

Klaudia BORYCKA

ORCID: 0000-0003-3449-2122

*Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie*

## **Problem przystosowania dziecka do warunków środowiska przedszkolnego**

Dzieci potrzebują miłości, tak jak kwiaty łakną wody. Miłością nie można przekarmić. Stały strumień miłości i akceptacji ze strony rodzica to ścieżka, po której dziecko idzie ku zdrowiu uczuciowemu i fizycznemu.

*Brian Tracy*

### **Abstract: The Problem of Adapting the Child to the Conditions of the Preschool Environment**

In the process of adaptation to the preschool environment, children are accompanied by many problems. Just after crossing the kindergarten door, children must get used to the long-lasting physical and mental exertion, noise and a new rhythm of the day. A young person must comply with the rules that apply in the preschool community. A lot of difficulties in adaptation result from the not fully developed nervous system. Children are often excitable. Even the slightest stimulus causes changes in their emotional state. Difficulties that prevent the correct process of adaptation are: egocentrism (most often manifested during conversations, games), anxiety caused by separation from parents, changes in the organization of the family environment. The problems that accompany the children in connection with the process of adaptation, are often a cause of disturbances in their behavior. These disorders occur in various forms. These are most often neurotic disorders, neurodynamic disorders, psychomotor inhibition or aggressive behavior. Each type of disorder is a threat to the health of a young person. It is important to carefully observe the children and intervene in case of disturbing signals. The parent's task is to best prepare the child for kindergarten. Parents should teach their children a specific course of action (e.g. sense of duty), but should also mentally support them. Positive motivation (mental support) and support of parents in the form of specific actions is invaluable for the correct adaptation of children to the preschool environment.

**Keywords:** child, adaptation, kindergarten, difficulties, behavioral disorders, parents

**Słowa kluczowe:** dziecko, przystosowanie, przedszkole, trudności, zaburzenia w zachowaniu, rodzice

## Wstęp

Każda zmiana w życiu wymaga od człowieka dostosowania się, nabycia nowych umiejętności potrzebnych do prawidłowego funkcjonowania w nowych warunkach. Przez całe życie jesteśmy skazani na zmiany. Zmieniamy najczęściej pracę, partnera, sposób ubioru, zachowanie czy światopogląd. Zmiany zachodzą na każdym etapie życia i niektóre z nich mają ogromne znaczenie dla naszego dalszego funkcjonowania. Jedną z takich zmian ma miejsce w okresie przedszkolnym i dotyczy kwestii odseparowania się dziecka od rodziców, a tym samym — przystosowania do środowiska przedszkolnego. Pomyślna adaptacja do warunków społeczności przedszkolnej jest trudna nie tylko dla dzieci, ale również dla ich rodziców. W niniejszym artykule podejmuję problem adaptacji dziecka w kontekście trudności, jakie mu towarzyszą w edukacji przedszkolnej. Omówione zostaną przyczyny, które determinują nieprawidłowe przystosowanie się dzieci do nowej społeczności. Ponadto zostaną przedstawione najczęściej występujące w tej grupie dzieci zaburzenia w zachowaniu. Ostatnia część artykułu będzie próbą odpowiedzi na pytanie, w jaki sposób rodzice mogą pomóc dzieciom w prawidłowym, przyjaznym procesie adaptacji do warunków środowiska przedszkolnego.

## Trudności dziecka w przystosowaniu się do środowiska przedszkolnego

Przedszkole jako intencjonalne środowisko wychowawcze ma w założeniu przygotować dzieci od 3. do 6. roku życia do nauki szkolnej oraz wspierać rozwój ich osobowości. Stałe i świadome obserwowanie rozwoju, przejawianych aktywności oraz potrzeb dziecka pomaga w kreowaniu odpowiednich dla nich warunków. Proces przystosowania się nadal jest łączony z pojęciami rozwoju i aktywności. Według J. Lubowieckiej (2000) człowiek w ciągu całego swojego życia przystosowuje się do otoczenia, w którym przebywa. Naturalną właściwością procesu adaptacji jest podążanie jednostki ku uczestniczeniu w życiu społecznym. Jak zatem należy rozumieć przystosowanie się? Termin ten oznacza jako umiejętność zachowywania wewnętrznej równowagi w otaczającym nas świecie. W literaturze pedagogicznej mowa jest również o przystosowaniu społecznym, które nie odnosi się tylko do zachowywania równowagi między pragnieniami jednostki a zasadami panującymi w społeczeństwie, ale również do odgrywania ról społecznych, zaspokajania cudzych potrzeb czy współdziałaniu (Lubowiecka, 2000, s. 47). W literaturze wskazywane są rozmaite podziały adaptacji (przystosowania się). Można wyróżnić adaptację pasywną oraz adaptację aktywną. Adaptacja aktywna charakteryzuje się tym, że człowiek dopasowuje się do warunków panujących w środowisku zewnętrznym w taki sposób, by nie stanowi-

