



Adaptacja

Jak rozmawiać z dzieckiem?

MegaMocni






Drogi Rodzicu!

Do czasu adaptacyjnego należy podejść z dużym zaangażowaniem, dlatego przygotowaliśmy dla Ciebie ten poradnik, aby pokazać Ci, jak rozmawiać z dzieckiem podczas osvajania się z nowym miejscem.

Na sam początek pragniemy zaznaczyć, jak istotne są dni adaptacyjne w żłobku oraz przedszkolu. Ominięcie chociaż jednego z nich może wiązać się z wieloma trudami. Wyobraź sobie, że jesteś na urlopie i nagle w połowie musisz przyjść do pracy na jeden dzień. Czy ten jeden dzień nie zaburzy Ci poczucia relaksu? Prawdopodobnie przez kolejne dwa będziesz mentalnie wracać do stanu rozluźnienia, który utraciłeś przez pracę. Adaptacja to proces, który trwa. Najlepiej, gdy odbywa się w sposób ciągły z zachowaniem odpowiedniej kolejności zdarzeń.





Odprowadzenie do placówki

Adaptację zaplanuj tak, aby mieć czas na spokojne odprowadzenie dziecka do placówki - bez martwienia się o ewentualne spóźnienie do pracy. Dziecko może mieć gorszy nastrój, może być senne lub płacziwe. Nie dokładaj mu dodatkowych stresów.

Czego nie mówić?



- „Nie marudź”
- „Chodź szybciej”
- „Szybko, bo się spóźnimy”

Co mówić?



- „Idziemy do żłobka/przedszkola”
- „Będiesz się świetnie bawić”
- „Poznasz nowych przyjaciół”



Pożegnanie

Pożegnanie może być jednym z najtrudniejszych wyzwań w trakcie adaptacji. Z pewnością masz wątpliwości i martwisz się o swoje dziecko. Jednak pamiętaj, że oddajesz dziecko w ręce specjalistów. Najlepiej, aby pożegnanie odbyło się w szatni oraz nie było przedłużane.

Czego nie robić?

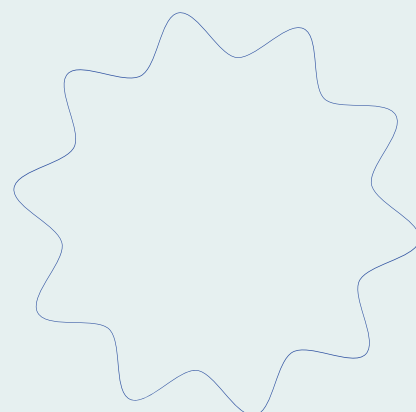


- Brać na ręce
- Zagadywać dziecka pod salą
- Płakać przy dziecku

Co mówić?



- „Baw się dobrze”
- „Kocham Cię”
- „Dasz sobie radę”
- „Miłej zabawy”





Zawsze prawda

Zawsze mów prawdę. Bardzo często jest tak, że dziecko potrzebuje zapewnienia o tym, że rodzic wróci. Zdarza się, że nie chce odchodzić od zegarka, bądź co chwilę pyta panią o powrót rodziców, dlatego zważaj na słowa i ich dotrzymanie.

Czego nie mówić?



- „Zaraz wrócę”
- „Idę tylko na zakupy”
- „Idę tylko do samochodu”

Co mówić?



- „Będę po śniadaniu”
- „Będę po zajęciach porannych”
- „Będę po podwieczorku”



Czas dla dziecka

Po pobycie w żłobku/przedszkolu poświęć czas dziecku. Ono potrzebuje pozbyć się nadmiaru emocji - warto wspólnie się pobawić, pośmiać, przytulić, zachęcić do rozmów o tym, co mu się podobało.

Czego nie mówić?



- „Co Ci się dziś nie podobało?”
- „Lepiej sprzątaj zabawki, bo jak nie, to w przedszkolu na pewno Cię nauczą”

Co mówić?



- „Dobrze sobie dziś poradziłeś”
- „Jak nazywają się Twoi koledzy/ Twoje koleżanki?”
- „W co się bawiłeś?”

