



Wszystko na głowie, czyli trudne milego początku

Wejście w grupę przedszkolną przysparza dziecku wielu trudności, tym bardziej, gdy zasady obowiązujące w domu, różnią się od przyjętych w przedszkolu. Warto zatem przyjrzeć się regułom przedszkolnym i w miarę możliwości, wprowadzić je także w życie rodzinne.

- ♣ Rytuały – stałe pory posiłków, odpoczynku i zabawy dają dziecku poczucie bezpieczeństwa, podczas gdy chaos i przypadkowość sprawiają, że jest zdezorientowane.
- ♣ Leżakowanie – podkreślamy znaczenie odpoczynku poobiedniego, stwórzmy przyjemną, sprzyjającą relaksowi atmosferę, poczytajmy dziecku bajkę lub posłuchajmy razem z nim spokojnej muzyki. Relaks sprzyja zdrowiu psychicznemu i fizycznemu, dlatego warto zadbać o ten aspekt życia dziecka.
- ♣ Jedzenie – jedzmy wspólne posiłki, zachęcajmy dziecko, by uczestniczyło w ich przygotowywaniu oraz by próbowało nowych, nieznanymi potraw. Pozwólmy, by jadło samodzielnie, zabezpieczmy ubranie serwetką. Jeśli dziecko grymasi przy jedzeniu, nie zmuszajmy go, lecz uprzedźmy, że następny posiłek będzie dopiero za kilka godzin. Bądźmy konsekwentni – w ten sposób oduczmy dziecko niewłaściwego zachowania przy stole, nie wyrządzając mu żadnej krzywdy. Po odebraniu dziecka z przedszkola, rozmawiamy z nim o tym, w co i z kim się bawiło, zamiast wypytywać o ilość zjedzonego obiadu, ponieważ jedzenie ma sprawiać przyjemność, a nie kojarzyć się z przykrym obowiązkiem.
- ♣ Samodzielność – nie wyręczajmy dziecka przy czynnościach samoobsługowych, nawet jeśli ich wykonanie zajmuje dużo czasu.
- ♣ Dzięki samodzielności, dziecko zyskuje na pewności siebie, jego samoocena rośnie, a to podstawa osiągnięcia sukcesu w każdej dziedzinie.
- ♣ Obowiązki – nawet trzylatek powinien mieć swoje proste obowiązki, np. pomoc w nakrywaniu do stołu. Obowiązek może być traktowany jak nagroda, a nowe zadania sprawiają, że dziecko czuje się pełnowartościowym członkiem rodziny, działającym na rzecz jej dobra. Nie wyręczajmy dziecka i nie krytykujmy, lecz chwalmy za dobrze wykonany obowiązek i doradzajmy, co może poprawić. Podstawowym obowiązkiem dziecka jest sprzątnięcie po skończonej zabawie. Nauczmy dziecko, by nie wyciągało wszystkich zabawek naraz, lecz pobawiło się jedną, po czym odłożyło ją na miejsce i dopiero wyjmowało następną.
- ♣ Przegrywanie – od najmłodszych lat uczmy dziecko, że nie zawsze może wygrywać lub otrzymywać to, czego pragnie, w przeciwnym razie sprawimy, iż będzie wymuszało łzami i krzykiem swoją wolę.
- ♣ Dzielenie się własnością – dziecku w tym wieku trudno pojąć sens dzielenia się z innymi, dlatego warto zacząć od zabaw, w których rodzic dzieli się swoją własnością i cieszy się, ponieważ mógł sprawić przyjemność drugiej osobie.