ły one dla niego zagrożenia, zaspokajały jego potrzeby, a także wywoływały zadowolenie. Drugi rodzaj — adaptacja pasywna — oznacza, że jednostka dopasowuje się do warunków środowiska zewnętrznego, których nie jest w stanie zmienić tak, by stały się one dla niego korzystne. Tu nasuwa się pytanie, jakiego rodzaju adaptacji powinno się oczekiwać od dziecka wstępującego do przedszkola. Interesującą koncepcję opracował E. H. Erikson (1968; za: Lubowiecka, 2000, s. 20). Nieprzystosowania nie uważał on za zjawisko negatywne. Uważał bowiem, że jest ono cechą, która wynika z kryzysu wzrostu. Wyjaśniał, że trudności adaptacyjne dzieci w środowisku przedszkolnym mogą wynikać z fazy rozwojowej, w jakiej się aktualnie znajdują. Nie tyle istotny jest sam fakt występowania tego rodzaju problemów, ile to, jak szybko dziecko się z nimi upora (Lubowiecka, 2000, s. 15–20). Przystosowanie do całkiem nowego środowiska zależy od indywidualnych właściwości jednostki. Każdy będzie przechodził proces adaptacji w inny sposób. Umiejętności adaptacyjne dzieci uwarunkowane są przede wszystkim ich poziomem rozwoju psychicznego, a także ruchowego. Przystosowanie się do nowego otoczenia następuje w niemal wszystkich zakresach funkcjonowania organizmu. Nadrzędną rolę w tym procesie spełnia ośrodkowy układ nerwowy, który odbiera informacje, interpretuje je, a także pośredniczy między wewnętrznym i zewnętrznym środowiskiem jednostki (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 21). Jakie zatem problemy towarzyszą mu w procesie adaptacji? U trzyletniego dziecka żadna funkcja psychiczna nie jest wystarczająco ukształtowana. Nie jest ono odporne na długotrwały wysiłek fizyczny czy hałas, a takie właśnie realia towarzyszą dziecku tuż po przekroczeniu progu przedszkola. Instytucjonalny charakter placówki powoduje, że dzieci mają spore trudności z orientacją w rytmie dnia. Ich obowiązkiem jest podporządkowanie się wszystkim zasadom i poleceniom nauczyciela (Lubowiecka, 2001, s. 328). W dalszym ciągu trudność sprawiają mu czynności samoobsługowe — trzylatek nie jest w pełni samodzielny. Choć posługuje się już poprawnie częściami mowy, a jego słownik liczy blisko 1000 wyrazów, jego możliwości językowe następczą wielu problemów w komunikacji werbalnej ze środowiskiem, w którym funkcjonuje, a jak wiadomo, język odgrywa ważną rolę w adaptacji. W środowisku domowym nie ma zazwyczaj problemu ze zrozumieniem dziecka, chociażby z uwagi na to, że mowie dziecka towarzyszą gesty, mimika, która jest już dobrze znana. W środowisku przedszkolnym jednak jest trudniej. Dziecko ma kłopot nie tylko z przekazaniem ważnych informacji, ale i z interpretacją kierowanych do niego treści (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 22). Wraz z przekroczeniem progu przedszkola musi nauczyć się funkcjonować w grupie rówieśniczej, a przede wszystkim wejść w rolę przedszkolaka. Jest to nie lada wyzwanie, ponieważ od tej pory będzie musiało dzielić swoją przestrzeń z innymi dziećmi. Trzylatek nie jest skory do podporządkowania się obowiązującym zasadom i wykonywania wszystkich poleceń opiekuna grupy. Dzieci na tym eta-

