

ADAPTACJA

wskazówki dla rodziców:

Drogi Rodzicu:

- Pewnie oddaj (podaj) dziecko, nie dopuść do sytuacji, w której pracownik żłobka będzie musiał wyrywać Maluszkę z ramion Rodzica – **dziecko musi czuć, że Rodzic ufa Opiekunom** i pewnie powierza mu swoje dziecko.
- Przed planowanym terminem rozpoczęcia żłobka, **postaraj się uregulować rozkład dnia dziecka** według tego rytmu, który będzie panował w nowej placówce
- **W początkowym okresie** adaptacji (tydzień, dwa) **odbieraj dziecko wcześniej** ze żłobka, zostawiaj je na krócej w miarę możliwości i stopniowo wydłużaj ten czas. Dla dziecka jest to bardzo duże przeżycie, dlatego musimy przyzwyczajać je do zmian stopniowo.
- W miarę możliwości zaakceptuj to, że każde dziecko **placze na początku**. Nie dlatego, że dzieje mu się coś złego – w ten sposób wyraża emocje. Adaptacja jest czasem trudnym dla Dziecka ale i dla Rodziców – dlatego **dajmy sobie nawzajem czas** na to, by każdy mógł przyzwyczaić się do nowej sytuacji.
- Musisz uzbroić się w **cierpliwość** bo proces adaptacji może trwać nawet do **3 miesięcy**
- Mów dziecku "idź do **CIOCI**" a nie "idź do Pani" – dla dziecka słowo CIOCIA oznacza kogoś, komu dziecko wie, że może zaufać – Pani brzmi obco.
- Daj dziecku jakąś zabawkę, pieluszkę z którą Maluszek będzie się czuł bezpieczniej.
- W szatni rozbieraj dziecko w miarę szybko aby nie przedłużać momentu rozstania
- **Powiedz dziecku, w którym momencie je odbierzesz** – nie obiecuj, że wrócisz za chwilę, jeśli pobyt dziecka będzie dłuższy. Jeśli zamierzasz odebrać je po obiedzie, daj taki komunikat dziecku – dzieci uczą się poczucia czasu i dużo łatwiej jest im skupić się na konkretnej porze dnia niż czekać na to kiedy będzie „za chwilę”.
- Powinieneś/Powinnaś być uśmiechnięty/a w drodze do żłobka oraz przy rozbieraniu dziecka w szatni. **Dzieci czują nasze emocje**, więc musicie przekazać dziecku swoją pozytywną energię tak, by czuły, że nie idą do żłobka za karę tylko, że będą się tam świetnie bawić 😊
- Przytul dziecko przed wyjściem do żłobka – dziecko musi wiedzieć, że je wspierasz.
- Mów o żłobku z uśmiechem i zachęcająco, **nie wspominaj dziecku o swoich obawach**.
- Przypominaj dziecku, że w żłobku będzie dużo nowych dzieci i zabawek.
- Należy również **CHWALIĆ** dziecko każdego dnia, za to że jest **dzielne** i tak dobrze sobie poradziło w żłobku bez mamy i taty. 😊