

Moje dziecko idzie do żłobka - adaptacja

„Jeżeli twierdzisz, że mi ufasz – ufaj mi całym sobą.

Ufaj mi – naprawdę.

Potrzebuję Twojej wiary we mnie. Ona unosi moje skrzydła.

Ty, moja mądra, dorosta Mamo we mnie wierzysz;

Ty, dorosły, potężny Tato – ufasz, że dam radę,

*więc ja – Wasz malutki syn, Wasza mała córeczka – **PORADZĘ SOBIE.***

*Otoczony Twoimi ciepłymi zapewnieniami odnajdę w sobie siłę do tego, by
sobie poradzić. Otulony Twoim wsparciem, Twoją pewnością i wiarą we
mnie –będę latał...”*

Katarzyna Wnęk –Joniec „Nie przydepuj małych skrzydeł”

Wasze dziecko idzie do żłobka... z pewnością będzie to trudny czas w życiu rodziny. Jest w Was Rodzicach wiele niepewności, obaw, pytań, które chcielibyście zadać. Drodzy Rodzice jeżeli podjęliście decyzję, że Wasze dziecko idzie do żłobka przed Wami okres adaptacji. To proces przystosowania się dziecka do nowej sytuacji, środowiska, osób, rówieśników, nowych zabawek. Jest to okres indywidualnie dobrany do każdego dziecka, gdyż może zależeć w dużej mierze od:

- charakteru malucha,
- jego stanu zdrowia,
- wieku,
- czy pozostawał pod opieką innych osób: babcia, ciocia, niania.

Adaptacja dotyczy również Rodziców, ponieważ małe dziecko naśladuje i uczy się od nich. To bardzo istotny element wychowania. Dziecko obserwuje rodziców, powtarza ich zachowania, gesty, miny odczytując mowę ich ciała naśladując ja. Dziecko za każdym razem trafnie rozpoznaje Wasze nastroje. Dlatego jeżeli płaczesz, ono również będzie płakać. Jeżeli w Tobie jest napięcie, lęk, niepokój, Twoje dziecko nie będzie spokojne.

Ważne jest to, że jako Rodzic masz prawo czuć to, co czujesz, masz prawo tak reagować. Naturalne jest również to, że chwila rozstania jest dla obu stron trudna, jednak to dorosły powinien uporządkować swoje uczucia, by zniwelować napięcie u dziecka. Nie tłum swoich emocji i porozmawiaj o nich z bliską osobą, opiekunką, psychologiem żłobkowym.

Jeżeli chcesz pomóc dziecku w procesie adaptacji żłobkowej, pamiętaj:

- jeśli mówisz dziecku „poradzisz sobie”, nie płacz przy nim, nie pokazuj mu swoich łez:
- jeżeli zapewniasz je, że da sobie radę, że w tym miejscu będzie mu dobrze, wierz w to, co mówisz. Nie rozważaj co złego może się zdarzyć, nie pokazuj zatroskanej twarzy,
- nie zapewnij swojego dziecka rankiem, że w żłobku będzie szczęśliwe, równocześnie wieczorem opowiadając przy nim, o swoich lękach i niepokojach. Bądź wierny/a temu, co do niego mówisz. Rozumienie wyprzedza mówienie, więc nie pozwól, by mały człowiek usłyszał to, czego nie powinien. Nie uwierzy wówczas Twoim ciepłym zapewnieniom, a Ty będziesz się dziwić, dlaczego tak bardzo protestuje.
- pozwól dziecku płakać, ponieważ jest to reakcja naturalna. Dlatego nie czyni płaczu jedynym wyznacznikiem jego samopoczucia w żłobku, np. Moje dziecko dziś płakało, więc jest oczywiste, że jest mu tam źle. To nieprawda. Mały człowiek, zwłaszcza gdy nie potrafi mówić, ma prawo płakać. W ten sposób komunikuje się z nami. Płaczem opowiada o swoich potrzebach, o napięciu, jakiego doświadcza, o swoich uczuciach. Płacze, by dać znać innym, że czuje, że jest, że chce być zauważony. Pozwól mu płakać -to jedyny sposób dla małego dziecka, aby pozbyć się nadmiaru emocji. Często słowa z Waszej strony bywają niepotrzebne, a samo przytulenie wystarczy, by dać dziecku wsparcie. Przystanie płakać, ponieważ poczuje, że je rozumiesz.

Gdy zacznie przychodzić do żłobka, mogą pojawić się w jego zachowaniu elementy, których wcześniej nie było, np:

- może budzić się w nocy, choć dotąd ją przesypiał,
- może chcieć spać z Wami, mimo, że spał już we własnym łóżeczku,
- może wrócić do noszenia pampersa, pomimo, że już go nie potrzebował,
- może nie chcieć jeść,
- może częściej płakać,
- może domagać się noszenia na rękach przez cały czas obecności z Wami,
- może okazywać swoje przywiązanie w sposób szczególny tylko jednej osobie (np. mamie),
- może pojawić się więcej oznak protestu, skierowanego także w stronę rodziców,
- może nie słuchać poleceń i próśb,

- może przejawiać niechęć do wyjścia z domu, do osób dotąd akceptowanych bez zastrzeżeń,
- może zacząć chorować,
- w zachowaniu dziecka mogą pojawić się dziwne przyzwyczajenia np. ukochaną przytulanką z dnia na dzień stanie się pieluszka lub poduszeczka. Pozwól mu ją zabrać ze sobą do żłobka.

Te reakcje miną po tygodniu, dwóch czasem po dwóch miesiącach. Wasze dziecko poradzi sobie z nową sytuacją i swoim niepokojem.

Czułe rozstania, powinny być w miarę sprawne, tak aby ich nie przedłużać. Możemy powiedzieć „...zostaniesz teraz z ciocią i będziesz się bawił z innymi dziećmi. Mamusia przyjdzie po obiadku. Kocham Cię! Do zobaczenia.” Słowo dotrzymane i powtarzane sprawi, że maluch kolejne rozstania z bliskimi będzie odczuwał mniej stresująco, a z czasem dostosuje się do zasad wykreowanych przez dorosłych.