pie rozwoju muszą dostosować się do wymagań otoczenia, pogodzić się z brakiem komfortu, strefy intymności oraz zaakceptować panujące reguły, co z czasem przyczyni się do intensywnego i wzmożonego budowania własnego poczucia wartości, silnego „ja” (Lubowiecka, 2000, s. 42–45). Wraz z nabywaniem nowych umiejętności językowych u dzieci pojawia się zdolność myślenia symbolicznego. W dalszym ciągu mają kłopot z myśleniem przyczynowo-skutkowym oraz rozumieniem stosunków czasowych. Czas pobytu w przedszkolu rozumiany jest całkowicie inaczej przez dziecko i rodzica. Dla dorosłego 6–7 godzin upływa bardzo szybko, dla dziecka będzie się natomiast ciągnąć w nieskończoność. Problem stanowi również dostosowanie się do rytmu dnia panującego w przedszkolu. Pierwszy dzień w przedszkolu dostarcza dziecku informacji o czynnościach, jakie będzie wykonywał, ich następstwie oraz poświęconym na nie czasie. Procesy myślowe są podporządkowane procesom percepcyjnym (Gruszczyk-Kolczyńska, Zielińska, 2004 s. 25–27). Innym problemem uniemożliwiającym prawidłową adaptację jest nagłe, niespodziewane wyrwanie dziecka ze środowiska domowego, które budzi w nim obawę, że coś złego wydarzy się rodzicom. Trzyletnie dziecko traci zwłaszcza poczucie bezpieczeństwa w momencie rozłąki z matką, ponieważ między nimi wytworzyła się bardzo silna więź m.in. podczas czynności pielęgnacyjnych. Brak kontaktu z mamą przez cały czas pobytu w przedszkolu budzi u dziecka lęk, że zniknie ona na zawsze. Pod wpływem tak silnego napięcia emocjonalnego, braku komfortu psychicznego dziecko nie jest w stanie nabyć nowych umiejętności ani skupić uwagi choć na chwilę. Prawdziwe zatem jest stwierdzenie, że poczucie bezpieczeństwa ma korzystny wpływ na proces adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego (Lubowiecka, 2000, s. 40–41). Istotny wpływ na adaptację dziecka do środowiska przedszkolnego wywołują także zmiany zachodzące w organizacji życia rodzinnego. W wyniku rosnących wymagań rodziców, ciągłego pośpiechu i nowych obowiązków pozostaje coraz mniej czasu, który można poświęcić samemu dziecku. Te wszystkie niezrozumiałe sytuacje mogą być podstawą do myślenia: „Mama już mnie nie kocha”. W konsekwencji stanowi to przyczynę trudności w przystosowaniu się dziecka do przedszkola (s. 54). Egocentryzm, charakterystyczny dla poziomu inteligencji reprezentującej, stanowi kolejną trudność w adaptacji dziecka. Jest to sposób myślenia, który nie dopuszcza innego punktu widzenia. Dzieci w wieku przedszkolnym przejawiają zachowania o charakterze egocentrycznym najczęściej podczas rozmowy. Ponieważ dziecko jest skupione na samym sobie, ma problem w wysłuchaniu treści kierowanych do niego. Jest to tzw. mowa egocentryczna (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 22–24; Lubowiecka, 2001, s. 323). Dopiero z czasem zawiązują się wśród dzieci pierwsze przyjaźnie, oparte na wzajemnym zainteresowaniu, słuchaniu siebie. Zabawa nabiera wówczas charakteru integracyjnego i toruje drogę do zawierania nowych znajomości. Problemy z adaptacją wynikają z temperamentu dziecka. Na

