



PATRYCJA NOWAK

# ZMIANA

PANI/GRUPY/PLACÓWKI

**JAK PRZYGOTOWAĆ  
NA TO PRZEDSZKOLAKA?**



Zmiana Pani, zmiana grupy lub zmiana placówki jest dla maluchów ogromnym przeżyciem, nierzadko trudnym i wymagającym wsparcia ze strony dorosłych. Jak można pomóc dziecku przyjąć tę zmianę?

## **Spróbuj spojrzeć na zmianę oczami dziecka**

Nawet jeśli wydaje Ci się, że zmiana, która ma nastąpić z początkiem nowego roku szkolnego jest błaha, wręcz kosmetyczna (na przykład zmienia się jedna z trzech pracujących w grupie Pań), weź pod uwagę to, że **dla Twojego dziecka może to być koniec świata i prawdziwy dramat**. Nie licz na to, że dziecko tego nie zauważy, że przyjmie to do wiadomości i pogodzi się z tym bez większych emocji. Jeśli tak będzie – przyjrzyj się temu, czy aby na pewno tych emocji związanych ze zmianą gdzieś w sobie nie tłumi.

Ważne, żebyś uważnie obserwowała swoje dziecko i podejmowała rozmowę na ten temat – odpowiednio dostosowaną do wieku i możliwości dziecka.

Dodatkowo znajdziesz tutaj strategie i zadania, jakie leżą po stronie nauczyciela lub placówki. Dlaczego? Warto rozmawiać z kadrą i podsuwać im pomysły na to, by Twoje dziecko było jak najlepiej zaopiekowane w tej sytuacji.



## KILKA UNIWERSALNYCH WSKAZÓWEK:

- **mów prawdę**, nie próbuj ukrywać tego przed dzieckiem - im wcześniej zaczniecie się z tym oswajać, tym lepiej!
- dostosuj język do możliwości dziecka, **mów wprost** i jasno odpowiadaj na jego pytania,
- odnieś tę sytuację do **historii z książeczki** lub bajki, by maluch mógł przyjąć, że czasem tak się dzieje,
- otwarcie **mów o emocjach** towarzyszących takim zmianom, przywołaj własne doświadczenia z dzieciństwa (być może pamiętasz swoje emocje, które towarzyszyły Ci podczas rozpoczynania edukacji przedszkolnej albo poznawania nowych kolegów i koleżanek w grupie/klasie szkolnej),
- **pozwól dziecku przeżywać** to tak, jak potrafi, z uwzględnieniem i zrozumieniem dla wszystkich stanów emocjonalnych,
- **zadbaj o pożegnanie** z miejscem/osobami, z którymi się rozstajecie - więcej na stronie 11),
- **zapewnij, że jesteś** i będziesz wraz z dzieckiem w tej zmianie i pomożesz mu kiedy będzie tego potrzebować,
- **daj mu konkretne strategie** - powiedz i zaprezentuj z jakich strategii może korzystać, kiedy będzie mu w tej zmianie źle, nieswojo i obco.



## Zmiana nauczyciela / wychowawcy

Z tego co wiem, większość przedszkoli i żłobków dba o to, żeby dzieci, które tworzą grupę miały przypisane swoje Panie/Ciocie i z nimi spędziły wszystkie lata na danym etapie edukacji. To oznacza, że wychowawcy obejmujący nowopowstałą grupę maluszków prowadzą ją aż do momentu, kiedy będą opuszczać żłobek/przedszkole. Takie rozwiązanie przyczynia się do tego, że między dziećmi a nauczycielami powstaje więź, nawiązuje się głębsza relacja.

Niestety nie zawsze ta ciągłość pracy nauczyciela w grupie jest możliwa - często wiąże się to z sytuacjami losowymi bądź odgórnymi decyzjami. Bywa, że nauczyciel musi udać się na zwolnienie lekarskie/urlop macierzyński/urlop roczny lub po prostu zmienia grupę, którą prowadzi albo zupełnie zmienia miejsce pracy. Wtedy przedszkolaki mogą mierzyć się z dwoma rodzajami trudności – żalem i tęsknotą za dobrze znaną Panią, a także zestawem obaw i niepewności związanych z jej następczynią. Jak wesprzeć dziecko w takiej sytuacji?



