**Zdolności społeczne a gotowość przedszkolna**

Dziecko, które można posłać do [przedszkola](https://mamadu.pl/t/5,przedszkole), jest w stanie zaakceptować nieobecność mamy. Zostaje już pod opieką różnych osób, np. rodziny i krewnych. Mało tego, niewiele robi sobie z obecności rodzica na spacerach, wręcz próbuje się od niego oddalać, gdy tylko coś je zainteresuje. Nawiązuje kontakt z innymi dziećmi, a przynajmniej nie przeszkadza mu ich obecność. Jest również na tyle dojrzałe, że potrafi samo trafić do domu, np. pokazać palcem, w której klatce mieszka.

**Umiejętność samodzielnego załatwiania swoich potrzeb**

Jeżeli dziecko nauczyło się już sygnalizować swoje podstawowe potrzeby fizjologiczne, to również znak, że można posłać je do przedszkola. Powinno być na tyle samodzielne, żeby zdjąć i podciągnąć majteczki, korzystać z papieru toaletowego, mydła i ręcznika lub podejmować próby w tym kierunku, kiedy pójdzie do WC. Ważne jest także, aby nie tylko potrafiło samodzielnie gryźć i przeżuwać, ale także – posługiwać się łyżką i widelcem.

Kolejnym atutem przyszłego przedszkolaka jest umiejętność samodzielnego [ubierania i rozbierania](https://mamadu.pl/t/103,ubrania) się.

Nawet, jeżeli nie wychodzi to mu jeszcze zgrabnie, powinno przynajmniej podejmować próby samodzielnego radzenia sobie.

Dziecko, które potrafi zasygnalizować swoje potrzeby fizjologiczne, a także – dąży do ich zaspokojenia, będzie przejawiać większą pewność siebie wśród rówieśników. Jednak jego zdolności interpersonalne najlepiej rozwiną się w gronie innych dzieci. Dlatego tak ważne jest, aby zachęcać je do zabawy z najmłodszymi, dzielenia się zabawkami z rodzeństwem i przebywania w gronie innych kilkulatków. W gestii rodziców pozostaje również przyzwyczajenie dziecka do tego, że będzie zostawać bez mamy i taty. Najlepiej jest zacząć oswajanie **zanim poślemy dziecko do przedszkola**.

**Lęk separacyjny a posyłanie dziecka do przedszkola**

Małe dzieci przejawiają często tzw. lęk separacyjny. Przejawia się on tym, że reagują histerycznie na próbę oddzielenia od mamy. Często wpadają w płacz, kiedy następuje separacja. Z czasem lęk ten przechodzi, a zapewnienie dziecku kontaktu z innymi ludźmi sprzyja jego prawidłowemu rozwojowi.  
  
Lęk separacyjny zaobserwowano już u niemowląt w 6 – 8 miesiącu życia. Innymi powszechnymi wśród dzieci rodzajami lęków są: lęki przed rozstaniem z bliskimi, ciemnościami, koszmarami, strzykawkami, które kojarzą się z bolesnym zastrzykiem. Lęk separacyjny może powracać. Nieraz nasila się u dziecka posłanego do przedszkola. Młody osobnik boi się nieznanego, dlatego tym większe znaczenie ma okres przygotowawczy, poprzedzający [pierwszy dzień w przedszkolu](http://lidkamadalinska.mamadu.pl/119383,7-sposobow-ulatwiajacych-dziecku-adaptacje-w-przedszkolu).  
  
Lęk separacyjny związany z silnym oporem wobec **rozłąki z rodzicami** może powracać mniej więcej do 4 roku życia. Jeżeli rodzice nie odzwyczajają stopniowo dziecka od swojej obecności, rozstania na długie godziny prowadzą do wybuchów histerii. Mały reaguje **płaczem na pozostawienie w przedszkolu** i nie chce integrować się ze swoimi rówieśnikami. W najgorszym przypadku chodzenie do przedszkola może okazać się tak problematyczne, że już wieczorem dnia poprzedzającego wyjście dziecko będzie podnosić raban.

**Zbyt wczesne posłanie do przedszkola**

Mimo podjęcia czynności przygotowawczych zdarza się, że dziecko źle znosi pobyt w przedszkolu, unika kontaktu z innymi dziećmi i zalewa się łzami. Może to oznaczać, że **zbyt wcześnie poszło do przedszkola**. Stres wywołują także wydarzenia niezależne od dziecka, takie jak rozwód rodziców, pobyć w szpitalu czy śmierć bliskiej osoby. Jeżeli faktycznie młody człowiek doświadczył traumy, rozłąka z rodzicami może jedynie spotęgować negatywne odczucia. W trudnych przypadkach często lepiej jest rozważyć późniejsze posłanie dziecka do przedszkola.

**Zanim poślesz dziecko do przedszkola**

Im lepiej przygotujecie swoją pociechę do życiowej zmiany, jaką jest pójście do przedszkola, tym więcej stresu mu oszczędzicie. Warto powoli przyzwyczajać malca do przedszkolnego rytmu dnia, porannych pobudek i wczesnego chodzenia do łóżka. W wielu przedszkolach obowiązkowe jest leżakowanie. Dlatego dobrze jest wprowadzić w harmonogramie młodego członka rodziny okres sjesty, a przynajmniej wypoczynku w środku dnia.  
  
**Jak przygotować dziecko na pójście do przedszkola?**

Kolejne zmiany powinny nastąpić na polu żywieniowym. W przedszkolu dzieci dostają zazwyczaj cztery posiłki w równych odstępach czasu. Dlatego też zwróćcie uwagę, aby wasza pociecha jadła o regularnych porach i w miarę możliwości miała dietę zbliżoną do przedszkolnej, bogatą w warzywa i owoce.

Ważne jest to, aby wasze dziecko jak najbardziej się usamodzielniło przed pójściem do przedszkola. Oznacza to, że powinniście odejść od karmienia go i przyzwyczajać je do samoobsługi w toalecie.  
  
**W jakim wieku posłać dziecko do przedszkola?**  
Zazwyczaj większym wyzwaniem jest posłanie do przedszkola 2,5 – 3-latka, niż 4 – 5-latka, ale nawet małego członka rodziny da się przygotować do codziennego obcowania z innymi dziećmi.