temperament składają się bowiem rozmaite sposoby zachowania. Jak pisze A. Klim-Klimaszewska (2010b, s. 26), „nieliczenie się z cechami temperamentu jednostki może stać się przyczyną niepowodzeń w kształtowaniu pożądanych cech osobowości, co więcej, może w określonych sytuacjach doprowadzić do powstania trudności wychowawczych bądź do wystąpienia pewnych zaburzeń w zachowaniu, w tym także w procesie adaptacji”. Autorka podkreśla, że znaczący wpływ na kierunek rozwoju i zachowanie mają nie cechy temperamentu, a proces wychowania. Nauczyciel, zapoznając się z cechami temperamentu swoich wychowanków, powinien dopasować metody i środki pracy tak, by proces wychowania przebiegał pomyślnie. W związku z niewykształconym układem nerwowym dziecka jest ono pobudliwe, uzewnętrznia swoje stany emocjonalne. Oznacza to, że nawet najslabsze bodźce mogą doprowadzić zarówno do przyjemnych, jak i przykrych stanów emocjonalnych. Emocje mają charakter krótkotrwały (trwają zaledwie kilka minut) i przejściowy (diametralne zmiany nastroju). Ekspresji emocji u dzieci towarzyszy urozmaicona mimika i pantomimika. Dzieci uzewnętrzniają radość czy złość, śmiejąc się, płacząc, wykonując gwałtowne ruchy, gestykulując (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 24–26). Podczas pierwszego dnia pobytu w przedszkolu dziecko poznaje nowych kolegów oraz nowe osoby dorosłe — nauczycieli. Pierwsze kontakty z nowym otoczeniem, jak zostało wielokrotnie potwierdzone, są dla niego wielkim wyzwaniem. Z uwagi na lęk, wynikający z rozstania z matką, dziecko jest nastawione przede wszystkim na kontakt z osobami dorosłymi. Ten rodzaj relacji daje poczucie bezpieczeństwa. Dziecko podczas pobytu w przedszkolu nie poznaje jednak tylko jednego wychowawcy. Na początku przyzwyczajają się do obecności pani Ani, a zaraz pojawia się nagle pani Kasia. Później pojawia się jeszcze kilku innych pracowników przedszkola, których dziecko nie rozpoznaje. Inny problem polega na tym, że ulubiona pani Kasia nie może w tym momencie poświęcić dziecku tyle czasu, ile ono by chciało. Takie sytuacje powodują u dzieci poczucie zagubienia, niezrozumienia, co prowadzi do problemów adaptacyjnych (Gruszczyk-Kolczyńska, Zielińska, 2004, s. 325; Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 28). Wiedza o rozmaitych trudnościach, które utrudniają dziecku adaptację, pomaga w procesie socjalizacji. Złe samopoczucie dziecka w środowisku przedszkolnym może się bowiem stać główną przyczyną powstawania wielu zaburzeń w zachowaniu małego człowieka.

Jakie zatem występują u dzieci zaburzenia w zachowaniu, spowodowane procesem adaptacji do środowiska przedszkolnego? Dzieci, rozpoczynając swoją przygodę z przedszkolem, a czasem dopiero w jej trakcie, przejawiają różne zachowania. Niektóre są nad wyraz spokojne, a wręcz wycofane, ale bywają również takie, które zachowują się agresywnie. W tej części pracy postaram się przybliżyć najczęściej występujące objawy zaburzeń, które towarzyszą dzieciom mającym problemy z adaptacją w przedszkolu. Należą do nich:

- zaburzenia nerwicowe;
- zaburzenia neurodynamiczne (nadpobudliwość, nerwowość);
- zahamowanie psychoruchowe;
- zachowania agresywne (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 38).