## Zmiana nauczyciela / wychowawcy

### Co może zrobić rodzic?

- rozpocząć rozmowę na ten temat pytając o uczucia dziecka, na przykład: „Jest Ci smutno, że Pani Uli już nie będzie w żłobku/przedszkolu?”,
- wyjaśnić sytuację, mówiąc dziecku prawdę, na przykład: „Pani Ula niedługo urodzi dzidziusia i musi zostać z nim w domu, aż trochę podrośnie, dlatego do Waszej grupy przyjdzie nowa Pani”,
- pozwolić dziecku odczuwać trudne emocje, na przykład: „Rozumiem, że będziesz tęsknić za Panią Ulą, bo bardzo ją lubiłeś. Masz prawo być zły o to, że jej nie będzie”,
- zapewnić, że z nową Panią też będzie można się zaprzyjaźnić, na przykład: „Czuję, że szybko polubisz nową Panią”.



## Zmiana nauczyciela / wychowawcy

### Co może zrobić odchodzący nauczyciel?

- nauczyciel powinien w pierwszej kolejności poinformować rodziców o swoim odejściu i podać do wiadomości realny powód, żeby mogli poinformować o tym dzieci,
- wytłumaczyć sytuację dzieciom i powiedzieć z czym wiąże się ta zmiana,
- zapewnić dzieci, że nowa Pani będzie się nimi opiekować najlepiej jak potrafi (a jeśli się znają, opowiedzieć o niej),
- jeśli to możliwe, odwiedzić swoją grupę w najbliższym roku szkolnym i zapewnić o tym, że będzie o nich pamiętać.

### Co może zrobić następca nauczyciela?

- nowy nauczyciel powinien (jeśli to możliwe) towarzyszyć grupie przez kilka ostatnich dni pracy poprzedniej osoby, poznać wypracowane dotąd zasady, rytuały, dać poznać się dzieciom i spróbować nawiązać pierwsze relacje,
- dobrze, jeśli utrzymuje kontakt z poprzednią Panią i przekazuje informacje i pozdrowienia.



## Zmiana grupy w żłobku/przedszkolu

Zdarza się, że dyrektor jest zmuszony wprowadzić zmiany w składzie grupy żłobkowej czy przedszkolnej. Zwykle podyktowane jest to wiekiem dziecka (przykładowo jeśli kilku trzylatków trafiło do grupy czterolatków w poprzednim roku, a teraz pojawia się możliwość, żeby uczęszczały do grupy z dziećmi z tego samego rocznika, przenosi się je do młodszej grupy).

Nawet jeśli nasz malec trafi do nowej grupy wraz z kilkoma znanymi sobie dziećmi, może czuć się nieswojo nie znając większości chłopców i dziewczynek i tęsknić za swoimi dotychczasowymi kolegami. Jak mu pomóc?

### Co może zrobić rodzic?

- porozmawiać z dzieckiem o jego uczuciach, na przykład: „Rozumiem, że jesteś zły, że musisz zmienić grupę.”,
- zapewnić o tym, że pozna nowych fajnych kolegów i koleżanki,
- uświadomić, że może utrzymywać kontakt z dawnymi kolegami, np. będą się widywać na przedszkolnym placu zabaw.



## Zmiana grupy w żłobku/przedszkolu

### Co może zrobić żłobek/przedszkole?

- nie przenosić jednego dziecka, ale zadbać o to, żeby zmiana dotyczyła przynajmniej dwojga dzieci, które się znają,
- uprzedzić odpowiednio wcześniej rodziców i zapytać ich o zdanie na ten temat,
- zapewnić dzieciom możliwość spotykania się na tzw. „zbiorówce” lub w innych okolicznościach.

## Zmiana grupy lub łączenie grup podczas dyżurów

Bywa, że zmiany są chwilowe - następują o konkretnej porze dnia (późne popołudnie) albo dotyczą np. wakacji wakacji.

W takiej sytuacji postępujemy bardzo podobnie - wyjaśniając dziecku dlaczego tak jest. Warto też zadbać o budowanie relacji z innymi nauczycielami, którzy pracują w żłobku/przedszkolu, by nie byli oni obcy dla dziecka.





