήσουν οι γονείς την ομαλή προσαρμογή στο νηπιαγωγείο.

- Η γνωριμία του παιδιού με τη δασκάλα του και το χώρο του σχολείου πριν την έναρξη της σχολικής χρονιάς βοηθάει στη σταδιακή προσαρμογή.
- Εξηγούμε στο παιδί τη διαδικασία που θα ακολουθήσει, δηλαδή ότι θα φύγουμε για να πάμε στη δουλειά και ότι θα έρθουμε να το πάρουμε μόλις τελειώσουμε
- Οι πρώτες αρνητικές αντιδράσεις του παιδιού δε θα πρέπει να κλονίσουν τους γονείς και να το απομακρύνουν για κάποιο διάστημα από το νηπιαγωγείο. Εξετάζουμε μαζί με τους νηπιαγωγούς, πως είναι το παιδί όταν αποχωρούμε, πως συμπεριφέρεται, πως αντιδράει.

- Απαντάμε με ειλικρίνεια στις ερωτήσεις του σε σχέση με το καινούργιο του σχολείο.
- Όσες περισσότερες πληροφορίες σε ρεαλιστικό επίπεδο, δώσουμε στο παιδί για το νηπιαγωγείο, τόσο μικρότερος θα είναι και ο φόβος του για το τι θα συναντήσει εκεί.
- Στην αρχή, μπορεί να είναι βοηθητικό για το παιδί να έχει στην τσάντα του ένα αγαπημένο του αντικείμενο.

Τι δεν βοηθάει στην ομαλή προσαρμογή του παιδιού στο νηπιαγωγείο :

- Να επιμένουμε να μας πει με πίεση πως πέρασε, με ποια παιδιά έπαιξε, τι έκανε, τι έμαθε.
- Να το κάνουμε να πιστέψει ότι τώρα που ξεκίνησε το νηπιαγωγείο, μεγάλωσε.
- Να το εκφοβίζουμε χρησιμοποιώντας το νηπιαγωγείο ως μορφή πίεσης ή τιμωρίας π.χ θα φωνάξει η δασκάλα σου αν δεν φορέσεις παλτό.
- Να αφήσουμε περιθώρια ότι μπορεί να το αποφύγει. Θα πρέπει να εξηγήσουμε στο παιδί ότι στο σχολείο πηγαίνουν όλα τα παιδιά για πολλά χρόνια.
- Να του δημιουργούμε προσδοκίες του τύπου: θα είναι όλα τέλεια, θα περνάς υπέροχα, θα παίζεις συνέχεια, κ.ά.

Κάθε παιδί είναι μοναδικό. Κάθε οικογενειακό σύστημα διαφορετικό. Δεν υπάρχει ο ίδιος, ούτε απόλυτος χρόνος προσαρμογής για όλα τα παιδιά. Κάποια παιδιά θέλουν περισσότερο, άλλα λιγότερο χρόνο προσαρμογής. Η πιο ασφαλής μέθοδος, είναι να γνωρίζουμε καλά το παιδί μας και τις αντιδράσεις του και να βγάλουμε ένα πρόγραμμα προσαρμογής πάντα σε συνεργασία με το προσωπικό του νηπιαγωγείου ανάλογα: με την ηλικία, τις ανάγκες, τον βαθμό αυτονομίας και τις αντιδράσεις του παιδιού στον αποχωρισμό.

Σε κάθε περίπτωση, το πιο σημαντικό κομμάτι, για να διαχειριστούμε κάθε καινούργια κατάσταση, είναι **η σχέση που έχουμε αναπτύξει με το παιδί μας** και στην προκειμένη περίπτωση χρειάζεται να εστιάσουμε σε μια ουσιαστική σχέση και επικοινωνία μεταξύ νηπιαγωγείου - οικογένειας - παιδιού. Τέλος θα πρέπει και οι ίδιοι οι γονείς να υπερβούμε την ανάγκη μας να αποκτήσουν τα παιδιά μας μόνο γνώσεις (γραφή, ανάγνωση, μαθηματικά, κ.α.) με δεδομένο ότι τις συγκεκριμένες δεξιότητες θα τις διδαχτούν σε όλη την σχολική τους πορεία. Αντίθετα είναι εξίσου σημαντικό να επενδύσουμε τόσο οι γονείς όσο και το σύγχρονο νηπιαγωγείο σε αξίες, υγιείς συμπεριφορές και σωστές πρακτικές όπως: ενσυναίσθηση, κοινωνικοποίηση, αλληλεγγύη, οικολογική συνείδηση, καλλιέργεια

του υπεύθυνου μελλοντικού πολίτη, αυτονομία, εμπιστοσύνη, δημιουργικότητα, ψυχική ανθεκτικότητα.

*Σας ευχόμαστε καλή **σχολική χρονιά και καλή... προσαρμογή!***

Σας ευχαριστούμε για την εμπιστοσύνη και τη συνεργασία σας.