Zaburzenia u dzieci, które przejawiają trudności w adaptacji, występują zazwyczaj pod postacią nerwic. Pojawiają się one na skutek niespodziewanych, nagłych wypadków bądź cyklicznie powtarzających się przykrych sytuacji w środowisku dziecka. Główną przyczynę nerwic upatruje się w lęku. Charakteryzuje się on silnym napięciem, któremu towarzyszy, bezradność, niemoc, brak poczucia bezpieczeństwa. Pojęcie to bywa bardzo często mylone ze strachem. Różnica jednak jest znacząca. Strach towarzyszy dziecku wówczas, gdy zna ono przyczynę jego występowania. Lęk najczęściej uzewnętrznia się w innych rodzajach zachowań nerwicowych. Jest to swoista obrona dziecka przed przykrymi przeżyciami, którym nie jest ono w stanie stawić czoła w inny sposób. W takim przypadku wraz z pójściem do przedszkola uruchamiane są takie mechanizmy obronne, jak ból brzucha, głowy, nudności. Ta postać objawów nerwicowych ma charakter pośredni (zastępczy) (Kozłowska, 1984, s. 60). Pojawiają się też lęki nocne. Rozpoznaje się je po tym, że dziecko budzi się gwałtownie w ciągu nocy, a towarzyszą temu wzmożona potliwość, przyspieszony oddech itp. Ten rodzaj lęku bardzo często występuje u dzieci, które rozpoczynają przygodę z przedszkolem. Świadczy to o wzmożonym napięciu emocjonalnym np. w związku z bezradnością podczas zajęć w przedszkolu, długą rozłąką z matką (s. 61–62). Innym rodzajem zaburzeń występujących w omawianej grupie przedszkolaków jest mimowolne moczenie się. Zaburzenie to u dzieci występuje zazwyczaj wraz z zaburzeniami innego rodzaju, np. apatią, agresją, tikami, mrużeniem oczami. Dziecko zaczyna się moczyć, gdy w jego najbliższym środowisku dochodzi do zmian, pojawiają się trudne dla niego sytuacje. Taką sytuacją może być pierwszy dzień w przedszkolu. Niedopuszczalne jest karanie dziecka, które się moczy. Wzbudza to w nim poczucie winy, a także przeświadczenie o własnej niskiej wartości, co może spowodować rezygnację z podejmowania aktywności w środowisku przedszkolnym. Ważne, aby nauczyciel nie pozwolił dzieciom na wyśmiewanie się z tego rodzajów sytuacji, a uczył je wyrozumiałości i szacunku do swoich rówieśników (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 40–41; Daszkiewicz, 1983, s. 10–13). Mogą także pojawić się zaburzenia łaknienia, nerwicowy brak apetytu. W procesie adaptacji dziecka do przedszkola zaburzenie łaknienia występuje jako swoista reakcja w związku z przebywaniem w nowym, obcym na razie środowisku. U niektórych zdarzają się także wymioty, które mają związek z wyczekiwaniem na niekomfortową sytuację, np. pójście do przedszkola. Odruchy wymiotne pojawiają się u dzieci w bardzo szybkim czasie i trudno je wygasić (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 41–42). Kolejną przypadłością dzieci z objawami nerwicowymi jest jękanie. Według M. Chęćka jest to „za-

burzenie płynności mowy, czyli substancji fonicznej w płaszczyźnie suprasegmentalnej, która wypływa z dyskoordynacji ruchowej trzech aparatów: oddechowego, fonicznego i artykulacyjnego (za: Kamińska, 2007, s. 26). W literaturze przedmiotu jąkanie nie jest uznawane za jednostkę chorobową, a za zespół objawów (objawy kloniczne, objawy toniczne). Wśród dzieci najczęściej występuje jąkanie o charakterze kloniczno-tonicznym. Towarzyszy mu napięcie emocjonalne, mięśniowe, a także niecelowe ruchu, które obejmuje okolice mięśni kończyn dolnych, szyi i twarzy. Zespół tych objawów powstaje na skutek kumulacji trudnych, nieprzyjemnych dla organizmu przeżyć, które silnie wpływają na osłabienie procesów zachodzących w układzie nerwowym. Prowadzi to do pogłębiania nieprawidłowości funkcjonowania emocjonalnego dziecka. Takie dziecko uczęszczające do przedszkola powinno się otoczyć go szczególną opieką, aby nie było ono dodatkowo narażone na znerwicowanie (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 42). Innym rodzajem zaburzeń wśród dzieci przejawiających trudności w adaptacji do środowiska przedszkolnego jest nadpobudliwość. Ph. Barker pisze, że „stany bezpośrednio wpływające na mózg mogą powodować zakłócenia inteligencji, utratę pewnych szczególnych funkcji ruchowych lub czuciowych, epilepsję, lub (prawdopodobnie) specyficzne formy nieprawidłowego zachowania, jak na przykład nadaktywność ruchową” (Barker, 1974, s. 32). Nadpobudliwość najczęściej dotyczy trzech sfer: poznawczej, ruchowej i emocjonalnej. Dzieci z tym zaburzeniem mają ogromny problem z hamowaniem czy osłabianiem swoich reakcji, a reakcje te są nieproporcjonalne do siły wywołującego je bodźca. Dzieci te bardzo łatwo wybuchają złością, płaczą, ale równie szybko się męczą, nudzą, ponieważ mimo tego, że pobudzenie jest silne, trwa stosunkowo krótko. W pracy z dziećmi nadpobudliwymi trzeba pamiętać przede wszystkim o konsekwencji w wyznaczaniu zadań, a także w przekazywaniu jasnych komunikatów, np. „Proszę, odłóż to na miejsce”. Nauczyciel pracujący z takim dzieckiem musi uzbroić w cierpliwość, gdyż dziecko nadpobudliwe jest skłonne do gwałtownych, nieprzewidywalnych negatywnych działań. Stanowią one zagrożenie również dla jego rówieśników, gdy dziecko np. zaczyna gwałtownie biec, nie zachowując ostrożności wobec innych. Konsekwentnie powinni się także zachowywać rodzice. Ich system wychowawczy musi być jasno sprecyzowany, a wymagania wobec dziecka logiczne i powiązane ze sobą (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 43). Trzecią grupę przedszkolaków, u których występuje trudność w adaptacji do przedszkola, stanowią dzieci z zahamowaniami psychoruchowymi. Cechuje je przede wszystkim lęk przed otoczeniem i spadek podejmowanych aktywności. Wśród dzieci przejawiających zahamowanie psychoruchowe wyróżnia się:

