

ADAPTACJA

- Proces
- Obejmuje dziecko i rodzica
- Nie kończy się w określonym czasie
- Regularność
- Zależy od wieku dziecka, jego temperamentu i znajomości miejsca
- Zachowanie dziecka w domu/placówce może chwilowo ulec zmianie



ADAPTACJA JEST PROCESEM

- Obejmuje dziecko, jak i rodzica.
- Potrzeba czasu, aby zaakceptować nową sytuację.
- Nie nakładajmy presji na dziecko, ani na siebie. Dajmy sobie czas.



ADAPTACJA OBEJMUJE DZIECKO I RODZICA

- Sytuacja jest nowa zarówno dla rodzica, jak i dla dziecka. Emocje takie jak strach, smutek, lęk są naturalne. Dajmy sobie oraz dzieciom możliwość na przeżycie tych emocji. Komunikaty typu: „Rozumiem że jesteś smutny/boisz się, to jest nowa sytuacja”, „Widzę, że płaczesz, jesteś smutny?” są jak najbardziej prawidłowe i pomagają dzieciom pozbyć się emocji, tak aby nie zalegały w ciele.
- Nie zaprzeczajmy emocjom, które prezentują nam dzieci np. „nie smuć się nic się nie dzieje”.
- Rodzicu daj również sobie czas na przeżycie tego okresu. Zdajemy sobie sprawę jak trudna jest to dla Państwa sytuacja, gdyż wasze dziecko nie może podzielić się z Wami przeżyciami i doświadczeniami po pobycie w placówce. Dlatego ważna jest komunikacja z personelem, aby mogli Państwo nam zaufać i w spokoju oddać pod opiekę Wasze pociechy. Pamiętajmy! Spokojny rodzic to spokojne dziecko. 😊
- Dziecko jest w stanie wytworzyć bezpieczną więź z opiekunem żłobkowym. W tym aspekcie nastwienie rodzica do placówki jest bardzo istotne.



Rodzicu nie tłumacz- PRZYGOTUJ

- Stwarzaj dziecku możliwość doświadczenia przebywania bez Ciebie, np. z ciocią, wujkiem, dziadkami.
- Rozwijaj samodzielność.
- Bądź pozytywnie nastawiony do placówki i do decyzji, którą podjąłeś.
- Utrzymuj rytuały w szatni.
- Stwarzaj okazje do samodzielnej zabawy.
- Po żłobku zapewnij dziecku odpoczynek.
- Stopniowo wydłużaj czas pobytu dziecka w żłobku.



ADAPTACJA NIE KOŃCZY SIĘ W OKREŚLONYM CZASIE

- Nie ma określonego czasu w którym dziecko musi się zaadaptować (adaptacja może trwać od tygodnia, do kilku miesięcy).
- Może się również tak zdarzyć, że trudne momenty pojawiają się w trakcie uczęszczania dziecka do żłobka np. po dłuższej nieobecności spowodowanej chorobą/wakacjami etc., w początkowych miesiącach po weekendzie, poniedziałki mogą być trudniejsze; jeżeli w życiu dziecka pojawiają się zmiany np przeprowadzka, pojawienie się rodzeństwa, dłuższa nieobecność rodzica.
- **Spokojnie!** Większość trudnych momentów są chwilowymi kryzysami, które z czasem ustępują. 😊



REGULARNOŚĆ

Ważne, aby w miarę możliwości dziecko przychodziło do żłobka regularnie. Pomoże to wytworzyć rutynę, w której maluszek poczuje się bezpiecznie.



Literatura:

1. „Żłobek. Opieka i wychowanie” A. Jegier
2. „W sercu emocji dziecka. Jak rozumieć i wspierać swoje dziecko.” I. Filliozat
3. „Przywiązanie: J. Bowlby

