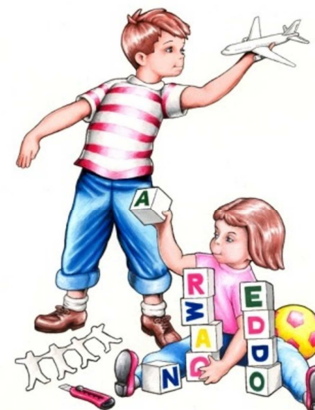


Adaptarea la grădiniță – cum o sprijinim?

Ziua când copilul este adus pentru prima dată la grădiniță reprezintă un moment deosebit în viața întregii familii. De aceea, părinții și educatoarele fac eforturi ca integrarea în grădiniță să fie o experiență pozitivă pentru copil.

Pentru ca grădinița să fie pentru copil un loc în care merge cu plăcere, este foarte important ca părintele să înțeleagă rolul pe care grădinița îl are în dezvoltarea optimă a potențialului copilului și să aibă o atitudine realistă față de capacitatea de adaptare a copilului. În plus este foarte important să își stăpânească temerile legate de modul în care copilul va face față separării zilnice de părinți.



Așadar, DE CE ESTE IMPORTANTĂ GRĂDINIȚA?

Etapa grădiniței este un moment important în construirea sinelui personal, în dezvoltarea capacității de explorare și adaptare socială, precum și în creșterea autonomiei personale. În plus:

- Prin **activitățile didactice specifice** din grădiniță le este stimulată dezvoltarea intelectuală – învață să exploreze în mod structurat și cunosc lumea înconjurătoare.
- Copiii învață să se simtă confortabil și în afara casei:
 - se integrează într-un grup de copii, își face prieteni;
 - începe să își exprime și să își controleze emoțiile – pozitive și negative.
- Copiii **învață să învețe** –le sunt stimulate atât explorarea creativă, limbajul și memoria – sunt realizați astfel primii pași spre stimularea potențialului intelectual și o bună performanță școlară.

Durata adaptării la grădiniță variază de la un copil la altul, de la câteva săptămâni la câteva luni, iar traversarea etapelor de adaptare nu este una lineară – unele se desfășoară repede, altele mai lent, iar copilul poate reveni la etape anterioare – o întrerupere în frecventarea grădiniței poate însemna revenirea la plâns și opoziționism.

O primă etapă de adaptare durează între 2 și 4 săptămâni. În acest interval copilul învață să se adapteze la mediul fizic al grădiniței (să cunoască sala de grupă, baia, sala de mese), la ritmul rutinei zilnice (masă, toaletă, activități, odihnă, mers acasă) și cunoaște persoanele care au grijă de el (educatoare și îngrijitoare). Pentru unii copii aceasta este o etapă de explorare intensă, pentru alții – una de retragere și explorare reținută – copiii se adaptează în modalități diferite la separarea fizică de părinți. În plus, anticiparea separării zilnice de părinți poate declanșa plânsul la despărțire sau proteste repetate. Este o etapă nu foarte comodă pentru părinți, care au sarcina de a-și gestiona propriile anxietăți, precum și anxietățile firești ale copilului, însoțite de plâns și tergiversări.

O altă etapă este cea în care copilul se adaptează transferând din atașamentul emoțional de la părinți spre educatoare. Copilul se simte în siguranță la grădiniță, are încredere în educatoare și se simte confortabil să exprime cereri și începe să se manifeste mai dezinvolt în sala de grupă.

Următoarea etapă este cea în care copilul își face prieteni stabili, se joacă alături de alți copii și își construiește rolul în grup. Jocul copiilor diferă foarte mult de la 3 la 6 ani – evoluând de la jocul alături de alți copii, umăr lângă umăr, dar fără prea multă interacțiune și jocul inițiat și

structurat de adult (educatoare), spre jocul de cooperare și de rol cu alți copii, nemediat de adult, în care interacțiunea e intensă, iar scenariile sunt inventate și adaptate din mers de către copii.

Etapele descrise mai sus pot fi însoțite și de **momente de regres**, declanșate de teama de abandon, de oboseală, întreruperi ale frecvenței grădiniței sau dificultăți întâmpinate în socializare (respectarea regulilor, respingere etc.) și manifestate prin plâns, dificultăți de somn, încercări de amânare a mersului la grădiniță sau chiar proteste deschise.

Părinții sprijină și facilitează această adaptare atunci când păstrează o **atitudine pozitivă** față de grădiniță, manifestă **calm și fermitate în gestionarea protestelor** copilului, deschidere față de emoțiile negative și plânsul (fiesc) al acestuia, **validând emoția**, dar **fără a negocia** însă venirea la grădiniță, **deschidere în comunicarea** cu educatoarele.

NU SE RECOMANDĂ PĂRINȚILOR:



- **Să zăbovească** prea mult, să ezite sau chiar să plângă atunci când este lăsat copilul la grădiniță. Copilul va simți nesiguranța părintelui și se va simți și el în nesiguranță la grădiniță.
- **Să păcălească copilul** că vor veni repede după el. Copilul își va da seama că a fost mințit, va pierde încrederea în ce îi spune părintele și i se va accentua frica de abandon.
- **Să dispără** fără să a-și lua *La revedere* atunci când copilul nu este atent. Copilul își va pierde încrederea în părinte și va avea tendința să se agațe de părinte și ”să nu-l mai scape din ochi”.
- **Să încerce să convingă** copilul să vină la grădiniță. Decizia de a veni copilul la grădiniță este una care implică responsabilitate de adult, iar rolul părintelui este de a facilita adaptarea acestuia, iar nu de a-l convinge că este o decizie bună.

Putem considera că adaptarea la grădiniță s-a încheiat atunci când copilul se simte în siguranță la grădiniță, cunoaște rutina zilnică și acceptă cu ușurință regulile, are parteneri constanți de joacă și se manifestă cu dezinvoltură, spontaneitate și bucurie.

Consilier școlar - psih. Gabriela Domnița

Tel. 0740 215 985