1. Dzieci zmotywowane (napięte), które wykazują się dużą starannością w podejmowanych działaniach, ich zachowanie zależny od sytuacji, towarzyszy im ciągle silne napięcie emocjonalne.

2. Dzieci podporządkowane (uległe) są na ogół bardzo spokojne, ciche, mało mówne, grzeczne. Najczęściej ich nieśmiałość jest spowodowana obecnością osób dorosłych, ponieważ matki takich dzieci prezentują przeważnie postawę wymagającą.

3. Dzieci z obniżoną samooceną (zrezygnowane) nie wierzą w swoje możliwości, są apatyczne i flegmatyczne. Płaczą z powodu pojawiającej się trudności, dlatego tak szybko rezygnują z działania. Obniżona samoocena, brak pewności siebie i obojętność jest spowodowana często krytyczną, odrzucającą postawą rodziców.

4. Dzieci nadwrażliwe (asteniczne) są nadmiernie wrażliwe, wycofane, skryte, bardzo powściągliwe. Nie okazują towarzyszących im emocji. Często prezentują taką postawę z uwagi na trudną sytuację rodzinną (rodzice obarczają dzieci swoimi problemami, sami objawiają cechy neurotyczne) (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 45–47). Dzieci zahamowane psychoruchowo znajdują się często w bardzo trudnej sytuacji rodzinnej. W domu często dochodzi do konfliktów między rodzicami. Sytuacje te stają się przyczyną lęków u dzieci. Z uwagi na przykre doświadczenia problem stanowi dla nich rozmowa z osobą dorosłą. Nauczyciel nie powinien więc dokonywać oceny dzieci ani porównywać ich. Ma on przede wszystkim zapewnić takim dzieciom poczucie bezpieczeństwa i wyznaczać zadania, które pomogą im w dowartościowaniu samych siebie.

Ostatnim, najczęściej występującym zaburzeniem w zachowaniu u dzieci przejawiających trudności w adaptacji do przedszkola, jest agresja. Dziecko agresywne wszczynają konflikty, przeżywa kolegów, narzuca im swoje zasady, niszczy przedmioty. Wyróżnia się agresję werbalną oraz fizyczną. Agresja werbalna polega na wyrządzaniu krzywdy drugiej osobie przez złośliwe wypowiedzi czy zastraszanie, agresja fizyczna — na bezpośrednim zadawaniu bólu drugiej osobie, np. przez kopanie, gryzienie czy bicie. Wśród przedszkolaków przeważa agresja werbalna pod postacią agresji niekierowanej. Oznacza to, że dzieci boją się otwarcie wyrządzać krzywdę i robią to w sposób niejawną (najczęściej jest to skarżenie na kolegę). Celem zachowań agresywnych wśród dzieci jest chęć zwrócenia na siebie uwagi dorosłych — rodziców i nauczycieli (Klim-Klimaszewska, 2010b, s. 49–50).

