„Czas do żłobka – adaptacja krok po kroku”

Broszurka dla rodziców

Gminny Żłobek w Żyrakowie 2021 r.

Broszurka stworzona na podstawie broszurki „Tupią małe nóżki – adaptacja krok po kroku” dla rodziców dzieci przedszkolnych - Niepubliczna Placówka Doskonalenia Nauczycieli Akademia Edukacji

MAMO, TATO
ZOBACZ CO POZWOLI MI
BYĆ DZIELNYM
W ŻŁOBKU:

PUNKTUALNOŚĆ

SZYBKIE
POŻEGNANIE

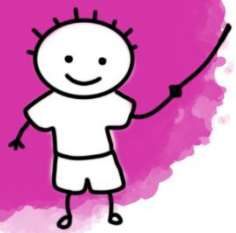
ZAPASOWE
UBRANIE
NA WSZELKIE
WYPADKI

WZAJEMNY UŚMIECH,
SPOKÓJ I ZAUFANIE

WYGODNY STRÓJ
DO ZABAWY

DUŻY CAŁUS
I PRZYTULAS
W SZATNI

SAMODZIELNE WEJŚCIE
Z OPIEKUNKĄ
DO SALI



DAGMARA KOWALIK

Drogi Rodzicu!

• Przygotuj się do pięknej przygody jaką jest wysłanie Twojej pociechy do żłobka – dowiedz się o zasadach i porządku dnia: kiedy są posiłki, drzemka lub spacer. Już w domu stopniowo zastosuj podobny harmonogram dnia – to oszczędzi Twojemu dziecku dodatkowego stresu.

• Dużo i ciekawie opowiadaj o żłobku, wytłumacz, po co dzieci tam chodzą i co ciekawego ich tam czeka.

• „Poćwicz rozstanie" – warto spróbować zostawiać swoją pociechę na jakiś czas u kogoś z rodziny lub znajomych. Za każdym razem jednak powiedz dziecku, że wychodzisz, określ w jakim celu i kiedy wrócisz. Nigdy „nie znikaj" bez uprzedzenia!

• Każdego dnia pozwalaj swojemu dziecku na więcej i więcej w kwestii samodzielności – to będzie niezbędne w spokojnym funkcjonowaniu w żłobku. Ucz je trzymania kubka, łyżeczki, widelca czy siadania na nocnik.

• Kontroluj, co mówisz: w rozmowach ze znajomymi, z rodziną i w domu. Nigdy nie wypowiadaj się negatywnie o żłobku i nie strasz nim – „o, w żłobku cię nauczą!" – to jest niedopuszczalne!

• Zapisz w swoim telefonie numery do żłobka. W razie potrzeby opiekunka zadzwoni po Ciebie. Gdy nie możesz rozmawiać, oddzwoń jak najszybciej!

• W okresie adaptacji nie okazuj lęku lub zdenerwowania. Twoje spokojne nastawienie będzie pozytywnie wpływało na maluszka.

• W szatni – sprawnie rozbierz dziecko, przytul i koniecznie zapewnij, że wrócisz.

• Dotrzymuj słowa – jeżeli obiecałeś przyjść po II śniadaniu – przyjdź!

• Nie wracaj się i nie zabieraj dziecka do domu, nawet jeżeli jego płacz słychać w całym żłobku. Dzieci zazwyczaj przestają płakać w sali po kilku minutach – zwracając uwagę na inne bodźcie. Powrót rodziców, ciągłe zaglądanie przez drzwi czy okna – na nowo powoduje stres.

• Nie przekupuj dziecka – „kupię ci klocki – jak nie będziesz płakać". To krótkotrwałe i nieskuteczne, spokojne wyjaśnienia i rozmowa zdziała więcej.

• Stopniowo wydłużaj pobyt dziecka w żłobku – z dnia na dzień, tygodnia na tydzień. Niewskazane jest pozostawienie malucha w żłobku na 10 h w pierwszych dniach. Czasami jednak nie masz innej możliwości.

• ZAWSZE wypowiadaj się o żłobku pozytywnie, tłumacz zasady i ustalenia – to uporządkuje świat twojego dziecka i wprowadzi harmonię.

• Nie ukrywaj przed opiekunkami trudności i problemów twojego dziecka – tylko jeśli będą je znać, będą mogły mu pomóc.

• Pytaj opiekunki lub pielęgniarkę – to są najbardziej kompetentne źródła, natomiast niech to będą pytania merytoryczne i bardzo istotne. Pytanie każdego dnia, czy była zjedzona zupka czy ziemniaki nic nie wnosi, a bardzo absorbuje personel, który ma pod opieką także inne dzieci pozostawione w sali.

• Zaufanie do opiekunek to podstawa zdrowych relacji i współpracy. Opiekunka zna potrzeby dziecka w czasie adaptacji i wie, jakie trudności mogą się pojawić i jak im przeciwdziałać. Rozpoznaje potrzeby swoich wychowanków i wie jak na nie odpowiadać. Warto wsłuchać się w jej głos i ustalić „wspólny plan działań", ponieważ każde dziecko jest inne.

• NIE PORÓWNUJ swojego dziecka do innych dzieci, jak również nie wypowiadaj się na temat nawyków i umiejętności nie swojego dziecka. Każdy z rodziców ma własne pole do działania.

• Po żłobku nie dopytuj i nie rozmawiaj ciągle o płaczu czy innych porannych trudnościach – dziecko ma prawo do przeżywania trudnych emocji, do wyrażania tęsknoty i buntu – tylko tak może sobie z tymi uczuciami poradzić i wyjść z tego silniejsze.