## Zmiana żłobka/przedszkola na inną placówkę

Czasem w związku z niezadowoleniem z funkcjonowania wybranej placówki, przeprowadzką lub innymi okolicznościami rodzic jest zmuszony przenieść dziecko do innego żłobka/przedszkola.

**Taka zmiana jest zdecydowanie największa, bo wiąże się nie tylko ze zmianą grupy, zmianą Pań, ale też zmianą budynku.** Dziecko trafia więc do zupełnie nowej przestrzeni, do której niezależnie od swojego wieku i etapu edukacji będzie musiał się na nowo adaptować. O czym w takiej sytuacji należy pamiętać?

### Co może zrobić rodzic?

- udać się w nowe miejsce wraz z dzieckiem dużo wcześniej i oswajać je z myślą o zmianie,
- dużo rozmawiać o tym, co je czeka, starać się podkreślać pozytywne aspekty takiej zmiany,
- znaleźć elementy wspólne dla obu placówek i nakreślić je dziecku ("W nowym przedszkolu też będzie...").



## Zmiana żłobka/przedszkola na inną placówkę

### Co może zrobić żłobek/przedszkole?

- zadbać o pozytywne przyjęcie nowej osoby do grupy i wprowadzenie jej w obowiązujące zasady,
- mieć świadomość, że maluch potrzebuje wsparcia w adaptacji i mu je zapewnić,
- być w stałym kontakcie z rodzicami i wesprzeć ich w adaptacji do nowego miejsca,
- w razie potrzeby zapewnić pomoc psychologiczną.

### Zmiana żłobka na przedszkole

Największą z opisywanych dzisiaj zmian jest dla dziecka zakończenie pobytu w żłobku i rozpoczynanie edukacji przedszkolnej. Nowe Panie, nowe dzieci, nowe miejsce oraz nowe zasady i wymagania. Nie ma się co dziwić, że niektórym dzieciom bardzo trudno jest się do tych zmian dostosować.

Funkcjonowanie w żłobku i w najmłodszej grupie przedszkolnej ma jednak wiele podobieństw i to pozwala dzieciom na szybsze oswojenie się z nową sytuacją. Jakie działania mogą przygotować maluszka na taką zmianę?



## Zmiana żłobka na przedszkole

Co może zrobić rodzic?

- powiedzieć, że wszystkie dzieci, które chodzą do żłobka przechodzą ten etap, kiedy są wystarczająco duże,
- opowiadać o tym jak funkcjonuje przedszkole i czym się różni od żłobka,
- przybliżyć dziecku jak wygląda dzień w przedszkolu (na przykład z wykorzystaniem kart obrazkowych),
- zapewnić dziecku obecność przedmiotu, który towarzyszył mu w żłobku (ulubiona zabawka lub kocyk), co wpłynie na jego poczucie bezpieczeństwa,
- jeśli to możliwe, wybrać przedszkole, do którego trafi część dzieci ze żłobka, by maluch kojarzył niektóre twarze,
- zadbać o mądrą adaptację w nowym miejscu i jej wszystkie aspekty - działać w oparciu o przewodnik "Przedszkole - czas start! Przygotowania i adaptacja".



## Jak przeprowadzić pożegnanie?

Nie ma jednej właściwej odpowiedzi na to pytanie. Dużo zależy od tego jaka zmiana Was dotyczy i jak mocno dziecko będzie ją przeżywać.

Warto jednak **zadbać o choć symboliczne pożegnanie** z miejscem lub osobami, z którymi widzi się po raz ostatni. Choćby po to, by maluch przyjął i poczuł, że to ostatni dzień.

### Co to może być?

- drobiazg dla każdego dziecka z grupy,
- upominek dla nauczyciela (laurka, wspólne zdjęcie, jakiś drobiazg)
- poczęstunek dla całej grupy, podczas którego dzieci będą celebrować pożegnanie,
- wykonanie ostatniego zdjęcia, które będzie przypominać dziecku o tym miejscu,
- wspólna wyjątkowa zabawa (np. z balonami).