Wszystkie omówione zaburzenia pojawiające się u dzieci w trakcie adaptacji do środowiska przedszkolnego mogą mieć mniej lub bardziej przykre konsekwencje dla ich dalszego rozwoju. Należy bacznie obserwować dzieci i reagować na ich niepożądane zachowania.

## **Jak pomóc?**

Teraz pora zastanowić się, w jaki sposób zapobiec występowaniu trudności oraz zaburzeń w zachowaniu dzieci w procesie adaptacji do środowiska przedszkolnego. Jak rodzice powinni przygotować dziecko do nowego otoczenia?

Przygotowanie dzieci do życia w środowisku przedszkolnym wymaga wielu starań. Nie od dziś wiadomo, że pierwszą, a zarazem najważniejszą grupą społeczną, która w największym stopniu oddziałuje na rozwój dziecka, jest rodzina. To pierwotne środowisko ma znaczący wpływ na ukształtowanie się osobowości młodego człowieka — wypełniania powierzanych obowiązków, szacunku do innych osób czy kultury osobistej. Rodzice powinni stwarzać dziecku przestrzeń do podejmowania prób samodzielnego rozwiązywania problemów. Dzięki temu nauczy się ono brać odpowiedzialność za konsekwencje własnych działań. Pomoc w adaptacji do środowiska przedszkolnego polega także na wyznaczaniu dzieciom obowiązków. Poczucie obowiązkowości kształtuje się przy wykonywaniu drobnych prac domowych, zarówno z inicjatywy dziecka, jak i tych wyznaczonych przez rodziców. Innym, ale równie istotnym elementem pracy z dzieckiem jest przyzwyczajanie go do dłuższego skupiania uwagi. Rodzic powinien włączać do zabawy z dzieckiem m.in. gry z obowiązującymi regułami, uważne słuchanie opowiadań, piosenek. Dziecko przed pójściem do przedszkola powinno zapoznać się z przyborami, których będzie używało (np. kredki, plastelina), a także z rytmem zajęć w przedszkolu (w szczególności trzeba malucha przyzwyczać do leżakowania).

Przygotowując dziecko do funkcjonowania w społeczności przedszkolnej, warto stwarzać jak najwięcej okazji do kontaktów, wspólnych zabaw z innymi dziećmi. Pozytywnie wpłynie to na chęć pozostawania dziecka wśród większej grupy kolegów. Należy je również wcześniej przygotować na dłuższą rozłąkę z rodzicami przez stopniowe przyzwyczajanie do pozostawania z innymi osobami dorosłymi, np. dziadkami, w konsekwencji czasowa rozłąka z rodzicami nie będzie dla niego przykrym doświadczeniem. Do obowiązków rodziców należy także nauczenie swoich pociech szacunku wobec innych osób, a także szacunku do wykonywanej przez te osoby pracy. Umiejętność ta jest niezwykle ważna w trakcie pobytu dziecka w przedszkolu. Dziecko wie, że należy używać obuwia na zmianę, ponieważ w przedszkolu pracują panie, które dbają o czystość. Niezwykle ważna jest również nauka poprawnego zachowania podczas spożywania posiłku. Rodzice powinni angażować dziecko do wspólnego nakrywania do stołu czy sprzątania po jedzeniu. Poza wpajania swoim pociechom określonych sposobów postępowania warto także zatroszczyć się o ich wsparcie psychiczne, ponieważ rozpoczęcie przygody z przedszkolem jest dużym obciążeniem emocjonalnym. Warto zatem zadbać o dobry start dziecka w przedszkolu, aby przebywanie w nim nie stało się czynnikiem stresogennym. Należy zatem przede

wszystkim rozwijać jego pozytywną motywację. Rodzice powinni doceniać starania dziecka, podejmowany wysiłek, używać pochwał, również w obecności innych osób. Istotne jest to, aby nie wykreować u dziecka zbyt wyidealizowanej wizji środowiska przedszkolnego. Pomocne może się okazać opowiedzenie dziecku o własnych doświadczeniach z okresu edukacji przedszkolnej, a także wyjaśnienie mu, dlaczego musi chodzić do przedszkola. Bardzo dobrym pomysłem jest wspólne z dzieckiem kompletowanie jego wyprawki. Dziecko zyska wówczas możliwość wcześniejszego przywyknięcia do nowych przedmiotów. Aby pomóc mu w adaptacji do środowiska, zaleca się wcześniejsze udanie się do przedszkola wraz z dzieckiem. Wspólne wizyty w przedszkolu wpływają na wykształcenie się u dziecka poczucia bezpieczeństwa w nowym miejscu. Warto także skorzystać z zajęć adaptacyjnych, które oferuje przedszkole (Klim-Klimaszewska, 2010a, s. 77–88).

### **Podsumowanie**

Proces adaptacji dzieci do warunków środowiska przedszkolnego jest niezwykle trudny zarówno dla nich samych, jak i dla ich rodziców. Umiejętność radzenia sobie z czynnościami samoobsługowymi, przystosowanie się do nowego rytmu dnia czy umiejętność zabawy z innymi dziećmi to niektóre z licznych wyzwań, którymi musi stawić czoła świeżo upieczony przedszkolak. Nabywanie zdolności u dzieci rozwija gotowość do podejmowania nowych ról, wywiązywania się z powierzonych zadań. Prawidłowe „kierowanie” i wspomaganie rozwoju dziecka w tym okresie ma ogromne znaczenie również dla jego dalszego rozwoju. Dlatego powinno się mu okazywać jak największe wsparcie. Poczucie bezpieczeństwa, komfort psychiczny to podstawa kształtowania się młodego organizmu. W literaturze nie ma opisanego jednego, sprawdzonego sposobu, który uchroni dziecko przed przykrymi skutkami procesu adaptacji. Zarówno nauczyciele, jak i rodzice powinni stwarzać jak najkorzystniejsze warunki do funkcjonowania dzieci w nowym środowisku. Sposoby wsparcia dla dzieci w tym czasie, które zostały przedstawione w ostatniej części artykułu, to jedyne, co my — dorośli — możemy zrobić. Tylko w taki sposób możemy przyczynić się do pozytywnej adaptacji dziecka w warunkach przedszkolnych. Niestety, na pozostałe czynniki, które mają wpływ na przebieg tego procesu, nie mamy wpływu. Dokładajmy zatem wszelkich starań i wspierajmy dzieci, przyczyniając się w ten sposób do ich dalszych sukcesów.

## Bibliografia

- Barker, Ph. (1974). *Podstawy psychiatrii dziecięcej*. [Przeł. A. Jakubczyk]. Warszawa: PZWL.
- Daszkiewicz, E. (1983). *Zaburzenia w oddawaniu moczu u dzieci*. Warszawa: PZWL.
- Gruszczyk-Kolczyńska, E., Zielińska, E., (2004). *Wspomaganie rozwoju umysłowego trzylatków i dzieci starszych wolniej rozwijających się*. Warszawa: WSiP.
- Kamińska, D. (2007). *Wspomaganie płynności mowy dziecka — profilaktyka, diagnoza i terapia jąkania wczesnodziecięcego*. Kraków: Impuls.
- Klim-Klimaszewska, A. (2010a). *Trzylatek w przedszkolu. Gotowość dziecka trzyletniego do podjęcia edukacji przedszkolnej*. Warszawa: Instytut Wydawniczy Erica.
- Klim-Klimaszewska, A. (2010b). *Witamy w przedszkolu. Wspomaganie procesu adaptacji dziecka do środowiska przedszkolnego*. Warszawa: Instytut Wydawniczy Erica.
- Kozłowska, A. (1984). *Zaburzenia emocjonalne u dzieci w wielu przedszkolnym*. Warszawa: WSiP.
- Lubowiecka, J. (2000). *Przystosowanie psychospołeczne dziecka do przedszkola*. Warszawa: WSiP.
- Lubowiecka, J. (2001). *Trudności dziecka w przystosowaniu się do przedszkola*. „Wychowanie w Przedszkolu”, nr 6, s. 323–330.