## Czy należy robić przerwę między pobytem w placówkach?

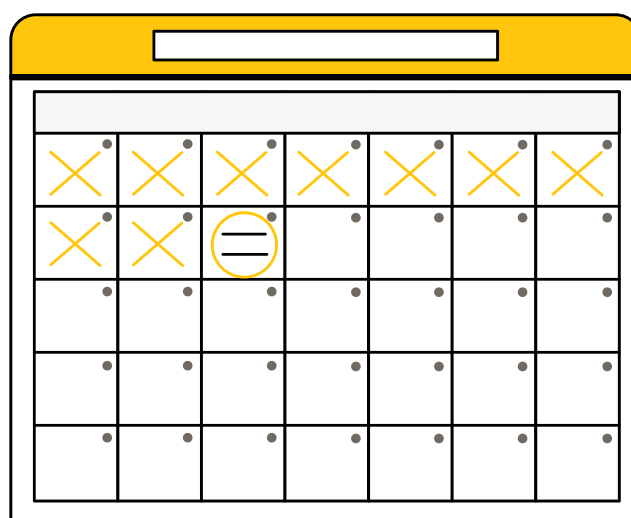
Często dostaję takie pytania od rodziców, przed którymi zmiana placówki. Czy warto dać dziecku oddech między jedną placówką a drugą? Czy może powinien mieć ciągłość i po ostatnim dniu w żłobku ruszyć pewnie do przedszkola?

**Trudno powiedzieć!** Jeśli Twoje dziecko mocno przeżywa zmiany generalnie i obawiasz się, że tutaj też może potrzebować dłuższego oswojenia, a macie taką możliwość - warto zrobić przerwę. Właśnie po to, by w trakcie przerwy mieć więcej przestrzeni i czasu, by budować relację z nowym miejscem / nową panią.

Oczywiście nie zawsze się to udaje - nie zawsze możemy sobie pozwolić na takie rozwiązanie. Sprawdzajmy co możemy zrobić w danej sytuacji, by pomóc maluchowi z tą zmianą.



Jeśli jednak ostatni dzień w jednym miejscu i pierwszy w nowym będą blisko siebie - przygotujmy kalendarz i zaznaczmy te dni, odliczając z dzieckiem i kontrolując ile jeszcze. To pozwoli maluchowi poczuć się pewniej w tej sytuacji i zmierzyć się z myślą o zmianie.



Taki kalendarz to świetne narzędzie, by uświadomić maluchowi upływ czasu. Pamiętaj, by wisiał on w widocznym miejscu na wysokości dziecka, a maluch mógł sam odliczać dni, odkreślać te, które minęły.



## Podsumowanie

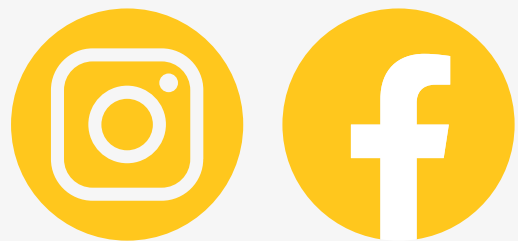
Większość z nas, dorosłych nie lubi zmian. Zmiana pracy czy miejsca zamieszkania zwykle wiąże się z dużym stresem, koniecznością dostosowania do nowych warunków, poznania nowych osób czy przyzwyczajenia do nieznanego miasta i jego miejskiej komunikacji. Nic więc dziwnego, że tak jak trudno jest nam, dorosłym, z taką zmianą się oswoić, tak dla dziecka, które nie ma dotąd takich doświadczeń i nie posiada jeszcze wypracowanych mechanizmów, taka zmiana może być ogromnym problemem.

Mam nadzieję, że opisane przeze mnie działania sprawią, że będziecie potrafili wesprzeć swojego przedszkolaka w tej nowej dla niego sytuacji. Pozwolą nie tylko dobrze zadbać o poczucie bezpieczeństwa dziecka, ale też dadzą Ci konkretne narzędzia (zachowania i zwroty), dzięki którym sam jako rodzic poczujesz się pewniej i pozbędziesz się wielu własnych obaw.



## POTRZEBUJESZ WIĘCEJ WSKAZÓWEK?

Obserwuj socialmedia @przedszkajak,  
gdzie systematycznie pojawiają się grafiki,  
posty i lajwy Q&A.



*Dziękuję!*

Dziękuję Ci za to, że chcesz  
lepiej wspierać swoje dziecko!

*Patrycja Nowak*